

ADHÉSION

Pour pouvoir pratiquer une activité, la carte d'adhérent (carte Astuce) est obligatoire.

- 7€ pour les étudiants et demandeurs d'emploi.
- 16€ adhésion individuelle.
- 27€ adhésion couple.
- 30€ adhésion famille.
- 3€ carte astuce extérieure à la mjc

INSCRIPTIONS

Rendez vous pour les inscriptions aux activités 2014/2015 à la MJC du lundi 1^{er} au mardi 30 septembre de 16h à 18h30, sauf le vendredi de 10h à 12h.

Soirée exceptionnelle pour les inscriptions à la MJC : **Mardi 7 octobre 2014 de 16h à 20h**

Espace jeunes mjc

ALSH (Accueil de loisirs Sans Hébergement) pour les jeunes 11-16 ans. Mercredi après midi, vendredi en soirée les 1^{er} et 3^{er} du mois, Petites vacances, Grandes vacances.

CLAC (Centre de Loisirs Associé Aux Collèges) pour les 11-15 ans. Tous les midis et soirs en partenariat avec les deux collèges de la ville pendant le temps périscolaire.

Pour toute activité sportive, certificat médical obligatoire. Après les deux cours d'essai, aucun remboursement d'activités ne sera effectué, même sur présentation d'un certificat médical.

Toute présence aux activités non payée ne sera pas retenue comme inscription définitive et sera due.

1, avenue Victor Avérous - 81290 LABRUGUIÈRE
Tél : 05 63 73 33 50 - Fax : 05 63 74 17 73
secretariat-mjclabruguiere@wanadoo.fr
www.mjclabruguiere.fr

Edito

Comme chaque année, vous découvrirez notre plaquette qui présente les clubs d'activités, les événements culturels et sportifs de la saison. En choisissant la MJC pour vos activités, vous vous engagez au sein d'une structure associative qui défend des valeurs d'éducation populaire, tolérance, citoyenneté, solidarité, laïcité, épanouissement individuel et collectif. En tant qu'association loi 1901, nous aimerions que l'assemblée générale de la MJC, instance ouverte à tous les adhérents, soit un véritable lieu d'échanges, de propositions et de décisions partagées. L'implication d'un plus grand nombre d'entre vous au sein de ces instances rend légitime les orientations définies par la MJC. Dans le contexte de rigueur actuel, notre structure subit le désengagement financier de l'État qui se répercute de fait sur notre tarification. Notre association fonctionne avec des salariés mais également des bénévoles dont l'implication est essentielle pour maintenir l'existant et développer notre structure. Nous sollicitons toutes les bonnes volontés pour renforcer notre équipe. Par notre existence et nos valeurs défendues, nous favorisons le lien social sur notre territoire et pensons qu'il est important que notre action perdure. Nous vous souhaitons une agréable saison 2014/2015.



Dates à retenir

- Samedi 20 Septembre** Représentation troupe Théâtre MJC à La Fabrique
- Mercredi 24 septembre** au Rond Point en partenariat avec l'ADMA et le Rond Point. 20h30 : Projection-débat : **MAQUISARBRES**, résistance d'hier et aujourd'hui pour demain En présence de Maxime Apostolo, directeur de Pulsart. Exposition et présentation par les enfants du PRE (Programme Réussite Éducative) « l'arbre aux besoins ».
- Vendredi 26 septembre 2014** Concert dans le cadre du tremplin « Maca'rock » en partenariat avec l'association LZPROD et Art Zic à 21h à la salle de musique de la MJC.
- Vendredi 10 octobre 2014** Apéro concert à 21h dans le cadre du festival **AUTAN DE BLUES** en partenariat avec le Bolegason et le Rond Point, à l'espace musique de la MJC avec Zozophonie Trio.
- Vendredi 17 octobre 2014** Concert en partenariat avec **Radiom** à 21h à la salle de musique de la MJC.
- Jeudi 20 novembre 2014** Café-citoyen animé par Thomas Brun, en partenariat avec la nouvelle Arcadie et le Rond Point sur la thématique « engagement bénévole et rôle des associations dans la vie locale ».
- Dimanche 30 novembre 2014** Tournoi de badminton COSEC de Labruguière
- Vendredi 5 au dimanche 7 décembre 2014** Marché de Noël des traditions européennes en partenariat avec Active et Bulgares en pays d'Autan à la fabrique. De nombreuses animations prévues.
- Jeudi 5 et vendredi 6 mars 2015** Festival des théâtres au Rond Point.
- Mardi 17 et mercredi 18 mars 2015** Forum jobs d'été et initiatives jeunes en partenariat avec Point malin et Information Jeunesse du Tarn à la Fabrique.
- Mardi 20 mai au 5 juin 2015** Semaines des arts en partenariat avec les plasticiens d'Oc au Rond Point
- Vendredi 12 et 13 juin 2015** Tournoi René Bec volley au COSEC de Labruguière
- Au mois de juin** Voyage autour de la danse.

