

MJC

PROGRAMME

2023

2024



**ACTIVITÉS
SPORTIVES**

SPORT SANTÉ

**QUALITÉ /
PRÉVENTION**

ANIMATION / LOISIRS

FORMATION



QU'EST-CE QUE LE « MUC » ?

Le MUC Omnisports a vu le jour en 1921 à Montpellier au sein de l'Université avec la création d'une association regroupant quelques activités sportives, athlétisme et football. Au fil des décennies, d'autres associations sportives se sont agrégées au noyau d'origine pour enrichir l'offre de pratiques. Certaines associations se sont développées avec bonheur, d'autres ont brillé puis ont cessé leur activité, pour en arriver, à ce jour, à la présence active d'une trentaine d'associations.

De même que le MUC a évolué au fil du temps dans les pratiques sportives proposées, de même, il faut qu'il s'adapte à l'air du temps tout en gardant son unicité et son originalité. La Fusion intervenue entre le MUC Omnisports et le MUC Vacances en est l'occasion inévitable.

LE PROJET DU MUC ?

Le MUC est une association centenaire qui fédère et développe des activités sportives, de formation et de loisirs pour tous à des fins éducatives, sociétales et de prévention avec un rayonnement local, régional et national.

Charte éthique du sport, cette charte regroupe en grande partie l'ensemble des valeurs portées depuis plus de 100 ans par le MUC qui sont le partage, l'écoute, la pédagogie, la solidarité, l'éducation/transmission, l'exigence et la bienveillance, l'ambition et le professionnalisme.

ÉDITO

Votre club continue sa route et ses nouveautés, pour 2023, le MUC a redéfini son projet associatif avec l'absorption du MUC Vacances et la mise en place d'une gouvernance partagée.

Le Montpellier Université Club est une association centenaire qui fédère et développe des activités sportives, de formation et de loisirs pour tous à des fins éducatives, sociétales et de prévention avec un rayonnement local, régional et national.

Dés 3 ans... Toutes et tous habitants-es de la métropole de Montpellier peuvent devenir **MUCISTE !**

Du sport **découverte** dans nos accueils de loisirs à dominante sportive de 3 à 17ans.

Du sport **loisirs**, du sport en **compétition** modérée et haut niveau dans nos associations affiliées.

Du sport **santé** ouvert à toutes et tous avec le long-côte, marche nordique, gym douce...

Se former à l'encadrement avec nos centres de formation reconnus sur Montpellier, Nîmes et Millau.

Encadrer les activités dans les écoles de Montpellier ou au sein de nos accueils de loisirs.

Tous les ans, nos associations innovent pour répondre aux envies de nos adhérents actuels et à venir.

Cette année, deux nouveautés :

La section Apnée fait son entrée dans la famille Muciste

Création du pôle Qualité Prévention Secourisme pour accompagner les associations mais également les entreprises dans leur gestion RSO, Qualification Qualiopi, Sécurité au travail , Premier Secours ...

Rappelons-le, avec ses 4500 adhérents et 25 associations sportives affiliées le MUC omnisports est le **1^{er} club de la Métropole Montpellier Méditerranée.**

Je vous laisse découvrir l'ensemble de l'offre Muciste que vous retrouvez mise à jour tout au long de l'année sur notre site www.mucomnisports.fr

Bonne rentrée sportive à toutes et tous !

Céline Allegre.

Présidente du MUC Omnisports



MUC

ACTIVITÉS SPORTIVES





Dès 7 ans - Accessible à tous

AÏKIDO

L'Aïkido, créé à la fin des années 40, est un art martial adapté au monde moderne. Des techniques efficaces effectuées sans heurt et visant à canaliser, à contrôler l'adversaire. Techniques à mains nues, au sabre, au bâton, au couteau. Techniques de concentration et de respiration. L'Aïkido est une discipline accessible à tous.

📍 Horaires et lieux

Lundi & Jeudi 19:00-20:30

@Dojo Gymnase Mireille Bessière

175 rue Edouard Villalonga 34000 Montpellier

Mercredi 18:30-20:00

@Dojo du MUC

Complexe Sportif A. Batteux,

150 rue FJ Gossec 34070 Montpellier

Vendredi 18:00-19:30

@CSU La Motte Rouge

532, Avenue du Professeur Emilie Jeanbrau

34090 Montpellier

👤 Adhésion

Cotisation annuelle : 150€

Conditions tarifaires particulières pour étudiant, - de 14 ans, famille...

+ 12€ d'adhésion MUC Omnisports



Dès 16 ans - Accessible à tous

APNÉE

Le dernier né du MUC Omnisports sera un club dédié à la pratique de l'apnée.

Travail du souffle, lâcher-prise, bienfaits reconnus ou restant à découvrir, la plongée libre est un sport ancestral, qui détend, étonne et permet une meilleure maîtrise de la respiration, résorbe le stress et fait se sentir bien, à l'écoute de soi.

Sous forme de cours hebdomadaires, de stages ponctuels et de sorties en mer et étang, le MUC Apnée proposera dès l'automne des activités en piscine et en milieu naturel (câble d'exploration), encadrées par Karine Bergami (compétitrice internationale) et Philippe Valentin (coach mental et entraîneur) auteur de plusieurs ouvrages sur l'apnée.

Affilié à la FFESSM, le MUC Apnées certifie les niveaux d'apnée.

Tous publics, adultes, enfants à partir de 16 ans, séniors, aptitude handi-apnée, interventions en entreprises.

Contact

aikido@mucomnisports.fr

Pierre Bonnet **06 10 42 46 04**

Sylvie Gerbaix **06 88 16 87 02**

Marc Pasquet **06 30 73 10 84**

Contact

apnee@mucomnisports.fr

Karine Bergami **06 16 6 24 98**

Philippe Valentin **06 65 33 72 08**

Initiation gratuite
tout le mois de septembre 2023



AVIRON

Une activité en pleine nature sur le canal du Rhône à Sète depuis notre base nautique de Palavas-les-Flots. Un sport complet non traumatisant pour les articulations, en individuel ou en équipage. Dès 11 ans, et jusqu'à l'âge de ne plus pouvoir s'asseoir dans votre bateau. Savoir nager.

📍 Horaires et lieux

Veuillez consulter notre site web pour les dernières informations sur nos heures d'ouverture.

👤 Adhésion

Initiation débutants : 15€

Cotisation annuelle :

adultes : 320€

jeunes : 205€

12€ d'adhésion MUC Omnisports inclus

Contact

aviron@mucomnisports.fr

Xavier D'Yvoire **04 67 50 92 40**

Lydie Marcel **07 55 60 61 02**

3 fois 1993-1994-1995
Champion de France Elite



BASEBALL, SOFTBALL / CRICKET

Le MUC Baseball, Softball et Cricket comprend 13 sections de tous les âges et de tous les niveaux. À partir de 4 ans, pour jouer en loisir ou pour faire de la compétition, tout est possible au MUC Baseball Barracudas.

📍 Horaires et lieux

@Domaine de Veyrassi

Rue des quatre vents - 34090 Montpellier

Catégories jeunes

Mercredi & Samedi 14:00-16:00

Catégories softball (mixte)

Lundi & Mercredi 19:00-21:00

Catégories baseball & cricket senior

(selon niveau - se renseigner)

👤 Adhésion

Cotisation annuelle : 100 à 240€

en fonction du niveau de jeu (loisirs, compétition) et de l'âge (jeunes ou adultes)

+ 12€ d'adhésion MUC Omnisports

Contact

baseball@mucomnisports.fr

Olivier Brossier **06 87 84 17 81**

Dès 18 ans - Accessible à tous



BASKETBALL

Pratique du basket-ball en compétition
(niveau départemental)

Catégorie sénior (18 ans et +)

📍 Horaires et lieux

@Gymnase Jean Ramel

Senior Masculine 2

Mercredi 19:30-22:00

Senior Masculine

Jeudi 20:30-22:00

👤 Adhésion

Cotisation annuelle : 150€

Conditions tarifaires particulières
pour étudiant, - de 14 ans, famille...

