


# LES ACTIVITÉS DE LA MJC SAISON 2022 - 2023

## **INSCRIPTIONS**

À partir du 22 août 2022 - du lundi au vendredi, de 15h à 19h.  
Vendredi 2 septembre, de 17h à 20h : Forum des associations.  
**VOIR DATES D'INSCRIPTIONS AU DOS DU DÉPLIANT.**


## ACTIVITÉS ENFANTS & JEUNES

### SPORTS ET ARTS MARTIAUX - DE 2 À 17 ANS


					<b>HC</b>
BABY GYM	2 ans (avec un adulte)	Mercredi	9h - 10h	160 €	163 €
ÉVEIL GYM	3/4 ans	Mercredi	10h - 11h	160 €	163 €
GYM PARCOURS	5/6 ans	Mercredi	11h - 12h	160 €	163 €
YOGA	3/5 ans (avec un adulte)	Mercredi	13h30 - 14h30	160 €	163 €
YOGA	6/8 ans	Mercredi	14h30 - 15h30	160 €	163 €
YOGA	9/12 ans	Mercredi	15h30 - 16h30	160 €	163 €
ÉVEIL KARATÉ	3/5 ans	Jeudi	17h - 18h	160 €	163 €
KARATÉ	6/14 ans	Jeudi	18h - 19h	160 €	163 €
JUDO	4/6 ans	Mardi	17h - 18h	160 €	163 €
JUDO	7/14 ans	Mardi	18h - 19h30	193 €	196 €
GYM TONIC	Dès 16 ans	Mercredi	18h30 - 19h30	160 €	163 €



### ARTS ET CULTURE - DE 3 À 17 ANS






					<b>HC</b>
CIRQUE	3/5 ans	Mercredi	14h45 - 15h45	160 €	163 €
CIRQUE	6/8 ans	Mercredi	13h45 - 14h45	160 €	163 €
CIRQUE	9/14 ans	Mercredi	15h45 - 17h15	193 €	196 €
THÉÂTRE	6/7 ans	Mercredi	9h - 10h30	193 €	196 €
THÉÂTRE	8/11 ans	Mercredi	10h30 - 12h	193 €	196 €
COUTURE	Dès 16 ans	Mardi	17h30 - 19h	193 €	196 €
COUTURE	Dès 16 ans	Mardi	19h - 20h30	193 €	196 €
THÉÂTRE D'IMPRO	Dès 16 ans	Jeudi	18h45 - 20h15	193 €	196 €
THÉÂTRE D'IMPRO	Dès 16 ans	Jeudi	20h15 - 21h45	193 €	196 €

### DANSES - DE 6 À 17 ANS



					<b>HC</b>
HIP-HOP - Débutant	6/8 ans	Mercredi	17h - 18h	160 €	163 €
HIP-HOP - Intermédiaire	9/14 ans	Mercredi	18h - 19h	160 €	163 €
ROCK - Débutant	Dès 16 ans	Lundi	20h45 - 21h45	160 €	163 €
ROCK - Intermédiaire	Dès 16 ans	Samedi	10h - 11h30	160 €	163 €
ROCK - Confirmé	Dès 16 ans	Lundi	19h30 - 20h30	160 €	163 €

## ACTIVITÉS ADULTES






### LUNDI

			HC
YOGA	10h45 - 11h45	190 €	195 €
YOGA	12h15 - 13h15	190 €	195 €
DE FIL EN AIGUILLE	14h30 - 16h	25 €	25 €
PILATES	16h30 - 17h30	190 €	195 € 
PILATES	18h - 19h	190 €	195 € 
PILATES	19h - 20h	190 €	195 € 
POSTURAL BALL	20h - 21h	190 €	195 € 
SOPHROLOGIE - 10 séances *	18h15 - 19h15	65 €	70 €
ROCK - Confirmé	19h30 - 20h30	190 €	195 €
ROCK - Débutant	20h45 - 21h45	190 €	195 €

### MARDI



			HC
COUTURE (matériel non fourni)	17h30 - 19h	224 €	229 €
COUTURE (matériel non fourni)	19h - 20h30	224 €	229 €
PASTEL (matériel non fourni)	15h30 - 17h	224 €	229 €
POSTURAL BALL	19h45 - 20h45	190 €	195 € 
COUNTRY - Débutant	18h45 - 19h45	190 €	195 €
COUNTRY - Novice	19h05 - 20h05	190 €	195 €
COUNTRY - Intermédiaire / Confirmé	20h25 - 21h25	190 €	195 €

### MERCREDI





			HC
PILATES	12h15 - 13h15	190 €	195 € 
ANGLAIS - Débutant	17h - 18h30	224 €	229 €
ANGLAIS - Intermédiaire	18h30 - 20h	224 €	229 €
ANGLAIS - Confirmé	20h - 21h30	224 €	229 €
GYM TONIC	18h30 - 19h30	190 €	195 € 
GYM TONIC	19h30 - 20h30	190 €	195 € 
GYM TONIC	20h30 - 21h30	190 €	195 € 
YOGA	19h15 - 20h15	190 €	195 €
YOGA	20h15 - 21h15	190 €	195 €

UNE SÉANCE D'ESSAI GRATUITE EST POSSIBLE  
POUR TOUTES LES ACTIVITÉS ENFANTS, JEUNES & ADULTES !


