

FOYER CULTUREL DE MONTIGNY - ACTIVITES ADULTES - 2026-2027

ATTENTION : les tarifs indiqués ne tiennent pas compte de la cotisation : 15 euros par personne

PILATES M 130 € - Ext 145€ Lundi avec Maïté Fondamental 1-2 16h45-17h45 Niveau intermédiaire 18h00-19h00 Mercredi avec Olivia Pilates Workout 9h30-10h30 10h30-11h30 Mercredi avec Luc Niveau confirmé 19h00-20h00 Niveau débutant et fondamental 1 20h00-21h00	SOPHROLOGIE M 160 € - Ext 175€ Lundi avec Frédérique 18h30-19h30	HIIT FITNESS M 130 € - Ext 145€ Lundi avec Olivia 19h15-20h15	GYM DOUCE M 130 € - Ext 145€ Mardi avec Audran 17h15-18h15	INFORMATIQUE M 200 € - Ext 215€ Mercredi avec Cyrille cours individuels à partir de 14h30	GUIWARE 700€ 30 cours de 45 min 480€ 30 cours de 30 min Mardi avec Nicolas cours individuels à partir de 18h00
	YOGA M 160 € - Ext 175€ Mardi avec India Hatha yoga 19h00-20h30 Mercredi avec Annie Yoga iyengar 19h30-21h00 Jeudi avec Elise Hatha yoga 19h00-20h30 Samedi avec Annie Yoga iyengar 10h00-11h30	CARDIO GYM M 130 € - Ext 145€ Mardi avec Elodie 18h30-19h30	BODY BALANCE M 130 € - Ext 145€ Mardi avec Elodie 19h30-20h30	ATELIER ECRITURE 10€ un jeudi par mois avec Florence 18h00-19h00	PIANO 750€ 25 cours d'1 heure 480€ 30 cours de 30 min avec Emmanuel cours individuels
		CARDIO DANSE M 130 € - Ext 145€ Mercredi avec Olivia 17h45-18h45	GYM sur CHAISE M 130 € - Ext 145€ Mercredi avec Audran 10h00-11h00	CLUB LECTURE 10€ 3^{ème} jeudi du mois avec Martine 18h00-20h00	THEÂTRE M 160 € - Ext 175 € Vendredi avec Sophie 19h00-20h30
		AIKIBUDO 120€ Lundi avec Erwann 19h45-21h15	GYM M 130 € - Ext 145€ Jeudi avec Sophie 10h30-11h30	ATELIER PEINTURE Jeudi avec Annick 14h00-17h00	DESSIN M 150 € - Ext 165 € Mercredi avec Arthur 16h00-18h00 (une semaine sur deux)

Renseignements : foyerculturelmontigny76@gmail.com / Forum des associations : samedi 05 septembre 2026 : 9h-13h –salle des fêtes.