+ 12€ d'adhésion MUC Omnisports

Contact

mucbasket@gmail.com

Guilhem Deplaix 06 16 86 27 44

Julien Louerat 06 41 91 07 65

Dès 9 ans - Accessible à tous



SAVATE BOXE FRANÇAISE

SAVATE BF : sport de combat de percussion pratiqué avec les poings et les pieds.

SAVATE DEFENSE : forme de pratique centrée sur la self défense.

CANNE DE COMBAT et BÂTON : armes contondantes, avec lesquelles le 'tireur' doit toucher son adversaire sans être lui même touché.

📍 Horaires et lieux

Savate Défense. & Canne

Lundi @Veyrassi 20:00

Savate Boxe Fr. Enfants

Mardi @Clapiers 17h30

Stage Savate Défense 1Tm

Mardi @Clapiers 18:45

Savate Boxe Fr. (10-14 ans)

Mercredi @Boutonnet 18:30

Savate Boxe Fr. (Ados-Adultes)

Mercredi @Boutonnet 19:30

Savate Boxe Fr. (Ados-Adultes)

Jeudi @Veyrassi 20:00

👤 Adhésion

Cotisation annuelle : Possibilité de participer à tous les cours

Adultes : 265€ - Étudiants : 220€

Enfants : 190€

Stage défense 80€/Tm

Licence & Assurance

35€ (enfant né en 2008 et après 19€)

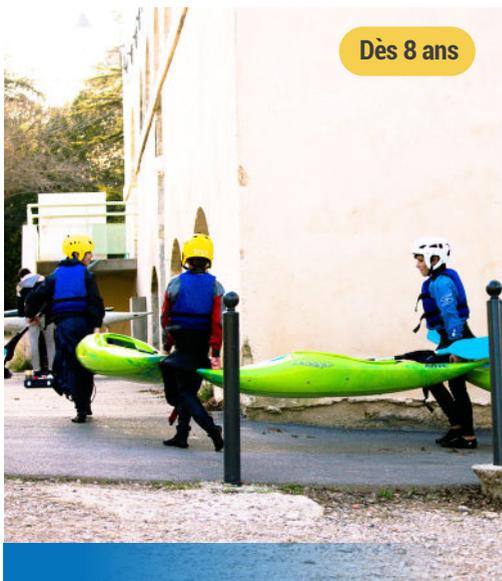
+ 12€ d'adhésion MUC Omnisports

Contact

boxe-francaise@mucomnisports.fr

Patricia Touret 07 86 49 43 64

Dès 8 ans



CANOË KAYAK

40 ans d'expériences dans le domaine du loisir ainsi que de la compétition (Slalom et Kayak Polo). Ouvert à partir de 8 ans à toute personne sachant nager 25m.

Nos sections :

- École de Pagaie Jeunes & Adultes
- Kayak-Polo
- Slalom
- Haute Rivière

📍 Horaires et lieux

@ Base de La Valette

Veuillez consulter notre site web pour les dernières informations sur nos heures d'ouverture.

Nos prestations

Anniversaire - Enterrement de vie de célibataires - stages enfants - scolaires - descente du lez

👤 Adhésion

Cotisation annuelle : 170€

+ 12€ d'adhésion MUC Omnisports

Contact

contact@3mckuc.fr

06 88 92 14 33

Vice champion de France 2023



CHEER-LEADING

Le cheerleading est un sport mixte tout droit venu des Etats-Unis, il mélange gym acrobatique et portés, voltiges, pyramides. Le cheerleading est un sport d'équipe, avec des compétitions qui vont jusqu'au niveau mondial ! **Accessible à tous !**

📍 Horaires et lieux

U 11 (8/10 ans | 2015-2013)

Samedi 10:00-11:30

@Fred Danse St Jean de Védas

Juniors (11/15 ans | 2012-2008)

Mercredi 17:15-18:45

@Gymnase Lycée Joffre Salle 1

Samedi 11:30-13:00

@Fred Danse St Jean de Védas

Seniors (16 ans - adultes dès 2007)

@Gymnase Lycée Joffre Salle 1

Salle 1 : Lundi et Mercredi 19:00-20:30

👤 Adhésion

Cotisation annuelle :

U11 : 215€ + frais de licence (20€)

Juniors : 245€ + frais de licence (20€)

Seniors : 245€ + frais de licence (30€)

+ 12€ d'adhésion MUC Omnisports

Pour tous, prévoir 40€ de location d'uniforme, plus les frais de déplacements pour les championnats

Contact

cheerleading@mucomnisports.fr

Emma 06 11 16 94 34

Sport plaisir



CYCLO-TOURISME

Pratique du cyclisme 100% masculin féminin pour des adultes déjà entraînés au vélo route : le plaisir, la convivialité, la découverte et la santé par le vélo !
Session d'initiation pour les débutant(e)s.

📍 Horaires et lieux

Dimanche matin

@Stade Philippides Face au Creps

Mercredi matin

@rond-point Geneveaux (route de Laverune) ou @parking HELIOTEL (Montferrier-sur-Lez)

Horaires et lieux variables selon la saison (voir le site pour + d'informations)

Samedi = Initiation

👤 Adhésion

Cotisation annuelle : à partir de 87,50€

12€ d'adhésion MUC Omnisports inclus

Contact

cyclotourisme@mucomnisports.fr

Joël Klein **06 13 08 47 97**

Martine Artiaga **06 76 88 85 17**

Dès 5 ans - Accessible à tous



ESCRIME

De l'initiation à la compétition, au fleuret, à l'épée et à l'escrime de spectacle et de cinéma.

Séance santé de rééducation après cancer du sein

📍 Horaires et lieux

@Salle d'Armes du Peyrou

place Jacques Mirouze, 34 000 MONTPELLIER

Horaires en fonction de l'âge,
de l'arme de pratique et du niveau

👤 Adhésion

Cotisation annuelle :

5 à 9 ans : **299€**

10 à 19 ans : **329€**

À partir de 20 ans : **345€**

Étudiant : **299€**

Artistique : **250€**

12€ d'adhésion MUC Omnisports inclus

Contact

escrime@mucomnisports.fr

04 67 63 39 53



Dès 1921

FOOTBALL

Pratique du football dès 5 ans que ce soit en loisir ou en compétition.

