

Les pôles d'Activités 2017 / 2018

Démarrage des Cours première semaine de septembre et inscriptions à partir du 5 septembre 2017

Attention l'adhésion et les cotisations des stages et activités ne sont ni échangeables, ni remboursables.

Un seul cours d'essai pour les nouveaux arrivants Le paiement des cotisations est possible en plusieurs fois par chèque (Étalement possible selon la somme de septembre 2016 à février 2017 maximum)

Pôle Educatif



ANGLAIS Intervenante: Danièle GRAMONTIN-SAVIN **Tout public.**

Réunions d'information/inscription **mardi 5 septembre de 18h à 20h / mercredi 6 de 16h à 18h**

Les cours des enfants sont basés sur des activités ludiques. Pour les adultes, les conversations priment.

Les niveaux sont à titre indicatif, des changements de groupe peuvent être demandés par l'intervenante en fonction du niveau réel.

Mardis : 4 ^{ème} / 3 ^{ème} : 17h- 18 Pré intermédiaire	Adulte :	1h30:	180 €
18h-19h30 Faux débutants 19h30 – 21h	Adolescent et étudiant :	1h30 :	140 €
Mercredis : CP/CE1/CE2: 15h – 16h	Enfant / adolescent :	1h :	120 €
CM1/CM2: 16h–17h 6 ^{ème} /5 ^{ème} 17h – 18h	Personne bénéficiaire du RSA ou AAH:		60 €
Judis: Lycée: 18h-19h30 Intermédiaire 19h30-21h			

COIN DES INVENTEURS Intervenent: Pascal DEPIE **Tout public.**

Construire et inventer en découvrant l'électricité, la mécanique, les énergies renouvelables...

Mercredis : 6-7 ans : 14h30-16h	Adulte :	180 €
8-10 ans :16h30-18h	Enfant , Adolescent et étudiant:	140 €
Judis: 11-14 ans 17h30 – 19h	Personne bénéficiaire du RSA ou AAH:	60 €
Vendredis: 15 ans et +: 17h30 – 19h		

ACCOMPAGNEMENT SCOLAIRE Intervenent: Alaidine JEBALI

Apprentissage de méthodologie, aide aux devoirs, préparation des contrôles et DM

Judis : 6 ^{ème} /5 ^{ème} 17h -19h	Adolescent :	50 €
Vendredis : 4 ^{ème} /3 ^{ème} 17h -19h		

Pôle Bien-être



PILATE: Intervenante : Catherine MANCERON **A partir de 16 ans.**

Méthode douce de remise en forme physique et mentale. Centré sur l'équilibre corps/esprit, le Pilate développe harmonieusement la silhouette, libère les tensions et élimine le stress.

Judis: 1 ^{er} cours: 17h30-18h30	Adulte :	180 €
2 ^{ème} cours : 18h30-19h30	Adolescent et étudiant :	140 €
	Personne bénéficiaire du RSA ou AAH:	60 €

Les tarifs sont à l'année; les tarifs étudiants et Revenu Solidarité Active ou Allocation Adulte Handicapé sont appliqués sur justificatif (RSA et AAH: justificatif d'1 mois maximum) **Personnes (adultes et enfants) n'habitant pas Miramas: Tarif Miramas +70€**

YOGA Intervenante : Céline LEDIZES **A partir de 16 ans.**

Au fil des postures, le souffle se libère les tensions s'effacent, l'énergie circule plus librement et le mental s'apaise et la stabilité émotionnelle prend place à l'agitation.



Vendredis: 1er cours: 18h-19h; Adulte : **180 €**
2ème cours: 19h15-20h15 Adolescent et étudiant : **140 €**
Personne bénéficiaire du RSA ou AAH: **60 €**

RANDONNEE Intervenante : Naima EL KHAMASSI (bénévole) **A partir de 14 ans.**

Sorties dans les massifs de la région (Lubéron, Calanques...)

Dimanches (tous les 15 jours): 10h- 18h Adulte : **30 €**
Personne bénéficiaire du RSA ou AAH: **24 €**

Pôle Artistique et Culturel

LES ARTS DU THEATRE Intervenantes: Laure Titelein et Marie Vauzelle

Nul besoin d'être un artiste confirmé, un as de la scène! Venez avec une grande envie, une forte motivation. Une représentation commune en fin de saison mettra l'accent sur la création collective.

Mercredis: 5-7 ans: 14h-15h; 8-11 ans 15h-16h30 Enfant, adolescent et étudiant : 1h: **120€**
12-15 ans 16h45-18h15; 16-25 ans (avec Marie 1h30 **140€**
Vauzelle Cie MAB): 19h-20h30 Personne bénéficiaire du RSA ou AAH: **60 €**

PIANO/ GUITARE/ VIOLON/ CLARINETTE/ SAXOPHONE Tout Public.

