



Mardi 19 août
Sophrologie 15 h 15
10 € la séance

Jeudi 21 août
Qi-Gong 17 h 00
10 € la séance

Lundi 25 août
Stage Bien-être corporel /J1 17 h 30
12 € la séance ou 50 € les 5 jours

Mardi 26 août
Réflexologie plantaire 15 h 15
10 € la séance
Stage Bien-être corporel /J2 17 h 30
12 € la séance ou 50 € les 5 jours

Mercredi 27 août
Stage Bien-être corporel /J3 17 h 30
12 € la séance ou 50 € les 5 jours

Jeudi 28 août
Stage Bien-être corporel /J4 17 h 30
12 € la séance ou 50 € les 5 jours

Vendredi 29 août
Stage Bien-être corporel /J5 17 h 30
12 € la séance ou 50 € les 5 jours



Inscription auprès de l'accueil au 05 49 86 17 11
du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 18h

Maison de la Culture et des Loisirs
25, av. de Lattre de Tassigny
La Roche-Posay
accueil@mcl-laroche-posay.fr
mcllaroche-posay.fr

IPNS

du 7 JUILLET au 29 AOÛT 2025



Activités été MCL

Lundi 7 juillet
A vos aiguilles 14 h 00
Atelier gratuit
Stage Bien-être corporel /J1 17 h 00
12 € la séance ou 50 € les 5 jours
Stage danse afro-contemporaine /J1 18 h 00
12 € la séance ou 20 € les 2 jours

Mardi 8 juillet
Sophrologie collective 15 h 15
10 € la séance
Mon corps au fil du temps 15 h 30
10 € la séance
Stage Bien-être corporel /J2 17 h 00
Stage danse afro-contemporaine /J2 18 h 00

Mercredi 9 juillet
Stage Bien-être corporel /J3 17 h 00

Jeudi 10 juillet
Stage Bien-être corporel /J4 17 h 00
Qi-Gong 17 h 00
10 € la séance

Vendredi 11 juillet
Stage Bien-être corporel /J5 17 h 00

Mardi 15 juillet
Mon corps au fil du temps 15 h 30
10 € la séance

Mercredi 16 juillet
Danse Pop pour les 7-11 ans 16 h 00
10 € la séance

Danse assise pour adultes 17 h 00
10 € la séance
Danse Pop ados/adultes 18 h 00
10 € la séance

Jeudi 17 juillet
Qi-Gong 17 h 00
10 € la séance

Adhésion de 3,50 € pour les personnes de passage.
Inscription auprès de l'accueil au 05 49 86 17 11



Lundi 21 juillet A vos aiguilles Atelier gratuit	14 h 00
Mercredi 23 juillet Danse Pop pour les 7-11 ans 10 € la séance	16 h 00
Danse assise pour adultes 10 € la séance	17 h 00
Danse Pop ados/adultes 10 € la séance	18 h 00
Jeudi 24 juillet Qi-Gong 10 € la séance	17 h 00
Lundi 28 juillet A vos aiguilles Atelier gratuit	14 h 00
Mardi 29 juillet Réflexologie plantaire collective 10 € la séance	15 h 15
Mercredi 30 juillet Danse Pop pour les 7-11 ans 10 € la séance	16 h 00
Danse assise pour adultes 10 € la séance	17 h 00
Danse Pop ados/adultes 10 € la séance	18 h 00
Jeudi 31 juillet Qi-Gong 10 € la séance	17 h 00

Adhésion de 3,50 € pour les personnes de passage.
Inscription auprès de l'accueil au 05 49 86 17 11

**Expositions artistiques
à découvrir tout l'été
Entrée libre et gratuite**



Lundi 4 août A vos aiguilles Atelier gratuit	14 h 00
Mardi 5 août Réflexologie palmaire 10 € la séance	15 h 15
Mon corps au fil du temps 10 € la séance	15 h 30
Mercredi 6 août Danse Pop pour les 7-11 ans 10 € la séance	16 h 00
Danse assise pour adultes 10 € la séance	17 h 00
Danse Pop ados/adultes 10 € la séance	18 h 00
Jeudi 7 août Qi-Gong 10 € la séance	17 h 00
Lundi 11 août A vos aiguilles Atelier gratuit	14 h 00
Mardi 12 août Réflexologie faciale 10 € la séance	15 h 15
Mon corps au fil du temps 10 € la séance	15 h 30
Mercredi 13 août Danse Pop pour les 7-11 ans 10 € la séance	16 h 00
Danse assise pour adultes 10 € la séance	17 h 00
Danse Pop ados/adultes 10 € la séance	18 h 00

Adhésion de 3,50 € pour les personnes de passage.
Inscription auprès de l'accueil au 05 49 86 17 11