📍 Horaires et lieux

Ecole de Foot

U6 à U9 Mercredi 14:00-16:00

@stade Jeu de Mail (synthétique)
267 rue de la jalade - Montpellier

U10 à U13 Mercredi 16:00 - 18:00

@stade Jeu de Mail (synthétique)
267 rue de la jalade - Montpellier

U13 à U17 Mercredi et vendredi 18:00 – 20:00

@stade Jeu de Mail (synthétique)
267 rue de la jalade - Montpellier

Seniors Mercredi et jeudi 20:00 – 22:00

@stade Jeannot Vega
av. Val de Montferrand - Montpellier
@stade Jeu de Mail (synthétique)
267 rue de la jalade - Montpellier

👤 Adhésion

Cotisation annuelle :

U6 à U9 : 150€

(inclus survêtement + maillot + short + chaussettes)

U10 à U17 : 180€

(inclus survêtement + maillot + short + chaussettes)

Seniors : 120€

(inclus short + chaussettes)

12€ d'adhésion MUC Omnisports inclus

Contact

football@mucomnisports.fr

Stéphane Barat **06 36 51 70 21**



Section féminine

GYMNASTIQUE

Gymnastique artistique - (barres asymétriques, poutre, sol, table de saut)

- Débutantes de 6 à 11 ans
- Cours «Portes Ouvertes» le mercredi 13 septembre 2023 à 17 heures (cours 1h30) au Palais des Sports VEYRASSI (présence d'un parent obligatoire)

📍 Horaires et lieux

Cours tous niveaux (filles exclusivement)

Débutantes : Samedi 16 h à 18 h.

Perfectionnement :

le mercredi de 17 à 19 h + samedi 14 à 16 h.

@ Palais Universitaire des Sports VEYRASSI

1142, avenue du Pic Saint Loup Montpellier

👤 Adhésion

Cotisation annuelle :

(non remboursable)

Débutante : 300€ + 70€

(2h /sem. le samedi exclusivement) (possibilité sur 2 cours / semaine suivant niveaux et conditions de la crise sanitaire).

Perfectionnement : 390€ + 70€ (4 heures/semaine)

Perfectionnement+++ : 420€ + 70€

(4 heures/semaine + 4 h par mois)

+ 12€ d'adhésion MUC Omnisports

Contact

gymnastique@mucomnisports.fr

Annick Vignard **04 67 55 07 12**

(Laisser un message en cas d'absence)

Dès 5 ans



HANDBALL

Handball féminin et masculin à partir de 5 ans en compétition et loisir.

📍 Horaires et lieux

5/6 ans & 7/8 ans

@Busnel, Samedi Matin

9/10 ans & 11/12 ans

@Busnel (filles)

@Ostermeyer (Garçons)

Mercredi Après-midi

13/14 ans, 15/17 ans, 15/17 ans & Seniors

2 entraînements /sem.

Loisirs

1 entraînement /sem.

👤 Adhésion

Cotisation annuelle :

à partir de 140€

+ 12€ d'adhésion MUC Omnisports

Contact

handball@mucomnisports.fr

Secrétariat 07 83 72 13 46

Essais gratuits - Prêt du matériel toute l'année



HOCKEY / GAZON

La section possède 2 équipes seniors (h/f), de tous âges et tous niveaux participant au championnat N2 et à des tournois amicaux dans toute la France. L'objectif principal du club est de développer le hockey en véhiculant les valeurs de convivialité et de fair-play. Les premiers entraînements sont gratuits et nous prêtons le matériel toute l'année.

📍 Horaires et lieux

@Gymnase Jean Ramel

Samedi 9:30-11:00 Lundi 18:00-20:00

@Stade de la Pompiagne

Mardi 19:00-21:00

👤 Adhésion

Cotisation annuelle : 140€

+ 12€ d'adhésion MUC Omnisports

Contact

hockey@mucomnisports.fr

Sarah Lalisce 06 33 31 84 84

À partir de 16 ans



IAÏDO

Le iaido est un ensemble de techniques d'escrime exécuté avec un sabre japonais. Les katas s'effectuent seul. Il s'agit de développer l'attention, la concentration, le calme intérieur, la souplesse et la force. La pratique du iaido permet un bon entretien musculaire et développe la coordination physique. Le iaido possède une facette morale et philosophique qui peut être abordée par ceux qui le souhaitent.

📍 Horaires et lieux

@Gymnase JOFFRE salle 6

Cours Setei iai

Lundi 19h-20h45

Muso shinden et travail à 2 au bokken

Mercredi 18h30-20h

👤 Adhésion

Cotisation annuelle : 220€

Licence fédérale, 12€ d'adhésion

MUC Omnisports et cotisation club inclus

Mise à disposition du matériel pour les débutants

Contact

iaido@mucomnisports.fr

Christelle Chabbert 06 33 49 40 40

Dès 5 ans



JUDO

La section Judo propose des cours pour tous les âges (dès 4ans) et pour tous les niveaux au dojo du MUC Garosud.

📍 Horaires et lieux

Mardi :

17h45-18h30 pour les 2019 à 2018 (babys)

18h30-19h30 pour les 2017 à 2014 (poussins et mini-poussins)

19h30-20h30 pour les 2013 et plus âgés (benjamins et plus)

Vendredi :

17h30-18h30 pour les 2017 à 2015

18h30-19h30 pour les 2014 à 2012 (poussins et benjamins)

19h30-20h30 pour les 2011 et plus âgés (minimes et plus)

@Dojo MUC Garosud

👤 Adhésion

Cotisation annuelle :

Éveil judo (2019/2018) 160€ + 42€ de licence

1 cours/semaine et 2 cours/semaine 170€ + 42€ de licence

12€ d'adhésion MUC Omnisports inclus

Contact

judo@mucomnisports.fr

0661737776

0662423639

Dès 8 ans - Un art qui s'adresse à tous



KENDO

Enfants et ados bienvenus ! Le kendo ? C'est l'art du sabre japonais. Un art qui s'adresse à tous, dès l'âge de 8 ans. Les samourais modernes pratiquent avec un shinai : sabre souple formé de lattes de bambou, qui permet de se livrer sans risque à de vrais combats en armure. Pratique sportive, le kendo constitue également un exercice pour l'esprit : il favorise la concentration, la détermination, la sérénité.

Le club Kendo Montpellier compte 6 enseignants diplômés dont une enseignante, Sylvie Rolland. Pierre Lheureux, directeur technique du club et kyoshi 7e Dan, est l'un des plus hauts gradés de la discipline en France.

📍 Horaires et lieux

@Lycée privé La Merci

Tous publics

Lundi, Mercredi et Vendredi de 19h15-21h30

👤 Adhésion

Cotisation annuelle :

Adultes : 230€ +41€ licence

Jeunes : 155€ +41€ licence

+ 12€ d'adhésion MUC Omnisports

Contact

kendo@mucomnisports.fr

Marie Lheureux 06 17 48 10 95

Sport olympique ancestral



LUTTE

Sport olympique ancestral qui peut être pratiqué par tous en compétition comme en loisirs.

📍 Horaires et lieux

@Gymnase Jouanique

Rue Dalcroze

Adultes

18:00-20:00 Mardi et Jeudi

Enfants

10:00-12:00 Samedi

👤 Adhésion

Cotisation annuelle :

Enfants : 120€

Étudiants : 150€

Adultes : 200€

+ 12€ d'adhésion MUC Omnisports

Contact

lutte@mucomnisports.fr

Patrice Germa 06 64 63 63 85



NATATION

Le 3Muc Natation regroupe 1100 adhérents, répartis sur 7 piscines de la Métropole de Montpellier, avec :

Une École de Natation reconnue depuis plus de 30 ans pour son professionnalisme et son sérieux. Elle vous accueille de 3 à 99 ans avec ses 20 éducateurs diplômés.

Un Pôle Compétition pour la performance des groupes Avenirs aux Masters ainsi qu'un centre d'entraînement dédié au Haut Niveau avec ses sections sportives et universitaires.

