

## ■ Tarifs réduits pour les adhérents domiciliés à Martigues

**TN - 50 %** : réduction de 50 % si revenus ≤ 1016 € /mois/personne d'un même foyer

**TN - 30 %** : réduction de 30 % si revenus ≤ 1399 € /mois/personne d'un même foyer ou élève/étudiant (+ 15 ans)

Sur présentation des justificatifs originaux (dernier avis d'imposition ou de non-imposition, dernière quittance de loyer ou facture EDF, pièce d'identité, certificat de scolarité)

## ■ Réductions individuelles pour tous nos adhérents

**TN - 10 %** : Réduction de 10 % lors de la pratique d'une deuxième activité

(sur l'activité la moins chère), sauf sortie, stage et escapade

Les réductions ne sont pas cumulables.

activités	tarif normal (TN)	TN - 50 %	TN - 30 %	TN - 10 %
<b>ATELIERS BIEN-ÊTRE</b>				
Atelier Sophro 1 - Gestion du stress...	216 €	108 €	151 €	194 €
Atelier Sophro 2 - Détente et renforcement...	195 €	98 €	137 €	176 €
Méthode Feldenkrais	216 €	108 €	151 €	194 €
Sophrologie	216 €	108 €	151 €	194 €
Yoga du rire	69 €	35 €	48 €	62 €
<b>ACTIVITÉS SPORTIVES *</b>				
Balades sportives	120 €	60 €	84 €	108 €
Gymnastique douce	60 €	30 €	42 €	54 €
Marche nordique	156 €	78 €	110 €	140 €
Méthode Pilates	216 €	108 €	151 €	194 €
Qi gong	195 €	98 €	137 €	176 €
Remise en forme en plein air	114 €	57 €	80 €	103 €
Tai-chi	195 €	98 €	137 €	176 €
Yoga et relaxation	216 €	108 €	151 €	194 €
<b>ATELIERS ARTISTIQUES</b>				
Arts plastiques	225 €	113 €	158 €	203 €
Chœur Gospel	98 €	49 €	69 €	88 €
Chorale	60 €	30 €	42 €	54 €
<b>ATELIERS LITTÉRAIRES</b>				
Ateliers d'écriture	100 €	50 €	70 €	90 €
Atelier philo et littérature	200 €	100 €	140 €	180 €
<b>ATELIERS LINGUISTIQUES</b>				
Anglais / Espagnol / Italien	184 €	92 €	129 €	166 €
<b>ATELIERS HISTOIRE DES ARTS</b>				
Art moderne et contemporain	123 €	62 €	87 €	111 €
Histoire et patrimoine	100 €	50 €	70 €	90 €
Histoire du cinéma	150 €	75 €	105 €	135 €
Patrimoine de Provence	152 €	76 €	106 €	137 €

(\*) Le certificat médical d'aptitude à la pratique sportive n'est plus obligatoire. Nous vous conseillons néanmoins de discuter de votre projet avec votre médecin traitant.

## ■ Activités gratuites pour les adhérents de l'UMTL :

Les jeudis de l'UMTL / Scrabble

Retrouvez la tarification des stages et des escapades sur les pages de programmation dédiées à cet effet.

Nous vous rappelons que la programmation des activités, en début de saison, est prévisionnelle. Les lieux, jours et horaires sont donnés à titre indicatif, des changements pourraient intervenir lors de la mise en place effective des ateliers. Si le nombre de participants est insuffisant, l'activité concernée sera supprimée et vous serez remboursé.