Mini-stages YOGA

avec Brigitte SIGUIER au rond point de 14h30 à 17h

- Samedi 22 novembre 2014** Le yoga : pour qui, pour quoi
- Samedi 24 janvier 2015** Prendre soin de soi
- Samedi 28 mars 2015** yoga et pensée positive

Sur inscription à la MJC.
Tarif : 22€/séance et 60€/les 3 séances

SOPHROLOGIE

avec Bénédicte TRENTO MYLONAS de 14h à 18h

- Samedi à définir** Sophrologie et vie professionnelle

Besoin de calme
Valeur, compétences, relever les défis, conscience professionnelle et sommeil
Tarif : 30€/séance et 80€/les 3 séances



Mjc
labruguière

Activités
2014/2015

Création & impression - Imprimerie Palety - 05 63 72 28 23

Mjc labruguière

Enfants & adolescents

Éveil corporel : Pour les 4-6 ans avec Amandine CARRERE
Samedi de 10h30 à 11h30
Tarif : 100€/an - à partir du 13/09/2014
Le Rond Point

Danse classique : avec Annie DELANDE
Classique 1 : Mercredi de 14h à 15h
Classique 2 : Mercredi de 15h à 16h
Classique 3 : Mercredi de 17h à 18h
à partir du 10/09/2014
Le Rond Point

Danse modern jazz : avec Amandine CARRERE
Pour les jazz 1 : jeudi de 17h15 à 18h15
Pour les jazz 2 : Jeudi de 18h15 à 19h15
à partir du 11/09/2014

Danse modern jazz : avec Annie DELANDE
Pour les Jazz 4 : mercredi de 16h à 17h
à partir du 10/09/2014
Pour les jazz 5 : mercredi de 18h à 19h30
à partir du 10/09/2014
Le Rond Point

Danse contemporaine : avec Annie DELANDE
Pour les enfants : mardi de 17h15 à 18h15 - **NOUVEAU**
Pour les ados : mardi de 18h15 à 19h15
à partir du 09/09/2014
Le Rond Point

Tarif 1 h :	120€ / an
Tarif 2 h :	210€ / an
Tarif 3 h :	300€ / an
Tarif 1h30 :	130€ / an
Tarif 2h30 :	220€ / an
Tarif 3h30 :	330€ / an

Danse hip hop : avec Virgil CANDEIL
Pour les 10-15 ans : jeudi de 17h15 à 18h15
Tarif : 120€/an - à partir du 11/09/2014
Annexe du gymnase

Théâtre : avec Hélène MARQUES
Pour les CE1 jusqu'aux CM2 : mardi de 17h30 à 18h30
Tarif : 125€/an - à partir du 09/09/2014
Le Rond Point

Stages théâtre

avec Hélène MARQUES
pour les pré-ados de 10 - 14 ans
Mardi de 17h15 à 19h
en vue du festival des théâtres
Le Rond Point

NOUVEAU

Arts plastiques (dessin, sculpture, manga...) : avec Elisabeth Deletang
Pour les 6 - 12 ans : mercredi de 17h15 à 18h45
Tarif : 120€/an - à partir du 10/09/2014
Le Rond Point

Poterie et modelage : avec Anna Viala
Pour les 4 - 8 ans : mardi de 17h30 à 18h30
Pour les 8 - 12 ans : mardi de 18h30 à 19h30
Tarif : 115€ - à partir du 09/09/2014
Le Rond Point

NOUVEAU

Anglais : avec Jennifer LONJOU
Pour les CP et CE2 : mardi de 18h à 19h
à partir du 08/09/2014
Salle du château