📍 Horaires et lieux

ÉCOLE DE NATATION :

@Amphitrite, St Jean de Védas
mardi soir, mercredi et samedi matin

@Pitot, Montpellier :
lundi soir, mercredi après-midi et samedi matin

@Caron, Castelnau-le-Lez
samedi matin

@Vives, Montpellier
vendredi soir (BNSSA)

@Heracles, Saint Brès
samedi après-midi



PÔLE COMPÉTITION :

@Piscine Olympique Angelotti
à Antigone, Montpellier

@Caron, Castelnau-le-Lez

👤 Adhésion

ÉCOLE DE NATATION:

Cotisation annuelle :

1 Adhérent : 295€

2 Adhérents : 565€

3 Adhérents : 820€

4 Adhérents : 1065€

Inclus : bonnet + licences FFN +

12€ d'adhésion MUC Omnisports par adhérent

PÔLE COMPÉTITION :

Cotisation annuelle :

GROUPES AVENIRS

Avenirs 1 : 295€

Avenirs 2 et 3 : 365€ + Pack équipement selon groupe

Autres groupes : 1 Adhérent : 395€ + Pack équipement selon le groupe

Contact

Bureaux 3Muc Natation : 04 67 64 09 72

contact@muc-natation.org

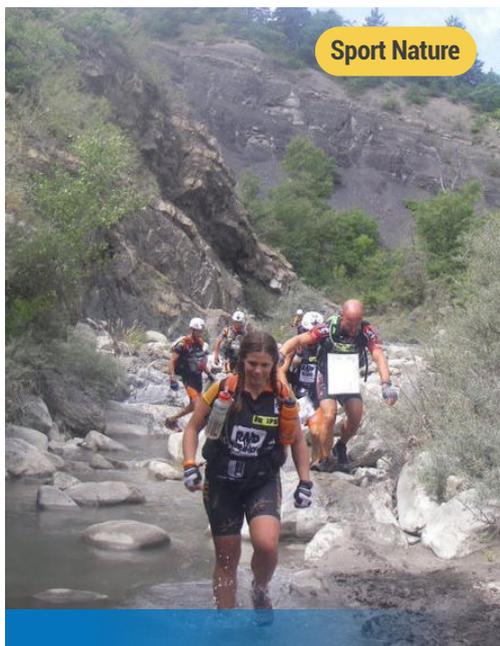
Ecole de Natation : 04 67 64 09 72

ecole@muc-natation.org

Pôle Compétition : 04 67 64 09 72

coordinateur-sportif@muc-natation.org

Sport Nature



ORIENTATION RAID

Pratique de la Course d'Orientation, Raids Multisports, Trail et Activités de Pleine Nature. Affiliée à la Fédération Française de Course d'Orientation et à la Fédération Française de Triathlon.

📍 Horaires et lieux

@autour de Montpellier

Les lieux varient suivant

Les entrainements

1 à 2 samedis par mois

Entrainement Trail/VTT

Tous les mardis soir à 19h

👤 Adhésion

Cotisation annuelle : Adultes : 90€

Tarif variable pour enfants et familles

12€ d'adhésion MUC Omnisports inclus

Contact

orientation@mucomnisports.fr

Marie Peeters 06 82 02 70 28

Pratique régulière
ou occasionnelle



PÉTANQUE

Les amateurs de la pétanque peuvent désormais se retrouver pour jouer en toute convivialité ! Pratique occasionnelle ou régulière.

📍 Horaires et lieux

@Complexe sportif Albert Batteux

👤 Adhésion

De juillet 2023 à décembre 2023 :

40€ d'adhésion pour une licence loisirs.

OPTION : 30€ supplémentaires pour les sociétaires souhaitant adhérer à la FFPJP (la licence fédérale est une licence annuelle permettant de participer aux concours)

SAISON 2024 (année civile) :

60€ d'adhésion

OPTION: 40 euros d'adhésion à la FFPJP

+12€ d'adhésion MUC Omnisports

Contact

petanque@mucomnisports.fr

Henri Damotte 06 80 25 43 15



Pratique régulière
ou occasionnelle

PLONGÉE

Le MUC Plongée est un club de plongée aux activités variées : plongée loisir, plongée biologie subaquatique, plongée aux mélanges gazeux, plongée technique et formation. Il certifie des formations depuis le N1 jusqu'au N4 et plongée technique (nitrox, trimix). Il dispose d'une station de gonflage Nitrox & Trimix.

📍 Horaires et lieux

Weekends Plongées en mer Palavas les Flots, Carnon, Marseille, Saint-Cyr, Costa Brava, Gênes...

👤 Adhésion

Cotisation annuelle : 100€

+50€ par membre de la famille supplémentaire

Licence fédération plongée FFESSM

(Plus de 16 ans) : 40,74€

Jeune (12-16 ans) : 25,77€

📖 Tarif des formations

Consulter le site <https://mucomnisports.fr/plongee>

+12€ d'adhésion MUC Omnisports

Contact

plongee@mucomnisports.fr

Jean Pierre Garcia **06 59 43 88 82**



2 sorties gratuites

RANDONNÉE PÉDESTRE

Toutes les 2 semaines : Des randonnées que nous proposons adaptées à chaque saison, d'une moyenne de 18 km et 500 m de dénivelé.

📍 Horaires et lieux

@Rendez-vous

Au lieu de départ de chaque sortie selon un calendrier que nous publions tous les trimestres sur le site internet.

👤 Adhésion

Cotisation annuelle : 55€ avec 2 sorties d'essai gratuites

12€ d'adhésion MUC Omnisports inclus



Dès 5 ans

ROLLER HOCKEY

Roller : Ecole de patinage enfants et adultes - Découverte et perfectionnement de la pratique du roller.

Roller Hockey : Catégories jeunesse de 5 à 18 ans, Senior N2, N3, N4, loisirs et féminines - Initiation, perfectionnement et compétitions Roller Hockey.

📍 Horaires et lieux

@Complexe Sportif Albert Batteux Montpellier

Lundi, Mardi, Mercredi, Vendredi soir,
Mercredi après-midi et Samedi.

👤 Adhésion

Cotisation annuelle : 130€ à 270€

12€ d'adhésion MUC Omnisports inclus

Contact

randonnee-pedestre@mucomnisports.fr

Marie-Claude Guibert **06 11 89 37 85**

Contact

roller-hockey@mucomnisports.fr

Rudy Ravix **06 28 26 47 88**

Approche personnalisée

SKATE

SKATHERAPY est une école Montpelliéraine, qui amène une approche personnalisée à chaque profil, pour tous les âges et sur différents skatepark (Montpellier, Palavas-les-Flots, Saint-Jean-de-Védas).

Stages vacances scolaires sur Palavas Beaulieu
110€ la semaines de 10h à 12h du lundi au vendredi et 70 € pour les membres du club.

