

2019

2020

Montricoux



QUERCY
VERT
AVEYRON
COMMUNAUTÉ
DE COMMUNES

centre culturel du Sacré-cœur

Saison 2019 - 2020

STAGES - MUSIQUE - CONCERTS
SPECTACLES - RACONTINES
EXPOSITIONS...



HORAIRE MÉDIATHÈQUE

| | |
|----------|-----------|
| Mardi | 16h-18h |
| Mercredi | 13h30-18h |
| Vendredi | 9h-12h30 |
| Samedi | 9h-12h30 |
| | 14h-18h |

Livres - Revues - CD - DVD
Tablette tactile - Liseuse
Espace Jeunesse
Accès internet gratuit

Ne pas jeter sur la voie publique

Centre culturel du Sacré-Coeur - 7, rue des remparts - 82 800 MONTRICOUX

Tél : 05 63 02 41 09 / 06 09 54 38 38 E-mail : bibmontricoux@quercyvertaveyron.fr

centre culturel du Sacré-cœur

2019

Montricoux

2020

| JOUR | HORAIRES | NOM | TRANCHE D'ÂGE |
|-----------------|-------------|--|---------------|
| LUNDI | 10h00-18h00 | Stage clown (1x par mois) | Adulte |
| | 14h00-16h00 | Tricot | Adulte |
| | 18h30-19h30 | Pilates | Adulte |
| | 19h30-20h30 | Step | Adulte |
| MARDI | 10h30-11h30 | Gym santé | Adulte |
| | 14h00-17h00 | Théâtre | Adulte |
| | 17h30-19h00 | Yoga | Adulte |
| | 19h15-21h00 | La Sacrée Chorale | Tout public |
| MERCREDI | 19h00-20h00 | Pilates | Adulte |
| | 09h00-12h00 | Ludothèque Tipi de jeux (en médiathèque) | Tout public |
| MERCREDI | 09h00-12h00 | Permanence d'action sociale (RDV 1er et 3e mercredi du mois) | |
| | 10h30-12h00 | Qi Gong (tout public) | Adulte |
| | 13h30-14h30 | Danse - Modern Jazz | 5 - 6 ans |
| | 14h30-15h30 | Danse - Modern Jazz | 7 - 8 ans |
| | 15h30-16h30 | Danse - Modern Jazz | 9 - 10 ans |
| | 16h30-18h00 | Danse - Modern Jazz | 11 - 12 ans |
| | 18h00-19h30 | Qi Gong | Adulte |
| | 18h00-20h00 | Qi Gong + Taiji Quan (débutants) | Adulte |
| | 18h00-20h30 | Qi Gong + Taiji Quan (avancés) | Adulte |
| JEUDI | 10h30-11h30 | Gym santé | Adulte |
| | 14h00-17h00 | Belote et jeux de société | Adulte |
| | 14h00-16h00 | Activités autour du français | Adulte |
| | 18h00-19h00 | Gym du dos | Adulte |
| | 19h00-20h00 | Pilates - intermédiaire | Adulte |
| | 20h30-23h00 | Danse traditionnelle et de salon | Adulte |
| VENDREDI | 10h30-12h00 | Gymnastique sensorielle | Adulte |
| | 16h30-18h30 | Multi-sports | 6 - 11 ans |
| | 19h00-21h30 | Percussions, danse afro-contemporaine | Tout public |
| SAMEDI | 10h00-12h00 | Danse afro-contemporaine | Tout public |
| | 14h00-18h00 | Ludothèque Tipi de jeux (en médiathèque) | Tout public |
| | 14h30-15h30 | Danse - Modern Jazz | 13 - 14 ans |
| | 15h00-16h30 | Danse - Modern Jazz | Ado - Adulte |

Renseignements

L'AUGUSTE RÊVE

06 10 08 22 86

CLUB LA JOIE DE VIVRE

06 73 46 70 53

ATOUT SPORT

06 26 66 73 14

ACCORD ZEN

06 65 43 62 14

L'ÉCOLE DES SPORTS

06 23 14 24 07

SONG JING

06 05 04 90 42

ATOUT CORPS

06 61 16 68 85

MAISON DES SOLIDARITÉS

05 63 30 91 54

LES ARTSSONNEURS

06 82 03 99 78

L'ATELIER

05 63 30 97 85

LES AMIS DE LA DANSE

05 63 67 23 17

Retrouvez notre programmation sur
<http://www.mediathèque.quercyvertaveyron.fr/>