NOUVEAU

Relaxation et sophrologie
avec Bénédicte TRENTO MYLONAS
Pour enfants et ados : mardi de 17h30 à 18h30
Tarif : 200€/an - à partir du 09/09/2014
Salle de cours du COSEC

Zumbatonic : avec Virginie CONAN
Pour les 4 - 7 ans : lundi de 17h15 à 18h15
Tarif : 100€/an - à partir du 08/09/2014
Annexe gymnase

Rock sauté : avec Hélène BOCHET
Pour les débutants : mardi de 17h15 à 18h15
Pour les avancés : mardi de 18h15 à 19h15
Tarif : 125€/an - à partir de 09/09/2014
Annexe gymnase

Judo : avec Virginie L'HERMITTE
Pour les 6 - 10 ans : jeudi 18h15 à 19h15
Pour les 10 ans et + : jeudi de 19h15 à 20h15
Tarif 120€/an - à partir du 11/09/2014
Annexe gymnase

VLAN-Volley enfants : Filles et garçons
Responsable : Jean-Claude Perié
Entraînements : horaires et jours suivant effectifs et bénévoles disponibles
Tarif : 90€/an
nouveau gymnase COSEC
Possibilité de séances Découvertes tous les mardis de septembre

École de volley : de 7 à 10 ans
Mardi de 17h15 à 19h
à partir du 2 septembre
École de volley et benjamines : 9 à 12 ans
Mardi de 19h à 20h et vendredi 18h à 20h
à partir du 2 septembre
Minimes et cadettes : de 13 à 16 ans
Mardi de 19h à 21h et vendredi de 18h à 20h
à partir du 5 septembre

Stages Volley

Spécial garçons : de 9 à 12 ans
le samedi matin de 9h à 12h
et à chaque vacances scolaires sur la journée,
sur rassemblement de tous les clubs du Sud Tarn

Adolescents et adultes

Atelier informatique cyberbase débutants : avec Sébastien TAILHADES et Yohan BARTHES
Mardi de 14h-16h, 16h-18h au trimestre
Tarif : 20€/an à partir du 23/09/2014
Atelier informatique pour initiés : avec Sébastien TAILHADES
Pour les adultes : lundi de 14h-16h, 16h -18h à raison d'1x tous les 15 jours
Tarif : 45€/an - à partir du 22/09/2014
Salle multimédia MJC

Photo : Ados et adultes avec Pierre JIMENEZ
Mercredi de 20h30 à 22h30.
Travail en numérique sur logiciel photo GIMP
Salle Multimédia MJC
Mardi de 14h30 à 17h et Jeudi de 20h30 à 22h30
Travail en argentique Labo photo
Salle du château
Un samedi par mois à la place d'un mercredi et d'un jeudi par mois de 14h30 à 16h : en situation ou en studio (pratique et théorie).
Tarif : 55€/an - à partir du 23/09/2014

Initiation à la gravure avec Elisabeth DELETANG
Cours mensuel un samedi par mois de septembre à juin de 14h à 16h
Tarif : 150€ pour 9 cours/an
13 septembre cours d'essai
Le Rond Point

NOUVEAU

Anglais : avec Jennifer LONJOU
Tout âge. Mardi de 19h à 20h
Tarif : 135€/an
Salle du château

NOUVEAU

Peinture sur soie, sur verre et sur tissus : avec Chantal VITTARI
Tout âge. Mardi de 14h à 17h
(Acrylique sur toile, peinture sur porcelaine, technique de serviettes).
Tarif 10€/an et participation aux fournitures à partir du 30/09/2014
Le Rond Point

Modelage, poterie et usage du tour : avec Annette GUIRAUD
Adultes : Jeudi de 14h à 18h.
Tarif : 20€/an - à partir du 11/09/2014
Le Rond Point

Couture et tricot : avec Michelle SEGUIER
Adultes : Lundi de 14h à 17h.
Tarif : 10€/an - à partir du 08/09/2014
Salle du château

Point de croix et couture : avec Françoise VERGNE
Adultes : Vendredi de 14h à 16h30
Tarif : 10€/an - à partir du 12/09/2014
Salle du château

Cuisine : avec Michelle SEGUIER
Adultes : 1^{er} mercredi du mois de 14h à 17h.
Tarif : 10€/an et participation aux fournitures.
Démarrage exceptionnel le 17/09/2014
Salle du château