📍 Horaires et lieux

@Montpellier Grammont

Adulte : Mardi 18h-19h30 Perfectionnement :
Dimanche 10h à 11h30
et cours girls de 11h30 à 13h

@Saint-Jean-de-Védas

Tous niveaux :
Mercredi 10h-11h30, samedi 10h-11h30 Intermédiaire :
Mercredi :14h-15h30
Baby 3 ans à 6 ans
Samedi 11h30-12h30

@Beaulieu

Tous niveaux : Samedi 10h-13h

@Palavas-les-Flots

Tous niveaux : Dimanche 10h-11h30
Baby 3 ans à 6 ans : Dimanche 11h30-12h30

👤 Adhésion

Cotisation annuelle : 230€

150€ les 10 séances

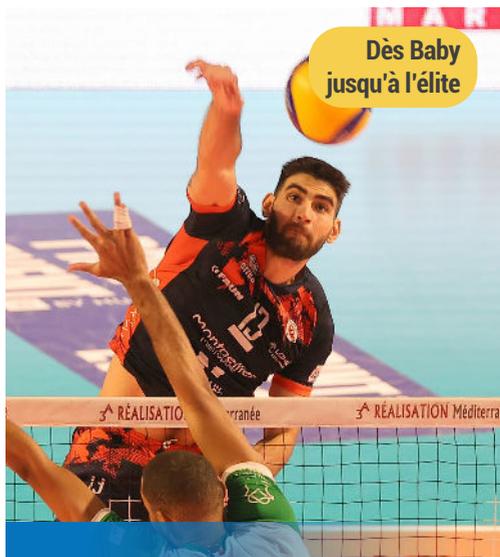
40€ séances individuelles

+12€ d'adhésion MUC Omnisports

Contact

skateboard@mucomnisports.fr
Florent Beauduin 06 52 36 92 93

Dès Baby
jusqu'à l'élite



VOLLEY BALL

Pratique du volleyball dès le plus jeune âge, en loisir ou en compétition, en sections féminine et masculine

📍 Horaires et lieux

Ecole de Volley : M5 à M11

Mercredi 14-18h au Gymnase J. Chirac (Castelnaud)
Mercredi 14-16h à Bessière
Samedi 10h30 – 12h30 à Chaban Delmas (Castelnaud)

M13 à M18 (Masc/Fém)

Mardi 19h-22h
Mercredi 18h-22h
Vendredi 17h30-22h
A Chaban Delmas

Sénior(e)s : départemental à Pré-national (Masc/Fém)

Lundi au jeudi de 20h à 22h à Chaban Delmas

Loisirs

Mercredi-jeudi-vendredi 20h-22h

👤 Adhésion

Plus d'infos sur notre site :
www.montpellier-volley.com

+12€ d'adhésion MUC Omnisports

Contact

volley@mucomnisports.fr
04 67 45 77 77



SPORT SANTÉ

Les activités sport santé s'adressent à toutes personnes souhaitant pratiquer une activité physique régulière pour se maintenir en forme, prévenir les maladies chroniques, et préserver leur capital santé. Les séances sont encadrées par un professionnel en activités physiques adaptées, diplômée. Maximum 15 personnes par groupe, afin de pouvoir s'adapter aux différents besoins de chacun.

Contact

sport.sante@mucomnisports.fr

Justine HENNETIER : 06 99 08 29 44

Pour s'inscrire : muc-sportsante.comiti-sport.fr





CARNET DÉCOUVERTE

Ce carnet vous permet de choisir différentes activités. Il est valable pour « une année scolaire ». Vous pourrez ainsi venir pratiquer du Yoga, de la marche nordique, du longe côte ou encore la formule APA.

10 séances : 90€



FORMULE APA

Le Jeudi de 10h à 11h à Carnon sur la plage du Petit Travers. La séance est découpée en 3 pratiques : Stretching postural + Marche Nordique + Longe côte. L'activité physique adaptée est accessible à tous. Elle permet de reprendre une activité sportive, en douceur, adaptée aux capacités de chacun. Une évaluation initiale et un bilan personnalisé sont inclus dans le programme, afin que vous puissiez mesurer les bienfaits de l'activité. Prêt de bâtons de marche nordique.

180€ / An



YOGA VINYASA

Le Mardi de 13h à 13h45, au Dojo du Muc 150 rue François Joseph Gossec, Montpellier. Prêt de tapis.

180€ / An



LONGE-CÔTE

Le Jeudi de 11h30 à 12h30 + Samedi de 8h30 à 9h30 à Carnon, plage du Petit Travers. Marche active dans l'eau. L'activité se déroule de Septembre à fin début Juillet. Cette pratique est idéale pour booster sa condition physique, tout en profitant des bienfaits de l'eau de mer. Matériel nécessaire : Maillot de bain sport, lunettes de soleil, casquette, serviette / poncho, chausson néoprène et l'hiver en supplément : combinaison intégrale ou shorty, gants néoprène, bonnet ou cagoule, des affaires bien chaudes pour l'après-séance.

180€ / An



PARA'SPORT NATATION

Le Mercredi :
13h30/14h30 (Enfants, débutant) ;
14h30/15h30 (intermédiaire) ;
17h30/18h30 (Adultes, perfectionnement)

Possibilité de créneaux supplémentaires en fonction de la demande.

Piscine Antigone et Piscine Caron

Cette section Para-sport accueille toutes les personnes en situation de handicap (Handicap moteurs ou déficiences intellectuelles), qui souhaite apprendre à nager ou se perfectionner. Les séances sont encadrées par un entraîneur de natation (diplômé sport santé), à la piscine Antigone.

260€ / An

AU TRIMESTRE OU À L'ANNÉE



PROGRAMME ÉQUILIBRE ET PRÉVENTION DES CHUTES : MAISONS SÉNIORIALES : SPÉCIFIQUE SÉNIORS

Permettre aux participants de repérer, d'identifier et d'agir sur les facteurs de risques de chute.

A l'aide de matériel spécifique connecté, les participants bénéficient d'une évaluation initiale, intermédiaire et de fin de prise en charge.

Travailler l'équilibre de façon ludique en associant le coté cognitif. Les séances sont dispensées dans un cadre stimulant et sécurisant et sont gérées par des enseignants en Activité Physique Adaptée, diplômés et formés.



PARA'SPORT NATATION POUR LES ÉTABLISSEMENTS SPÉCIALISÉS

Apprendre à nager à tous les élèves est une priorité nationale, inscrite dans le programme d'Education Physique et Sportive. » Les établissements spécialisés sont tout autant concernés.

Le Muc sport santé en partenariat avec le 3Muc Natation, propose des cours de natation adaptés au public des IME, ITEP, ESAT, FAM, MAS ... Avec un Maître-nageur sauveteur, diplômé et spécialisé.



Nos sections Aviron et Escrime vous proposent des créneaux spéciaux Sport Santé. Accompagnés par un éducateur en activité physique adaptées.

Pour plus de renseignements merci de vous adresser directement au Muc Sport Santé.



ANIMATION LOISIRS

Créé dans les années 90, le MUC Vacances permet aux enfants de 3 à 17 ans de pouvoir découvrir et s'initier à différents sports, des plus traditionnels aux plus originaux. En 2023 le MUC Vacances fusionne avec le MUC Omnisports pour ne faire qu'une seule entité : le MUC

Intégrer le sport dans le quotidien des enfants est une de nos priorités, et chacun trouvera son bonheur dans un de nos accueils de loisirs à dominante sportive, stages ou séjours de vacances. En complément de ces activités sportives, et afin de répondre aux besoins de chacun, le MUC revendique sa volonté de faire découvrir également aux enfants et ados une multitude d'activités socioéducatives.

La pratique d'activités multisports et socioéducatives a pour but l'épanouissement de l'enfant, qui doit pouvoir évoluer dans un climat de vacances, de confiance, de bonne humeur et de satisfaction. L'accueil du MUC doit permettre à l'enfant d'être acteur de ses vacances, d'apprendre en se faisant plaisir et de développer les échanges.

