



MJC

St Baudille

ANIMATION

locale

ACCUEIL

Jeunes

2023
2024

CLUBS

D'ACTIVITÉS

Clubs Enfants/Ados

Arts DESSIN-PEINTURE

Avec Octave VIRGOS
Friche Cormouls Pont de Larn
Mercredi 14h - 16h ou Samedi 9h30 - 11h30
80€/an enfants - 100€/an ados/adultes
+ 20€ de fournitures - **Reprise le 13 septembre**

ATELIER CREATIF

A base de tissu, laine, ruban, boutons...
Avec Elisabeth ALBERT
MJC - Salle poterie - Mardi 18h-19h
4/11 ans - **40€/an - Reprise le 12 septembre**

Sport et Danse BABY GYM

Avec Mounir ELJAGHMATI
MJC - Salle du bas - Mercredi 10h30 - 11h30
4/6 ans - **85€/an - Reprise le 13 septembre**

JUDO

Avec Jean-Noël LAPEYRE
Dojo du Parc des sports - Pont de Larn
Mardi et jeudi 18h - 19h - 6/11 ans - **85€/an**
(licence comprise) - **Reprise le 12 septembre**

AIKIDO **NOUVEAU**

Avec Yohan, Stéphane et Delphine
Dojo du Parc des Sports - Pont de Larn
Lundi et mercredi 18h-19h15
6/12ans - **85€/an - Dès le 11 septembre**

Art martial japonais traditionnel, complet et original, l'Aïkido est accessible à toutes et tous, quel que soit son âge et sa condition physique. La pratique se fait sans force, à mains nues ou avec armes. Il propose une forme de self-défense sans violence.

DANSE

Avec Delphine BOURGES - Le Thirondel

Danse Eveil

Jeudi 17h30 - 18h15 - 3 ans ½ / 5ans **105€/an**
- **Reprise le 14 septembre**

Danse Enfants

Jeudi 18h15 - 19h15 - 6-8 ans - **105€/an**
Reprise le 14 septembre

Danse Ados

Jeudi 19h15 - 20h15 - 9 ans et + - **105€/an**
Reprise le 14 septembre

Culture et Expression

EVEIL MUSICAL

4-6 ans le mercredi 15h15-16h **NOUVEAU**
100€/an - Dès le 13 septembre

CHANT CHORALE

7-10 ans le mercredi 14h-15h **NOUVEAU**
100€/an - Dès le 13 septembre

ATELIER ANGLAIS LUDIQUE

Avec Jennifer LONJOU
Salle annexe MJC

Mercredi 9h30-10h30 - 5-7 ans - **100€/an**
Reprise le 13 septembre

Mercredi 10h45-11h45 - 8-11 ans **100€/an**
Reprise le 13 septembre

Clubs Ados/Adultes

Arts

DESSIN-PEINTURE

Avec Octave VIRGOS
Friche Cormouls - Pont de Larn
mercredi 14h-16h
Reprise le 13 septembre
ou Vendredi 18h-20h - **100€/an**
Ados (à partir du collège) et adultes
+ 20€ de fournitures
Reprise le 15 septembre

PEINTURE

Avec Octave VIRGOS
Friche Cormouls - Pont de Larn
Samedi 9h30-11h30 - **100€/an**
Ados (à partir du collège) et adultes
+ 20€ de fournitures
Reprise le 16 septembre

PATCHWORK

Avec Thérèse BIRBES
Un mardi sur deux - 20h15-22h
Reprise le 3 octobre

POTERIE

Avec Marie-Thérèse DELSOL
Lundi 15h-17h - **Reprise le 2 octobre**

Sport et Danse STEP-GYM

Avec Virginie CONAN
Salle de Rigautou - Mardi 18h45-19h45
85€/an - Reprise le 12 septembre

ROCK'ROLL BACHATA

Avec Lilian CATHALO
Espace du Démal - Pont de Larn

• **Rock'n Roll intermédiaire - 145€/an**
Mercredi 18h30-19h30
Reprise le 20 septembre

• **Bachata intermédiaire - 145€/an**
Mercredi 19h30-20h30
Reprise le 20 septembre

Pré-rentree exceptionnelle
le samedi 16 septembre à 21h
au Thirondel

DANSES TRAD ET NÉO-TRAD

Avec Aude Senegas
Un mercredi sur deux à 20h30
MJC Salle du bas
Reprise le 4 octobre

ZUMBA

Avec Virginie CONAN
Salle de Rigautou - Pont de Larn
Jeudi 18h30-19h30
Dès 15 ans et adultes - **85€/an**
Reprise le 14 septembre

