

LES STAGES



TABATA

avec Dorian

lundi 9 et 16 février de 20h à 21h15

Réservé aux adhérent.e.s
à partir de 16 ans / Tarif : 10€

Inscription à la séance à l'accueil
ou scannez le QR code :



FITNESS

avec Dorian

Mer. 11 et 18 février de 18h30 à 19h45

Réservé aux adhérent.e.s
à partir de 16 ans / Tarif : 10€

Inscription à la séance à l'accueil
ou scannez le QR code :



RENFORCEMENT MUSCULAIRE

avec Dorian

**Ven. 13 et 20 février
de 19h20 à 20h15**

Réservé aux adhérent.e.s
à partir de 16 ans / Tarif : 10€

Inscription à la séance à l'accueil
ou scannez le QR code :



Yin Yoga et voyage sonore

Mer. 18 février 18h à 20h

Chrystel Dormoy et Omar Zenati s'associent pour vous proposer une initiation à la pratique du Yin Yoga, bercée par un voyage sonore aux multiples vibrations (bols tibétains, handpan).

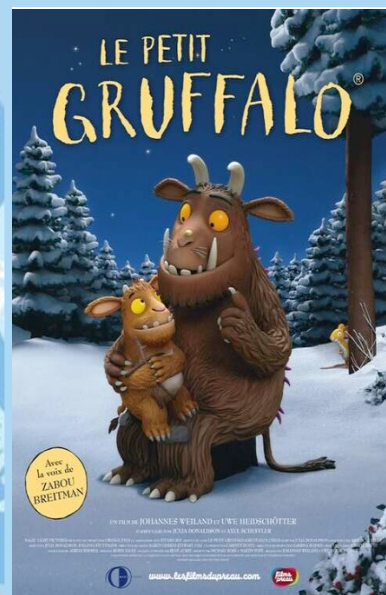
Réservé aux adhérent.e.s
à partir de 16 ans / Tarif : 20€

Inscription à la séance à l'accueil
ou scannez le QR code :



VACANCES D'HIVER LE PROGRAMME

DU 7 AU 23 FÉVRIER



LUN. 9 FÉVRIER

CINÉ EN FAMILLE : LE PETIT GRUFFALO

à 16h - au Pôle 9 - gratuit
conseillé à partir de 4 ans
durée : 43min - suivi d'un goûter

Suivez les aventures du Petit Gruffalo dans un programme de trois courts métrages. Son papa l'a averti : en aucun cas, le Petit Gruffalo n'a le droit d'aller se promener seul dans les bois profonds. C'est bien trop dangereux ! Un animal rôde dans les parages... C'est la Grande Méchante Souris !

Pôle 9 MJC Centre Social
4 rue Sylvain Simondan 69009 Lyon
Tel 04 78 83 29 68 - www.pole9.fr





JEU. 12 FÉVRIER

ATELIER CUISINE SAINT VALENTIN

à 14h - gratuit (adhésion obligatoire)



Atelier en duo parent /ado (10-15 ans)

Venez célébrer l'amour familial autour d'un atelier cuisine.

Inscriptions à l'accueil à partir du lundi 02 février.



MAR. 17 FÉVRIER

ATELIER MANUEL & JEUX : MARDI GRAS EST LÀ !

de 14h30 à 17h30 - au Pôle 9

gratuit (adhésion obligatoire)- à partir de 5 ans

Si vous souhaitez participer à une après-midi festive en famille c'est au Pôle 9 que cela se passe !
Au programme : création de masques et jeux.

JEU. 19 FÉVRIER

**SORTIE DE PROXIMITÉ
AU PLANÉTIARIUM DE VAULX EN VELIN**

Départ du pôle à 13h du Pôle 9

Venez découvrir en famille le monde magique des étoiles et planètes.
Inscriptions à l'accueil à partir du lundi 02 février.



VEN. 13 FÉVRIER

SORTIE SPECTACLE : «UN PETIT TOUR»

de 10h à 12h30

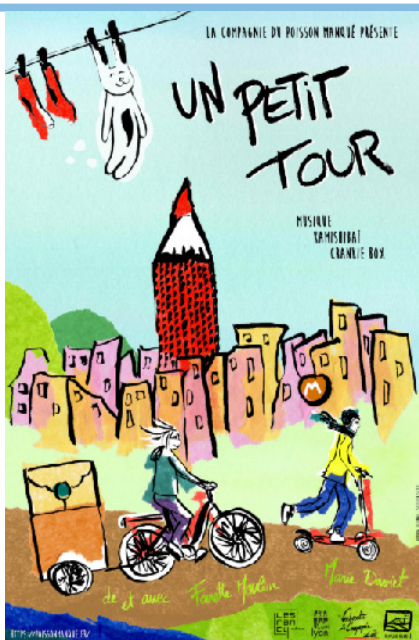
à la Maison pour tous des Rancy à Lyon 3

Réservation obligatoire à l'accueil du Pôle 9.

**Tarif 5 euros par personne.
Transport en minibus.**

À partir de 3 ans - Durée 35 min.

Avec leur vélo-théâtre, Fanette et Marie nous transportent, nous trimballent, nous baladent, et nous emmènent certainement quelque part. Un petit tour pour nos yeux, entre quartier de vie et chemin de flânerie, dans les recoins de la ville de Lyon.



LA LUDOTHÈQUE

HORAIRES VACANCES D'HIVER

La 1ère semaine (du 9 au 14 février)
la ludothèque sera fermée.

La deuxième semaine
(du 16 au 19 février) sera ouverte :
-les lun., mar., mer., et jeudi matins,
de 9h30 à 12h
-les lun. et mar. après-midi,
de 14h à 18h

Jeu. 19 février
SOIRÉE JEUX : Sans les parents §



de 17h à 19h, pour les 8-10 ans,
gratuit, inscription à l'accueil.

Ven. 20 février
ATELIER PLAYMOBIL



de 10h à 12h, dès 6 ans/gratuit,
inscription à l'accueil.