Contact

contacts@mucomnisports.fr

04 99 58 35 36

Pour s'inscrire : www.mucomnisports.fr

Complexe Sportif Albert Batteux, 150 rue François
Joseph Gossec 34070 MONTPELLIER

Accueil téléphonique : du lundi au vendredi
de 9 h à 13 h et de 14 h à 16 h



LE MUC ANIMATION LOISIRS C'EST :

7 Accueils de loisirs à dominante sportive, à Montpellier, Lauret et La Boissière ; de 3 à 17 ans, ouverts les mercredis et vacances scolaires (sauf Noël)

15 Stages sans hébergement à thématiques différentes dès 3 ans

16 Séjours de vacances et mini séjours dès 6 ans en Occitanie et en France

Plus de **100** Interventions par jour sur les Temps Péri-scolaires des écoles de la Ville de Montpellier

Près de **1500** adhérents

Une équipe de **14** salariés permanents **150** salariés vacataires et plus de

ENCADREMENT DE QUALITÉ

Les activités sont encadrées par des professionnels de l'animation et du sport recrutés avec soin. Titulaires d'un diplôme d'animation et/ou de sport, les animateurs sont choisis pour leurs compétences, leurs expériences, la qualité des relations qu'ils tissent avec les jeunes, leur volonté d'agir dans leur éducation et le sérieux de leur engagement.

Dans sa perpétuelle recherche de qualité, le MUC sollicite des spécialistes dans chaque discipline. Il évolue, entouré des autres associations affiliées du MUC pour atteindre ses objectifs.

DU CHOIX POUR TOUS, SELON LES ÂGES ET LES ENVIES !

Des accueils de loisirs proposant des activités et programmes sportifs et socio-éducatifs, diversifiés et adaptés aux besoins de chacun. Des stages sportifs sans hébergement permettant à chaque enfant de découvrir ou de se perfectionner dans l'activité de son choix. Des séjours en France, adaptés aux envies de tous pour vivre une aventure sportive unique ! Des formations BAFA par le biais du MUC Formation pour permettre aux jeunes de devenir animateurs, et peut-être intégrer les équipes d'animation !

() Toutes nos actions sont déclarées auprès du Ministère de la Jeunesse et des Sports. Elles répondent donc à toutes les obligations réglementaires ainsi qu'au respect des normes d'hygiène de la restauration et de l'hébergement. L'accueil du MUC doit permettre à l'enfant d'être acteur de ses vacances, d'apprendre en se faisant plaisir et de développer les échanges.*



ACCUEILS DE LOISIRS

Tous les mercredis et pendant les vacances scolaires, les équipes d'animation du MUC accueillent vos enfants, dès 3 ans, et leur proposent des activités sportives et éducatives adaptées à l'âge et aux besoins de chacun !

📍 Lieux

@ Montpellier :

Le MUC Baby Millénaire, Saint Eloi et Veyrassi
pour les 3/5 ans

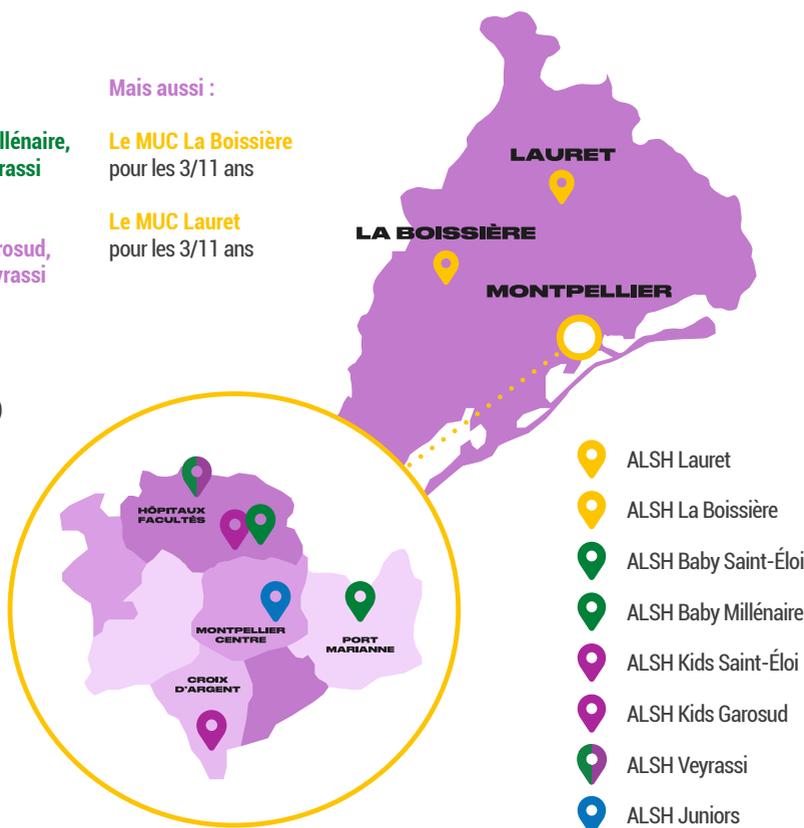
Le MUC Kids Garosud, Saint Eloi et Veyrassi
pour les 6/14 ans

Le MUC Juniors
pour les 6/17 ans
(uniquement l'été)

Mais aussi :

Le MUC La Boissière
pour les 3/11 ans

Le MUC Lauret
pour les 3/11 ans



- 📍 ALSH Lauret
- 📍 ALSH La Boissière
- 📍 ALSH Baby Saint-Éloi
- 📍 ALSH Baby Millénaire
- 📍 ALSH Kids Saint-Éloi
- 📍 ALSH Kids Garosud
- 📍 ALSH Veyrassi
- 📍 ALSH Juniors



STAGES

Découvrez nos stages sportifs sans hébergement pour les enfants et adolescents de 3 à 17 ans !

Débutants, confirmés, chacun y trouve son compte ! Encadré par nos équipes d'animation diplômées et spécialisées, chacun pourra découvrir l'activité de son choix en toute sécurité.

Tous nos stages sans hébergement sont organisés de la même façon :

L'activité choisie se pratique durant 2h30 à 3h par jour. Sur la demi-journée restante, il sera proposé aux enfants de découvrir des activités multisports et/ou socio-éducatives.



SÉJOURS

Des séjours multisports pour s'amuser et découvrir de nouvelles expériences, adaptés à l'âge et aux envies de chacun ! Découvrez notre choix de séjours pour permettre à chaque enfant ou adolescent de s'évader et de se créer de nouveaux souvenirs !

Encadré par nos équipes d'animation diplômées, chacun pourra pratiquer différentes activités de loisirs éducatifs, sportives, culturelles et de détente, en toute sécurité et profiter pleinement de son séjour et faire de nouvelles rencontres !



Chaque année nous proposons de nouveaux stages et séjours pour encore plus de découverte, suivez notre actualité

www.mucomnisports.fr

INFOS ET INSCRIPTIONS

toutes les inscriptions Accueils de Loisirs et Stages doivent obligatoirement se faire en ligne sur www.muc-vacances.com, par le biais de notre portail famille (<https://muc-vacances.belamiportailfamille.fr>).

Vous retrouverez tous les tarifs sur notre site internet !