Art floral : avec Lucette FÉRAL,
Noëlle BERTHOUMIEU et Orielle LACAN
Pour adultes : 2^e vendredi de chaque mois de 14h à 16h
Pour adultes : 3^e jeudi de chaque mois de 20h à 22h
Tarif : 35€/an - à partir du 12/09/2014 et 18/09/2014
Le Rond Point

Randonnée Pédestre : avec J.-P. CUO et André BARREAU
Tout âge : Jeudi et Dimanche à partir de 13h30
Tarif : 27€ individuel ou 49€ famille/an
à partir du 04/09/2014
RDV à En Laure sur le parking

Gym d'entretien : Lundi de 18h30 à 19h30
avec Virginie CONAN
à partir du 08/09/2014
Tarif : 125€/an
Annexe gymnase

Yoga : avec Brigitte SIGUIER
Mardi de 10h30 à 11h30 et Mercredi de 10h à 11h
Tarif : 125€/an - à partir du 09/09/2014
Le Rond Point

Sophrologie et relaxation : avec Bénédicte TRENTO MYLONAS
Pour adultes : lundi de 18h30 à 19h30
Pour adultes débutants : mardi de 18h30 à 19h30
Tarif : 200€/an - à partir du 08/09/2014
Salle de danse au Cosec

Gym Senior : avec Sylvie GAUSSEN
Mardi de 15h30 à 16h30
Tarif : 120€/an - à partir du 30/09/2014
La Méjane

NOUVEAU

Zumba : avec Virginie CONAN
à partir de 12 ans et adultes : mardi de 20h30 à 21h30
Tarif : 125€/an - à partir du 09/09/2014
La Fabrique

Badminton : avec Joël ANDRIEU
à partir de 16 ans : Lundi de 20h15 à 22h15
avec David Monsarrat
à partir de 16 ans : Mercredi de 20h15 à 22h15
Tarif : 15€/an - à partir du 01/09/2014
Ancien gymnase
avec Gérard SORIEUX
à partir de 18 ans : Mardi de 12h15 à 13h45
Tarif : 15€/an - à partir du 02/09/2014
Nouveau gymnase

AUTAN-Volley adultes : G et F - à partir de 17 ans
Sébastien Brune
Entraînements :
alternance tous les mois entre Labruguière et Puylaurens
Vendredi de 19h à 21h ou 20h à 22h
Tarif : 110€/an - à partir du 29 août
Nouveau gymnase

Volley loisirs : avec Véronique DELBARD,
Cédric REYNES, Patrice BELLANGER
à partir de 18 ans
Mardi de 21h à 23h
Tarif : 10€/an - à partir du 09/09/2014
Nouveau gymnase

Danse Africaine : avec CHACCOOL
Pour adultes : Lundi de 20h45 à 22h15
Tarif : 217€/an - à partir du 15/09/2014
Annexe gymnase

Danse rock, danse de salon : avec Hélène BOCHET
Pour adultes : Mardi de 19h15 à 20h15

Danses latines (salsa, merengue, bachata, kizomba)
Pour adultes : Mardi de 20h15 à 21h15

Zumba
Pour adultes : Mardi de 21h15 à 22h15
Tarif : 125€/an pour 1h
210€/an pour 2h
330€/an pour 3h
Démarrage le 09/09/2014
Annexe du gymnase

Danse modern jazz : avec Amandine CARRERE
Pour adultes : jeudi de 20h30 à 22h
Tarif : 130€/an - à partir du 11/09/2014
Le Rond Point

Barre à terre : avec Amandine CARRERE
Pour adultes : lundi de 19h à 20h
Salle de danse du COSEC
Pour adultes : jeudi de 19h15 à 20h15 - **NOUVEL HORAIRE**
Tarif 1h : 120€/an - à partir du 08/09/2014
Le Rond Point

Langue et culture occitane : avec Christian FONVIELLE
Pour adultes : jeudi de 14h30 à 15h30
Tarif 1h : 100€/an - à partir du 11/09/2014
Salle du château

Atelier troupe de théâtre avec Marie GUILHOT
Pour adultes : Lundi de 21h à 22h30.
Tarif : 35€/an - à partir du 08/09/2014
Salle de la fabrique

Stages adultes théâtre

avec Hélène Marqués
du 28 février au 1^{er} mars 2015
Horaires à définir en vue de la participation
au festival des théâtres.
Le Rond Point

Activités
2014/2015