### JEUDI

			HC
YOGA	10h45 - 11h45	190 €	195 €
YOGA	12h15 - 13h15	190 €	195 €
CARDIO FITNESS	12h15 - 13h15	190 €	195 € 
INFORMATIQUE	15h30 - 17h	224 €	229 €
TRICOT	18h - 20h	25 €	25 €
THÉÂTRE D'IMPRO	18h45 - 20h15	224 €	229 €
THÉÂTRE D'IMPRO	20h15 - 21h45	224 €	229 €
YOGA	19h15 - 20h15	190 €	195 €
YOGA	20h15 - 21h15	190 €	195 €

### VENDREDI

			HC
GYM DOUCE	9h15 - 10h15	190 €	195 € 
GYM DOUCE	10h30 - 11h30	190 €	195 € 
PILATES	12h15 - 13h15	190 €	195 € 

### SAMEDI

			HC
VITRAIL * (matériel non fourni)	9h - 12h	190 €	195 €
VITRAIL - Débutant * (matériel non fourni)	9h - 12h	140 €	145 €
JARDIN *	9h - 12h	25 €	25 €
PHOTO *	9h30 - 11h30	190 €	195 €
ROCK - Intermédiaire *	10h - 11h30	190 €	195 €

\* Voir planning pour les dates de séances, à retrouver sur notre site web.

 Tarif pour les personnes habitant ou travaillant à Pierre-Bénite (justificatif).

**HC** Tarif pour les personnes habitant **HORS** Pierre-Bénite.

 Certificat médical obligatoire.

RENDEZ-VOUS SUR NOTRE SITE WEB  
AFIN DE VOUS INSCRIRE À L'INFOLETTRE BIMESTRIELLE  
DE LA MJC ET RECEVOIR LES ÉVÉNEMENTS À VENIR.

## ACCUEIL DE LOISIRS - POUR LES 6/11 ANS

L'équipe d'animation de la MJC accueille vos enfants en journée de 8h00 à 18h00, goûter compris avec la possibilité de déjeuner sur place (repas tiré du sac). Jeunes citoyennes et citoyens, les enfants sont en capacité de participer activement à l'organisation de leurs vacances dès leur plus jeune âge. animateurs:trices et enfants décideront ensemble du programme d'activités et du fonctionnement des vacances. *Voir ci-dessous pour modalités d'inscription.*

## JEUNESSE - POUR LES 11/17 ANS

### ACCUEIL JEUNES

Durant les vacances scolaires, viens construire ton programme d'activités.

*Voir ci-dessous pour modalités d'inscription.*

### EXPRIME TON TALENT - COLLÈGE MARCEL PAGNOL

Rejoins la Pagnol Team pour organiser un événement culturel où tu seras l'artiste. Tu souhaites monter sur scène ou rester dans l'ombre des coulisses ? Tu as ta place dans ce projet ! *Rendez-vous tous les jeudis de 13h à 14h15 au collège.*

### L'ACCOMPAGNEMENT À LA SCOLARITÉ

Pour les collégiennes et collégiens. Tous les mardis et jeudis (hors vacances scolaires) - De 16h45 à 18h15 à la MJC. *Entretien préalable avec le(s) parent(s), le/la jeune et le coordinateur de la MJC. Gratuit avec adhésion annuelle nominative de 13€.*

### LA FABRIQUE À PROJET

Toute l'année, la MJC soutient tes initiatives et peut t'accompagner dans tes projets individuels ou collectifs et t'aider à les réaliser. Si ça t'intéresse, viens en parler à Marc ! *Les mercredis, de 14h à 16h à la MJC.*

### INSCRIPTIONS POUR LES VACANCES D'AUTOMNE

À partir du 26 septembre 2022 / 13€ d'adhésion individuelle + Tarif selon le quotient familial.

### DATES DES VACANCES SCOLAIRES

- > Automne : du lundi 24 octobre au vendredi 4 novembre 2022
- > Hiver : du lundi 6 au vendredi 17 février 2023
- > Printemps : du mardi 11 au vendredi 21 avril 2023
- > Été : du lundi 10 au vendredi 28 juillet 2023

## INSCRIPTIONS

**Tarif adhésion : Enfant : 13€ / Adulte : 17€**

**Du 4 au 29 juillet** : Pour les adhérent·es 2021-22 - Du lundi au vendredi, de 15h à 18h.

**À partir du 22 août** : Pour toutes et tous - Du lundi au vendredi, de 15h à 19h.

**Vendredi 2 septembre**, de 17h à 20h : **Forum des associations** au complexe sportif La Canopée.

**Samedi 3 septembre**, matinée d'inscriptions de 9h à 12h.

**Du 12 septembre au 10 octobre** : Nocturne les lundis jusqu'à 20h30.