

“ Enfants & adolescents ”

Éveil corporel

Pour les 4-6 ans avec Amandine CARRERE
Mercredi de 10h30 à 11h30
Tarif : 85 €/an - à partir du 15/09/2010
Salle de la Méjane

Préparatoire Classique

Pour les 6-8 ans avec Annie LACHAUME
Mercredi de 14h à 15h
Classique élémentaire :
Pour les 9-11 ans
Mercredi de 15h à 16h
Salle de la Méjane

Danse modern jazz

avec Amandine CARRERE
Pour les 7-9 ans : Jeudi de 17h à 18h
à partir du 16/09/2010
Salle annexe du gymnase
Pour les 8-9 ans : lundi de 17h à 18h
Pour les 10-11 ans : lundi de 18h à 19h
à partir du 13/09/2010 - Salle de la Méjane
avec Annie LACHAUME
Pour les 12-14 ans : mercredi de 16h à 17h
Pour les 15 ans et + : mercredi de 17h à 18h
à partir du 15/09/2010 - Salle de la Méjane
Tarif 1 - 2 - 3 heures : 100 - 165 - 220 €/an

Danse hip hop

avec Arnaud TALIDEZ
Pour les 10 ans et + : mercredi de 18h15 à 19h15
Tarif : 65 €/an - à partir du 15/09/2010
Annexe gymnase

Danse mahoraise

avec Lihouani ALI, Olive BACARI, Fatima YOUSSEF
Tout public : mardi de 18h à 19h
Tarif : carte astuce - à partir du 14/09/2010
Salle de danse du Coséc

Théâtre

avec Marie STREHAIANO
Pour les 7-13 ans : mardi de 17h30 à 19h
Tarif : 78 €/an - à partir du 05/10/2010
Salle centre technique municipal

Baby-gym

avec Virginie CONAN
Pour les 4-6 ans : lundi de 17h à 18h
Tarif : 85 €/an - à partir du 13/09/2010
Annexe gymnase

Budo

avec Kamel KOOB
Pour les 6-11 ans : Mardi 17h15 à 18h30
Pour les 11-15 ans : Mardi 18h30 à 20h30
Tarif : 90€ - à partir du 14/09/2010
Annexe gymnase

Volley enfants

École de volley : 7-10 ans :
avec Jean-Claude PERIE
mardi de 17h15 à 19h00
Tarif : 75 € - à partir du 07/09/2010
Nouveau gymnase
Pour les benjamin(es) 11-12 ans
samedi de 10h à 12h
Tarif : 75 € - à partir du 07/09/2010
Ancien gymnase

Jeux d'échecs

avec Sandor HORVATH
Pour les 7 ans et + : mercredi de 15h à 17h
Tarif : Carte Astuce - à partir du 15/09/2010
Salle centre technique municipal

Arts plastiques

(dessin, sculpture, manga...)
avec Marlène KAINANE
Pour les 10-12 ans : mercredi de 13h30 à 15h
Pour les 6-10ans : mercredi de 15h à 16h30
Tarif : 75 € - à partir du 15/09/2010
Salle centre technique municipal

“ Adolescents & adultes ”



Initiation à la micro-informatique

avec Sébastien TAILHADES, Johan BARTHAS
Pour les adultes :
lundi et mardi de 14h à 16h : débutants
lundi et mardi de 16h à 18h : initiés
Tarif : 2€ la séance - à partir du 04/10/2010
Salle multimédia MJC

Photo

Ados et adultes avec Michel MILLIERE
Travail en numérique
Mercredi de 20h30 à 22h30
Salle Multimédia MJC
Travail en argentique - Labo photo
Mardi de 14h à 17h - Jeudi de 20h30 à 23h
Tarif : 50 €/an - à partir du 07/09/2010
Salle du château

Peinture sur soie, sur verre et sur tissu

Monique ASSEMAT PROUTEAU,
Françoise CALVET et Annie VIEU
Tout âge - Mardi de 13h30 à 17h30
Tarif : selon ouvrage - à partir du 14/09/2010
Salle centre technique municipal