4 ÉTAPES POUR S'INSCRIRE :

- 1.** Je crée mon compte famille sur le Portail famille
- 2.** Après validation par la structure, je peux procéder à l'inscription de mon enfant sur les activités (selon le calendrier de réservation)
- 3.** J'envoie l'ensemble des pièces à fournir obligatoirement pour toute inscription (disponibles dans la rubrique Infos Pratiques de notre site internet) par mail à l'adresse contact@muc-vacances.com
- 4.** Après traitement de ma demande, je reçois ma facture directement sur le Portail et je peux procéder au paiement en ligne (possibilité de payer en 3 ou 4 fois sans frais)

Contact

contacts@muconnisports.fr

04 99 58 35 35

Pour s'inscrire : www.muconnisports.fr

Complexe Sportif Albert Batteux, 150 rue François Joseph Gossec 34070 MONTPELLIER

Accueil téléphonique : du lundi au vendredi de 9 h à 13 h et de 14 h à 16 h



FORMATION

Dédié aux formations dans les métiers du sport, de l'animation, du secourisme et de la prévention sur Montpellier, Nîmes et Millau, Le MUC défend les valeurs et la philosophie du club universitaire en Région OCCITANIE. Le centre de formation du MUC est labellisé CERTIF REGION OCCITANIE depuis 2013, certifié Qualiopi depuis 2020 et intervient sur plusieurs dispositifs de formation. Avec le soutien de la Région Occitanie, les jeunes peuvent découvrir les métiers du sport et de l'animation, et obtenir une formation qualifiante, comme le Brevet Professionnel de la Jeunesse, de l'Education Populaire et du Sport - BPJEPS et CPJEPS. Ces formations permettent aux demandeurs d'emploi d'accéder gratuitement à une qualification professionnelle et à un emploi !

Depuis 2019, l'apprentissage est possible sur l'ensemble des cursus de formation BPJEPS avec le CFA SPORT OCCITANIE. Notre démarche : Individualiser les suivis, simplifier les passerelles avec d'autres organismes de formations partenaires, sécuriser le parcours de formation pour acquérir des compétences vers une insertion durable en emploi.

L'emploi et la professionnalisation au centre de nos préoccupations ! Plus de 70% des stagiaires ont validé leur diplôme et 80% d'entre eux ont trouvé un emploi à l'issue de la formation.

Contact

secretariat@mucformation.fr

04 99 58 35 35

Pour s'inscrire : www.muconnisports.fr

Accueil téléphonique : du lundi au vendredi
de 9 h à 13 h et de 14 h à 16 h



Projet cofinancé par le Fonds Social Européen







FORMATION SPORT

ÉDUCATEUR SPORTIF

Il encadre tout type de public, dans tout lieu d'accueil ou de pratique en menant des activités physique pour tous.

COACH SPORTIF

Il accompagne des clients dans leurs objectifs de remise en forme ou de préparation aux compétitions

PROF DE FITNESS

Il dispense des cours collectifs et favorise le développement de la pratique sportive.

MAITRE-NAGEUR SAUVETEUR

Il veille à la sécurité des personnes, enseigne l'apprentissage de la nage et encadre des activités aquatiques.

ANIMATEUR AUPRÈS D'UN PUBLIC EN SITUATION D'HANDICAP

Il met en œuvre des cycles de séances sportives intégrant des personnes en situation d'handicap moteur, sensoriel, mental et physiques.

ANIMATEUR TIR À L'ARC

Il conçoit, réalise et organise des projets un projet de Tir à l'Arc. Il prépare, maîtrise et encadre avec sécurité l'activités dans de nombreux secteurs.

BPJEPS ACTIVITÉS PHYSIQUES POUR TOUS

Lieux : Montpellier, Millau, Nîmes

BPJEPS ACTIVITÉS DE LA FORME MENTION HALTÉROPHILIE / MUSCULATION

Lieux : Nîmes

BPJEPS ACTIVITÉS DE LA FORME MENTION COURS COLLECTIFS

Lieux : Nîmes

BPJEPS ACTIVITÉS AQUATIQUES ET DE LA NATATION

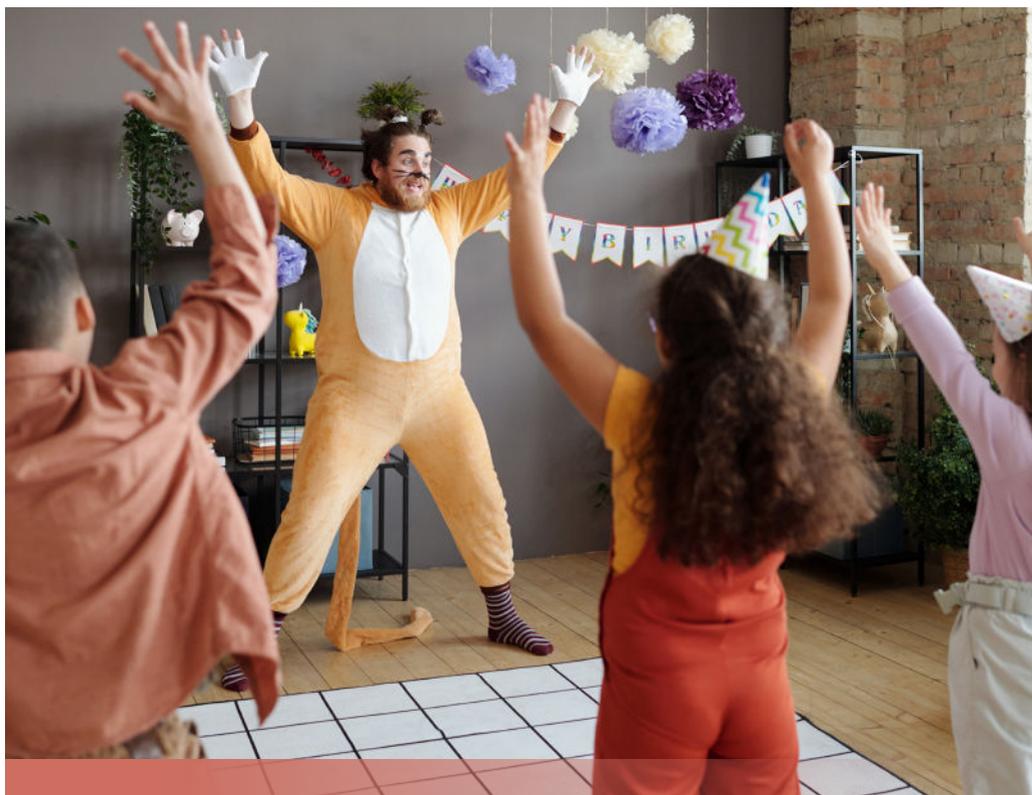
Lieux : Montpellier - Nîmes

CERTIFICAT COMPLÉMENTAIRE ACCOMPAGNEMENT ET INCLUSION DES PERSONNES EN SITUATION D'HANDICAP

Lieux : Montpellier et Nîmes

CQP ATA

Lieux : Montpellier et Occitanie



FORMATION ANIMATION

ANIMATEUR PROFESSIONNEL

Il met en place des projets d'animation. Il peut occuper un poste de directeur d'Accueil Collectif de Mineurs.

ANIMATEUR PROFESSIONNEL

Il anime des temps de la vie quotidienne

DIRECTEUR D'ACCUEIL COLLECTIF DE MINEURS

Formation complémentaire à tous les BPJEPS pour devenir directeur d'Accueil Collectif de Mineurs.

ANIMATEUR SAISONNIER

Il exerce ses fonctions d'animation, dans les Accueils Collectifs de Mineurs de façon occasionnelle.