INSCRIPTIONS ENREGISTRÉES AU SECRÉTARIAT PAR ORDRE D'ARRIVÉE
(DOSSIER COMPLET + RÈGLEMENT) PLACES LIMITÉES / 2 COURS D'ESSAI POSSIBLES
CERTIFICAT MÉDICAL OBLIGATOIRE POUR TOUTE ACTIVITÉ SPORTIVE

Clubs Ados/Adultes

Sport et Danse

GYM SENIOR ÉTIREMENT-RELAXATION

Avec Mounir ELJAGHMATI
MJC - Salle du bas
Mercredi 9h-10h - **85€ /an**

Reprise le 13 septembre

BODY SCULPT

Avec Mounir ELJAGHMATI
Salle de la Grange - Pont de Larn
Mercredi 19h15-20h15 - **85€ /an**

Reprise le 13 septembre

CROSS TRAINING

Avec Mounir ELJAGHMATI
Salle de la Grange - Pont de Larn
Lundi 19h20-20h20 - **85€ /an**

Reprise le 11 septembre

GYM DOUCE

Avec Mounir ELJAGHMATI
Salle de la Grange - Pont de Larn
Mercredi 18h15-19h15 - **85€ /an**

Reprise le 13 septembre

JUDO JIJITSU

Avec Jean-Noël LAPEYRE
Dojo du Parc des sports - Pont de Larn
Mardi et jeudi 19h-20h30
A partir de 12 ans - **105€ /an**
(licence comprise)

Reprise le 12 septembre

NOUVEAU AIKIDO

Avec Yohan, Stéphane et Delphine
Dojo du Parc des Sports - Pont de Larn
Lundi et mercredi 19h30 - 21h30
13 ans et + - **120€/an** - **Dès le 11 septembre**

Art martial japonais traditionnel, complet et original, l'Aïkido est accessible à toutes et tous, quel que soit son âge et sa condition physique. La pratique se fait sans force, à mains nues ou avec armes. Il propose une forme de self-défense sans violence.

BUDO

Avec Frédéric et Guillaume
Dojo du Parc des Sports - Pont de Larn
Vendredi 19h-21h - 14-18 ans **80€/an**
Adulte **85€/an** - **Reprise le 15 septembre**

Le Toreikan Budo a pour objet de regrouper la pratique de diverses techniques d'arts martiaux japonais, sport de combat, toutes armes confondues et self défense. Accessible à tous.

Détente et Bien-être

YOGA

Avec Sandrine
Mardi 16h30-17h45 et 18h30-19h45
Jeudi 10h-11h15 au Thirondel - **85€ /an**
Reprise le 12 septembre

Clubs Ados/Adultes

Détente et Bien-être

SOPHROLOGIE

Avec Irène HERNANDEZ
Sophrologue diplômée
Lundi 18h-19h - MJC - Salle du bas
90€ /an - **Reprise le 11 septembre**

Informatique RENCONTRES LINUX

Rencontres et partage
des expériences vécues sous Linux
Avec Jean-Pierre AUBANTON
Lundi 20h30-22h30
Salle annexe informatique
Reprise le 2 octobre

INFORMATIQUE WINDOWS

• **Débutants**
Avec André LAMARQUE, Gillette POULEUR
Mardi 14h30-16h - **Reprise le 3 octobre**
Avec André LAMARQUE et Annette PAUTHE
Jeudi 14h-16h **Reprise le 5 octobre**

Tarifs : **50€** pour pouvoir participer à un ou plusieurs ateliers informatiques
20€ pour les adhérents souhaitant uniquement participer à l'atelier logiciels libres.
Réunion d'information sur l'ensemble des ateliers informatiques :
jeudi 28 septembre à 20h30 à la MJC.
Ouvert à tous

AI GONG de l'Oie Sauvage

Régénérez votre santé

Avec Lysiane
Diplômée de la fédération arts énergétiques et martiaux chinois
Salle de la Grange - Pont de Larn
Mardi 13h-14h - **90€ /an**
Reprise le 12 septembre

Culture & Expression

ATELIER D'ÉCRITURE

Avec Pascale CHARMEIL
à la Bibliothèque de la MJC
Jeudi 18h30-20h30 - **Reprise le 14 septembre**
"Découvrez votre style ... ludique et convivial"

ATELIER VOCAL ADULTE

A partir de 16 ans - vendredi 18h30-19h45
100€/an - **Dès le 15 septembre** **NOUVEAU**
"Osez votre voix, libérez votre créativité"

THÉÂTRE ADULTES

Avec Bernard SEVERAC
Salle du Thirondel - St Baudille **TROUPE AU COMPLET**
Vendredi 20h30-22h30
Reprise le 15 septembre