Couture

avec Michelle SEGUIER et Françoise VERGNES
Pour adultes : Lundi de 14h à 17h
vendredi de 14h à 17h [déco couture]
Tarif : Participation aux fournitures
à partir du 06/09 et 10/09
Salle du château

Cuisine

avec Michelle SEGUIER
Pour adultes : 1^{er} mercredi du mois de 14h à 17h
Tarif : Participation aux fournitures
Démarriage exceptionnel le 15/09/2010
Salle du château

Point de croix

avec Françoise VERGNES et Carine LEFEVRE
Pour adultes : Mardi de 20h30 à 22h30
Tarif : participation aux fournitures
à partir du 07/09/2010
Salle du château

Art floral

avec Lucette FERVAL, Noélie BERTHOUMIEU
Pour adultes :
2^e vendredi de chaque mois de 14h à 16h30
Tarif : 30 €/an - à partir du 10/09/2010
3^e vendredi de chaque mois de 20h30 à 22h30
Tarif : 30 €/an - à partir du 17/09/2010
Salle centre technique municipal

Modelage et poterie

avec Annette GUIRAUD, Georgette MORO
Adultes : Jeudi de 14h à 17h
Tarif : Participation aux fournitures
à partir du 09/09/2010
Salle centre technique municipal

Initiation home déco

Nouveau avec Betty MORVAN
Pour adultes : 1 fois par trimestre, à la journée
Tarif : 20 € la séance
Salle du centre technique municipal

Atelier troupe de théâtre

Marie GUILHOT
Pour adultes : Lundi de 20h30 à 22h30
Tarif : 30 €/an - à partir du 06/09/2010
Salle centre technique municipal

Randonnée Pédestre

avec J-P. CUQ et André BARREAU
Tout âge - Jeudi et dimanche à partir de 13h30
Tarif : 20€ individuel ou 39€ famille/an
à partir du 09/09/2010

Musculation

avec Patrice FAURY
Pour adultes :
Lundi de 19h à 20h, Mardi et jeudi 10h40 à 11h40
Tarif : 1 - 2 h/semaine - 160 € - 250 €/an
à partir du 13/09/2010 au COSEC

Fitness techniques douces

Gym d'entretien avec Virginie CONAN
Lundi de 18h30 à 19h30
Gymnase annexe
avec Chantal CORBET

Body sculpt

Lundi de 19h30 à 20h30
à partir du 13/09/2010
Gymnase annexe

Yoga

avec Brigitte SIGUIER
Mardi de 10h45 à 11h45
à partir du 14/09/2010
Salle de danse du COSEC
avec Chantal CORBET

Body sculpt

Jeudi de 18h15 à 19h15 - à partir du 16/09/2010
Gymnase annexe
Tarif : 1 - 2 - 3 séances au choix
117 € - 175 € - 225 €/an

Volley

Volley Juniors avec Karine SIRE
à partir de 17 ans
vendredi de 19h à 21h
Tarif : 95€/an - à partir du 03/09/2010
Nouveau gymnase

Volley Seniors 1 et 2

avec Alain AURIOLS
Mardi de 19h à 20h45
vendredi de 20h45 à 22h45
Tarif : 95 €/an - à partir du 27/08/2010
Nouveau gymnase

Volley loisirs

avec Véronique DELBARD
Cédric REYNES, Patrice BELLANGER
à partir de 18 ans - Mardi de 21h à 23h
Tarif : Carte Astuce - à partir du 14/09/2010
Nouveau gymnase

Badminton

avec Joël ANDRIEU
Lundi de 20h15 à 22h15
Tarif : 10€/an - à partir du 06/09/2010
Ancien gymnase
avec Frédéric STRASSEL
Mardi de 12h15 à 13h40
Tarif : 10€/an - à partir du 07/09/2010
Nouveau gymnase
avec Jérôme CABOT
Mercredi de 20h15 à 22h15
Tarif : 10€/an - à partir du 08/09/2010
Ancien gymnase