Intervenants: Johan, Denis et Pascale RAUX (30 ans d'expérience en enseignement musical)

Réunion d'information et d'inscription : **Mardi 5 septembre 2017 18h-20h.** Une approche progressive des techniques vous permettra d'apprendre le solfège et les morceaux de musique simultanément. Le répertoire est aussi ouvert et varié que possible .

Mardis : Créneaux de 15h30 à 21h30 Adulte : **180 €**
Mercredis: Créneaux de 13h30 à 19h30 Enfant, Adolescent et étudiant **140 €**
Cours collectif d'1 heure Personne bénéficiaire du RSA ou AAH: **60 €**

GUITARE ELECTRIQUE Intervenent: Pierre MAESTRAGGI **À partir de 14 ans.**

Initiation et découverte à la guitare électrique, travail sur bande son « playback ». Apprentissage technique sur les réglages de l'instrument, du son et du câblage. Répertoire pop -rock. **Cours collectif d'1 heure**

Mercredis: Créneaux de 16h30 à 21h30 Adulte : **180€**
Adolescent et étudiant **140€**
Personne bénéficiaire du RSA ou AAH: **60 €**

ATELIER REALISATION Intervenent: Association Vita Nova **De 13 à 25 ans.**

Formation à l'écriture et aux techniques de la réalisation audiovisuelle (image, son et montage)

Samedis: de 14h30 à 16h30 **Motivation exigée** De 13 à 25 ans: **5€**

Studio de répétition: Mardis, Jeudis et Vendredis (Tarifs, créneaux et réservation auprès de l'accueil)



ARTS DU CIRQUE Intervenante: Cie Cabriole MARCO Sandrine
De 4 à 12 ans. Apprentissage de la jonglerie, acrobaties, équilibre, accro-portée..

Jeudis: 4-6 ans: 17h-18h;	Enfants:	1h:	120 €
7-12 ans 18h-19h30	Enfants	1h30:	140 €
	Personne bénéficiaire du RSA ou AAH:		60€

ATELIERS D'ARTS Intervenante: Marie Pierre LLORCA **De 3 à 16 ans.**

Pour découvrir différentes techniques et astuces du dessin et des arts.

Mardis: Baby' art (3-6 ans) 16h30-17h30	Enfants 3-6 ans:	1h:	120€
Artistes en herbe (7- 11 ans) 17h30-19h	Enfants 7-11 ans/Ados 12-16 ans:		140€
Mercredis: Arts du Dessin et croquis (12-16 ans) 18h30-20h	Personne bénéficiaire du RSA ou AAH:		60 €

COIN DES ARTIST'BRICOLOS Intervenant: Pascal DEPIE

Ouvert aux personnes en situation de handicap. à partir de 16 ans. Vous pourrez construire, dessiner, créer et inventer des objets en fonction de vos envies.

Jeudis: 14h30 – 16h	Adultes :	180 €
	Personne bénéficiaire du RSA ou AAH:	60 €

EVEIL MUSICAL Intervenant: Denis RAUX (bénévole avec plus de 30 ans d'expérience)

Pour les 4-7 ans. Réunion d'information et d'inscription saison 2017/2018: Mardi 5 septembre 2017 18h-20h Faire découvrir de façon ludique la musique, le rythme. au travers d'instruments du monde.

Mercredis : 16h30 à 17h30	Enfant:	120 €
	Personne bénéficiaire du RSA ou AAH:	60 €

CREATION COMEDIE MUSICALE Intervenante: Catherine LAFONT

à partir de 14 ans. Création d'une comédie musicale: histoire / mise en scène / décor / costumes..

Un samedi par mois de 14h à 18h (Retrouvez toutes les dates à l'accueil et sur le site de la MJC)	Adultes	90 €
	Ados étudiant	50 €
	Personne bénéficiaire du RSA ou AAH:	30 €

ART DU CHANT Intervenant: Pierre-Yves SCOTTO

à partir de 14 ans. Apprentissage des techniques vocales chant individuel et collectif

Un samedi par mois de 9h à 12h et 14h à 18h (Retrouvez toutes les dates à l'accueil et sur le site de la MJC)	Adultes	180 €
	Ados étudiant	140 €
	Personne bénéficiaire du RSA ou AAH:	60 €

ART DU BREAKDANCE Intervenant: Thomas VARELA

Issu de la culture Hip-Hop, le break dance se caractérise par son aspect acrobatique et ses figures au sol.

Mercredis: 7-10 ans: 14h00-15h30; 11-14 ans: 15h45-17h15 14 ans et plus : 17h30-19h00	Adultes	180 €
	Enfant, adolescent et étudiant :	140 €
	Personne bénéficiaire du RSA ou AAH:	60 €