ANGLAIS DÉBUTANT

Avec Jennifer LONJOU
Mardi 20h-21h - Salle annexe MJC
Adultes - **100€/an** - **Reprise le 12 septembre**

ESPACE LECTURE jeunesse et adulte

Plus de **3700 ouvrages**
dont les derniers romans à succès et ceux de nos auteurs locaux - Emprunts de livres
Avec Françoise LIEGEOIS
Mercredi 15h-16h30 - Jeudi 16h00-18h30
Reprise le 20 septembre

Partenariat avec Dimitri Fort, Massage Mazamétain Relaxant :
MASSAGE OFFERT À TOUT NOUVEL ADHÉRENT
PERMANENCE MJC : 1 JEUDI PAR MOIS





Accueil Jeunes des Rives de l'Arn 12/17 ans

Activités proposées durant les petites vacances et sur le mois de Juillet (fermeture en Août).

Un programme complet est diffusé avant chaque vacances scolaires afin de permettre aux jeunes de s'inscrire. Accueil le mercredi ou le week-end sur projets spécifiques.

Cet Accueil de Loisirs Sans Hébergement est un dispositif intercommunal :

Bout du Pont de l'Arn- Pont de Larn.

Les inscriptions sont ouvertes à tous mais une priorité est donnée aux jeunes résidents sur l'intercommunalité. **La Caf du Tarn** est un partenaire privilégié. Les jeunes sont accueillis à la MJC qui est un lieu convivial où l'équipe d'animation amène les jeunes à devenir acteurs de leurs loisirs, favorise la socialisation et valorise les projets de jeunes sur le territoire.

Différentes actions sont ainsi proposées :

Chantier Loisirs Jeunes, projet ski, sports collectifs et individuels, sports de pleine nature, soirées à thème, sorties culturelles, loisirs récréatifs et détente, temps d'information et de prévention sur les sujets jeunesse, soutien à projets, journées participatives où des réductions sont accordées aux jeunes en échange d'un petit travail (peinture, nettoyage de sentiers...).



Animation Locale

Samedi 16 Septembre :

Soirée **Latino/Rock** avec **DJ SALSASWING**
21h salle du Thirondel.

Samedi 21 Octobre :

Soirée **BAL TRAD**, salle du Thirondel.

Vendredi 17, Samedi 18 et Dimanche 19 novembre :

FESTIVAL DE THÉÂTRE AMATEUR

salle du Thirondel.

Samedi 24 Novembre :

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE de la MJC, salle du Thirondel.

Vendredi 12 Janvier 2024 :

Vœux de la MJC, à 19h au Thirondel.

2e trimestre 2024 :

- **Vide grenier** en Mai
- **Les Monts de St Baudille** en Mai
- **Fête de St Baudille** en Juin
- **Gala de danse** fin juin



D'autres événements peuvent être programmés au cours de la saison

La Maison
des Jeunes et
de la Culture



est une association loi 1901 et a été créée en 1969. Elle a pour ambition de favoriser l'autonomie et l'épanouissement des personnes, et de faire que chacun participe à la construction d'une société plus solidaire. Elle a pour mission d'offrir des services au plus près des habitants, qui encouragent l'initiative, la responsabilité, et la pratique citoyenne. Elle est ouverte à tous, sans discrimination, dans une ambiance de convivialité.

Renseignements et inscriptions MJC St Baudille

4, allée de l'Eglise 81660 PONT DE LARN

E-mail : mjcostbaudille@wanadoo.fr

Site internet : www.mjc-stbaudille.org

Secrétariat ouvert au public

Du mardi au jeudi 14h-18h30

Vendredi 14h-17h30 - Tél: **05 63 61 45 05**

Adhésion à la MJC CARTE ASTUCE

Moins de 18 ans :

18€ ou **10€**

(Accueil jeunes uniquement)

Adulte : 28€

Les inscriptions se font à la MJC

à partir du **Mardi 5 Septembre 2023**

L'Adhésion à la MJC
est obligatoire



Elle permet l'accès à toutes les activités. Elle comprend l'assurance qui couvre les adhérents pendant les activités, permet de bénéficier de tarifs préférentiels lors de différentes manifestations et chez certains commerçants. Elle permet également d'avoir un tarif préférentiel de 7€ sur les spectacles décentralisés "Au fil du Tarn" proposés par la Scène Nationale d'Albi. Elle est valable du 1er septembre 2023 au 31 août 2024. En tant qu'adhérent de la MJC, vous pouvez proposer vos idées, donner de votre temps au profit de l'association (sur des manifestations par exemple), emprunter gratuitement des ouvrages de notre espace lecture, participer à la vie associative (assemblée générale...).

Partenaires