BPJEPS LOISIRS TOUS PUBLICS

Lieux : Montpellier

CPJEPS ANIMATEUR D'ACTIVITÉS ET DE VIE QUOTIDIENNE

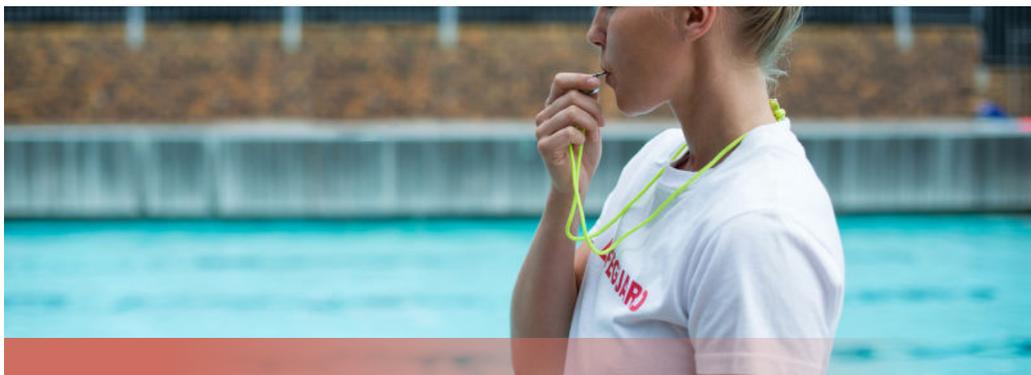
Lieux : Montpellier

CERTIFICAT COMPLÉMENTAIRE DE DIRECTION D'ACM

Lieux : Montpellier

BABA BREVET D'APTITUDE AUX FONCTIONS D'ANIMATEUR

Lieu : Montpellier et Occitanie



FORMATION (QUALITÉ – PRÉVENTION – SECOURISME)

Le MUC Formation a le plaisir de vous accompagner dans vos formations Secourisme et Sauvetage. Ces formations sont destinées aux salariés et demandeurs d'emploi souhaitant se former ou développer leurs compétences pendant leur carrière professionnelle. Possibilité d'organiser des programmes de formation inter et intra-entreprise pour renforcer les compétences et les savoir-faire spécifiques aux besoins de l'entreprise.

BNSSA SÉCURITÉ ET SAUVETAGE AQUATIQUE

Le BNSSA est un diplôme préalable à l'entrée en BPJEPS Activités Aquatiques de la Natation.

Lieux : Montpellier

PSE 1 PRÉVENTION ET SECOURS ÉQUIPE NIVEAU 1

Formation continue obligatoire pour les titulaires du BNSSA, BEESAN ou BPJEPS AAN.

Durée de la formation : 38 heures min.

Recyclage : 7 heures

PSC 1 PRÉVENTION ET SECOURS CIVIQUE NIVEAU 1

Formation de base pour les premiers secours !

Durée de la formation : 7 heures

Recyclage : 7 heures

PSE 2 PRÉVENTION ET SECOURS EN ÉQUIPE NIVEAU 2

Durée de la formation : 28 heures min.

Recyclage : 7 heures

SST – SAUVETEUR

Durée de la formation : 14 heures

SECOURISTE DU TRAVAIL & MAC SST - MAINTIEN ET ACTUALISATION DES COMPÉTENCES

Former au STT au sein de l'entreprise est une obligation du code du travail.

GQS : GESTES QUI SAUVENT

(Initiation aux premiers gestes de secourisme)

Durée de la formation : 2 heures

DÉMARCHE QUALITÉ

Accompagnement à la mise en oeuvre d'une démarche qualité - Certifications Qualiopi/ Certifié Région + Audits diagnostic + Ateliers de prévention des risques liés à l'activité physique (PRAP)

PRÉVENTION DES RISQUES PROFESSIONNELS

Accompagnement à la rédaction du Document Unique de l'Évaluation des Risques Professionnels (DUERP)

PRÉVENTION SANTÉ

Ateliers Prévention primaire : Addictions, alimentation, sommeil, ... + Ateliers Pauses Actives dans les écoles, entreprises et collectivités



AUTRES FORMATIONS

FORMATION À LA MÉTHODE PILATES

Former et développer des compétences et des techniques relatives au Pilates.

FORMATION NUTRITION SPORTIVE

ACCOMPAGNEMENT VAE

Accompagnement de A à Z : du montage de votre dossier CPF jusqu'à l'Obtention du Diplôme.

ACCOMPAGNEMENT QVT (QUALITÉ DE VIE AU TRAVAIL)

Gestion du stress, des émotions, Activités sportives...

VALEURS DE LA RÉPUBLIQUE ET LAÏCITÉ

Expliquer les principes de laïcité dans les situations professionnelles.

CONDUIRE UN PROJET

L'essentiel à savoir pour piloter et réussir vos projets.

Nous consulter pour toutes demandes
de formations continues pour vos salariés :

www.muformation.fr
04 99 58 35 35



RECRUTEMENT

Le MUC recrute tout au long de l'année !

Partenaire important de la ville de Montpellier depuis 2014 dans l'organisation et la mise en œuvre des temps périscolaires, le MUC sollicite près d'une centaine d'animateurs pour intervenir sur ces temps périscolaires (contrat de 7 à 16h par semaine) sur les écoles de la ville (secteurs Croix d'Argent, Hôpitaux-Facultés, Millénaire et Mosson)

Le MUC recrute également, pour ses ALSH, stages et séjours, des animateurs sportifs et des animateurs de loisirs le mercredi et/ou les vacances scolaires. Des postes de directeur (ou adjoint), d'assistant sanitaire, sont également à pourvoir lors des périodes de vacances.

Envie de rejoindre nos équipes d'animation ?

N'hésite pas à envoyer ta candidature et tes disponibilités à recrutement_animation@muconnisports.fr

Le MUC recrute également pour ses centres de formation à Montpellier, Nîmes et Millau.

Des postes de formateurs, jurys, intervenants sur différentes thématiques comme la développement durable, la laïcité, l'anatomie, la pédagogie...

Pour postuler ou simplement avoir plus de renseignements : recrutement@muconnisports.fr

AGENDA 2023/2024

SEPTEMBRE 2023 :

- Vital Sport Décathlon
- Antigone des Associations
- Sportissime

OCTOBRE 2023 :

Vacances d'automne :

- Stages
- Séjours
- Accueils de loisirs

NOVEMBRE 2023 :

Vacances d'automne :

- Stages
- Séjours
- Accueil de loisirs

DÉCEMBRE 2023 :

Vacances de fin d'année :
fermeture du siège social

JANVIER 2024 :

- Vacances de fin d'année :
fermeture du siège social
- Vœux

FÉVRIER 2024 :

Vacances d'hiver :

- Stages
- Séjours
- Accueil de loisirs

MARS 2024 :

- Journée Sport Santé
- Salon TAF

AVRIL 2024 :

- Journée prévention
- Vacances printemps :
- Stages
- Séjours
- Accueil de loisirs

MAI 2024 :

Journée santé

JUIN 2024 :

Fête des sports

JUILLET 2024 :

Vacances d'été :

- Stages
- Séjours
- Accueil de loisirs

AOÛT 2024 :

Vacances d'été :

- Stages
- Séjours
- Accueil de loisirs

SEPTEMBRE 2024 :

- Vital Sport Décathlon
- Antigone des Associations
- Sportissime

The logo for MUC (Municipalité d'Union de Châteauguay) features the letters 'MUC' in a bold, white, sans-serif font. To the right of the letters are several parallel diagonal lines in white and yellow, creating a sense of motion and energy.

DEVIENS MUCISTE !

**BIENVENUE
DANS UN CLUB
CENTENAIRE**

**PASSIONNÉ(E) DE
SPORT LE MUC
N'ATTEND QUE TOI !**

**PRATIQUANT,
BÉNÉVOLE...**

**PARTENAIRE,
MÈCÈNE...**

**ANIMATEUR,
FORMATEUR...**

STAGIAIRE



MUC

**COMPLEXE SPORTIF
ALBERT BATTEUX**

150 rue François Joseph Gossec
34070 Montpellier

04 99 58 35 35

www.mucomnisports.fr

contacts@mucomnisports.fr

