

Inscriptions:

- juin 2026 avec fiche d'inscription et chèque.
- 6 septembre 2026 au forum des associations.
- Les jeudis de 14h à 16h30 à la MPT, salle polyvalente, jusqu'à fin septembre.
- **lundi 14 septembre 2026 reprise des activités**
- **Vendredi 9 octobre 2026:** Assemblée Générale (Annexe)
- 11 octobre 2026: Salle de l'Allet, Représentation Chorale des Chirouzes et Groupe théâtre de l'Armailler «Les Pot'âgés»
- 8 novembre 2026: Loto de la MPT, salle de l'allet
- 3 avril 2027 : représentation par le groupe théâtre de la MPT « Les Pot'âgés », salle de l'Allet.
- 22 Mai 2027: Fête du jeu
- Juin 2027: Concours de pétanque, place des beaux jours.

Adhésion familiale obligatoire 15 €**Toute inscription devra être impérativement réglée avant le 1^{er} novembre 2026.****Paieiment** en espèces ou par chèques.bancaires ou chèques vacances. (Possibilité de règlement échelonné en 3 fois)**Seules** les activités ayant un effectif suffisant seront retenues.
Pour toutes les activités hebdomadaires une séance d'essai est offerte. (Sauf Pilates du soir)**Tout au long de l'année, pensez à consulter les panneaux d'affichage situés devant les entrées des locaux de la MPT ou votre boîte mail.****Prêt de nos locaux:**

- ABALS.
- UNIVERSITÉ POPULAIRE.
- DHARMAYOGA VALENCE.
- AMICALE BOURCAINE.

SAISON 2026/2027

**Permanence jeudi
de 14h à 16h30
à partir du 17/09/2026**

**Rue André Curinier
26500 Bourg-lès-
Valence**

**Reprise des activités
le 14/09/2026.**

mptdelarmailler@gmail.com

LUNDI

- ◆ **PILATES - 115€ (Zsafia)**
MPT Salle de sport
8h45 à 9h45
- ◆ **ATELIER PEINTURE/DESSIN - 28€**
(Anne-Marie: mise en commun des compétences)
MPT Salle polyvalente
14h30 à 17h30
- ◆ **BADMINTON - 46€**
Gymnase du Valentin
18h à 19h
ou 19h à 20h
- ◆ **COUTURE VESTIMENTAIRE, DÉCORATIVE et TRICOT- 28€**
(Évelyne: mise en commun des compétences)
MPT salle polyvalente
1fois/mois 18h à 21h

MARDI

- ◆ **ATELIER MÉMOIRE - 170€**
(Elsa, Marie)
(Équilibre, coordination, proprioception en rythme)
MPT salle de sport

9h15 à 10h15

ou 10h30 à 11h30

ou 14h15 à 15h15

1er cours
22 septembre 2026

- ◆ **HATHA YOGA et MÉDITATION - 145€ (Valérie)**
MPT salle de sport
18h30 à 19h45
- ◆ **SCRAPBOOKING (Nélie) 10€ à l'inscription 18€ le cours**

MPT salle polyvalente
1 fois par mois
14h30 à 17h30

- ◆ **THÉÂTRE - 28€ (Cathy)**
Annexe
17h30 à 20h

MERCREDI

- ◆ **STRETCHING - 115€ (Zsafia)**
MPT salle de sport
17h15 à 18h15
- ◆ **PILATES - 115€ (Zsafia)**
Annexe
18h30 à 19h30
- ◆ **MIX PILATES YOGA - 115€ (Zsafia)**
Annexe
19h30 à 20h30

JEUDI

- ◆ **CRÉATIONS MANUELLES - 70€ (Danielle, Maguy)**
MPT salle polyvalente
14h à 16h30

NOUVEAU

- ◆ **MOBILITÉ ET ARTICULATIONS - 115€ (Valérie)**
MPT salle de sport
14h30 à 15h30

- ◆ **PILATES - 135€ (Jessica)**
MPT Salle de sport
18h10 à 19h20
(Annexe)

- ◆ **FITNESS MIXTE - 115€ (Jessica)**
Annexe
19h30 à 20h30

VENDREDI

- ◆ **RENFORCEMENT MUSCULAIRE 115€ (Benjamin)**

Annexe 9h à 10h

- ◆ **GYM, ÉQUILIBRE- 115€ (Benjamin)**
MPT salle de sport 10h à 11h

- ◆ **MARCHE - 30€ (Gérard, Jean-Claude, Danielle)**

RDV Parking école maternelle
12h45 ou le matin par fortes chaleurs

Adhésion familiale: 15€

Reprise des activités
lundi 14 septembre 2026.