

# Maison des seniors

*Besoin d'échanger, d'apprendre ou tout simplement de loisirs réguliers ?*

## Détails des activités proposées

### ACTIVITÉS PAYANTES (pas de cours durant les vacances scolaires)

- Anglais (intermédiaires)
- Stretching
- Naturopathie
- Dessin/peinture/aquarelle
- Taï-chi chuan/Qi Gong\*
- Yoga (2 cours)\*
- Combiné gym et renforcement musculaire\*
- Gymnastique d'entretien\*
- Gymnastique tonique\*
- Sophrologie \*
- Pilates\*
- Cours de cuisine
- Combiné danses latines et en ligne
- Repas
- Diners dansants
- Sorties en minibus

### ACTIVITÉS NON-PAYANTES

- Loisirs d'aiguilles
- Macramé
- Initiation au billard
- Mémotonic
- Village provençal
- Bridge
- Club de lecture
- Belote, rami, tarot
- Scrabble®
- Fans de timbres
- Guitare

**\* Pour pratiquer...**

Serviette, tenue de gymnastique, port OBLIGATOIRE de tennis propres, certificat médical obligatoire

## Formalités

### TARIFS

- Cotisation : 25 € (renouvelable chaque année à la date anniversaire)
- Cauton carte magnétique : 14,50 €
- Ticket repas : 8,50 €
- Ticket activité : 4,50 €
- Cours : 90 €

### DOCUMENTS POUR L'INSCRIPTION

- Pièce d'identité (être âgé d'au moins 60 ans)
- Deux photos
- Justificatif de domicile de moins de 6 mois ou avis d'imposition foncier
- Justificatif de retraite ou décharge de non activité professionnelle salariée
- Justificatif d'assurance responsabilité civile

## Horaires d'ouverture (sauf jours fériés)

- Lundi de 9h45 à 12h et de 14h à 18h
- Du mardi au jeudi de 9h à 12h et de 14h à 18h
- Vendredi de 9h à 13h
- Fermeture estivale en août

**Maison des seniors Eugène Godet**

Place du Général Leclerc 91090 Lisses • Tél : 01 60 86 23 01 • mds@ville-lisses.fr