

■ Tarifs réduits pour les adhérents domiciliés à Martigues

TN - 50 % : réduction de 50 % si revenus ≤ 1034 € /mois/personne d'un même foyer
TN - 30 % : réduction de 30 % si revenus ≤ 1426 € /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 %
“ ateliers bien-être				
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 €
Relaxation au son des bols tibétains	120 €	60 €	84 €	108 €
“ activités sportives *				
Balades sportives	120 €	60 €	84 €	108 €
Gym douce	70 €	35 €	49 €	63 €
Marche nordique	156 €	78 €	110 €	140 €
Méthode Pilates	216 €	108 €	151 €	194 €
Qi gong	195 €	98 €	137 €	176 €
Tai-chi - Qi gong	195 €	98 €	137 €	176 €
Remise en forme en plein air	114 €	57 €	80 €	103 €
Yoga et relaxation	216 €	108 €	151 €	194 €
“ ateliers artistiques				
Arts plastiques	243 €	122 €	170 €	219 €
Chœur Gospel / Urban Gospel	98 €	49 €	69 €	88 €
Chorale	60 €	30 €	42 €	54 €
“ ateliers linguistiques				
Anglais / Espagnol / Italien	198 €	99 €	139 €	178 €
“ ateliers histoire des Arts				
Art moderne et contemporain	132 €	66 €	92 €	119 €
Histoire et patrimoine	90 €	45 €	63 €	81 €
Histoire du cinéma	150 €	75 €	105 €	135 €
Patrimoine de Provence	171 €	86 €	120 €	154 €

(*) 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 le détail de chaque rendez-vous sur notre site : www.umtl.fr

L'UMTL vous informe via la newsletter de l'actualité du mois à venir.

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.

D'autres jeudis de l'UMTL, stages et escapades de la saison 2025-2026 sont en cours de programmation.