Sophrologie

avec Bénédicte TRENTO MYLONAS
Pour adultes : lundi de 18h30 à 19h30
vendredi de 12h15 à 13h15
Tarif : 195 €/an - à partir du 13/09/2010
Salle de réunion au Coséc

Danse Africaine

avec CHACCOOL
Pour adultes : Lundi de 20h45 à 22h15
Tarif : 213 €/an - à partir du 13/09/2010
Annexe gymnase

Danse modern jazz

avec Amandine CARRERE
Pour adultes : lundi de 20h30 à 22h
Tarif : 110 €/an - à partir du 13/09/2010
Salle de la Méjane

Danse de salon

avec Hélène BOCHET
Pour adultes : Mercredi de 19h à 20h
Niveau débutant rock, danse de salon
Pour adultes : Mercredi de 20h à 21h
Niveau avancé rock, danse de salon
Pour adultes : Mercredi de 21h à 22h
Nouveau Salsa
Tarif : 1h - 2h
120 € - 205 €/an - à partir du 15/09/2010
Salle de la Méjane

Chant

avec Françoise de FANTI
Pour adolescents et adultes : jeudi de 20h à 21h
Tarif : 85€/an - à partir du 16/09/2010
Salle de danse Coséc

Chant

avec Françoise de FANTI
Pour adolescents et adultes : jeudi de 20h à 21h
Tarif : 85€/an - à partir du 16/09/2010
Salle de danse Coséc

Chant

avec Françoise de FANTI
Pour adolescents et adultes : jeudi de 20h à 21h
Tarif : 85€/an - à partir du 16/09/2010
Salle de danse Coséc

Chant

avec Françoise de FANTI
Pour adolescents et adultes : jeudi de 20h à 21h
Tarif : 85€/an - à partir du 16/09/2010
Salle de danse Coséc

Chant

avec Françoise de FANTI
Pour adolescents et adultes : jeudi de 20h à 21h
Tarif : 85€/an - à partir du 16/09/2010
Salle de danse Coséc

Chant

avec Françoise de FANTI
Pour adolescents et adultes : jeudi de 20h à 21h
Tarif : 85€/an - à partir du 16/09/2010
Salle de danse Coséc

“ Dates à retenir ”

- Samedi 4 septembre 2010**
Journée portes ouvertes MJC de 15h30 à 17h30 à la MJC
- Samedi 4 septembre à 18h**
Vernissage de l'exposition "L'arbre source de vie"
- Vendredi 1^{er} et samedi 2 octobre 2010**
50 ANS de la MJC
- Vendredi 15 octobre 2010**
Concert dans le cadre du festival Autan blues avec "Electric Duo" blues, rock, electro
- Vendredi 29 octobre 2010**
Concert deuxième édition "Moustache party" en partenariat avec l'association Aphasz
- Vendredi 5 novembre 2010**
Conférence chantée animée par Françoise de Fanti
- Dimanche 21 novembre 2010**
Tournoi badminton au Coséc
- Vendredi 10 décembre 2010**
"Le père Noël est un conteur"
- Vendredi 21 janvier 2011**
Exposition collecte de mémoires à l'espace Arthur Batut
- Vendredi 28 janvier 2011**
Concert rock avec Bref, Escobar et Welcome In Peace à l'espace musique MJC
- Samedi 19 février 2011**
Concert dans le cadre du Rock'n Tarn avec l'ADDA du Tarn
- Vendredi 4 au 6 mars 2011**
Exposition club broderie, peinture sur soie de la mjc et les dentellières de Rigoutou
- Jeudi 24 au samedi 26 mars 2011**
Des théâtres avec pour thème "Partir..." à la Fabrique
- Vendredi 15 avril 2011**
Exposition club photo mjc "Sans thème"
- Mardi 24 mai au 28 mai 2011**
Participation de clubs d'activités de la MJC à la semaine des arts organisée par les Plasticiens d'Oc
- Samedi 29 mai 2011**
Fête du volley tarnais
- Vendredi 17 et samedi 18 juin 2011**
Tournoi René Bec
- Dimanche 19 juin 2011**
3^e édition "Voyage autour de la danse"

Mjc
labruguière
activités 2010 | 2011