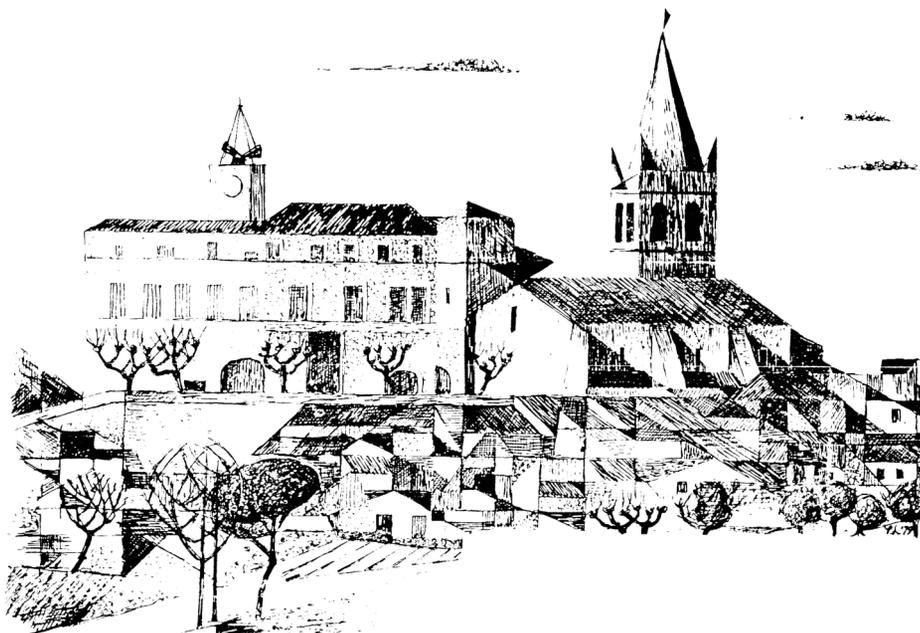


MAISON DES JEUNES ET DE LA CULTURE



PROGRAMME DES ACTIVITES SAISON 2021 | 2022



ATTENTION le Pass Sanitaire est obligatoire pour toutes les activités Adultes
et à compter du 30 Sept pour les enfants à partir de 12 ans

MURVIEL LES BEZIERS

M.J.C. MURVIEL

Modalités d'inscriptions

Nous demandons à tous ceux qui souhaitent pratiquer une ou plusieurs activités de bien vouloir venir au bureau de la MJC, avant la 1^{ière} séance, pour se faire régulièrement inscrire. (Règlement de la carte d'adhérent, de la cotisation et dépôt du Certificat Médical)

Si votre choix n'est pas arrêté ou pour découvrir l' (ou les) activité(s), vous devez ***AVANT VOTRE PREMIER COURS*** vous inscrire pour une séance d'essai. Pour cela vous devez déposer votre fiche d'inscription et un certificat médical (ou signer une attestation médicale) au bureau de la MJC afin d'être porté sur la liste des personnes autorisées à participer à une activité.

Pour toutes les activités sportives, le ***CERTIFICAT MÉDICAL*** ou ***L'ATTESTATION MÉDICALE*** sont ***OBLIGATOIRES*** pour valider votre inscription et garantir votre protection dans le cadre de l'assurance souscrite par la MJC.

Ils constituent la certitude, pour la MJC et l'animateur, que votre état de santé est compatible avec la pratique sportive que vous avez choisie. Pour les participants multi-activités, demandez à votre médecin d'utiliser le terme générique:

« ***ACTIVITÉS SPORTIVES FITNESS-CARDIO*** »

Pour la rentrée 2021 nous demandons impérativement à tous nos adhérents de nous fournir, dans les plus brefs délais un certificat médical ou de signer l'attestation médicale si vous avez fourni un certificat valide pour les années 2019/2020 ou 2020/2021.

La MJC se réserve le droit d'interdire l'accès aux cours des participants n'ayant pas déposé le certificat médical ou l'attestation après 2 séances.

ATTENTION (jusqu'au 14/09/2021)

***LES MURVIELLOIS SONT PRIORITAIRES POUR LES SECTIONS
A EFFECTIF LIMITE***

Nous sommes à votre disposition pour tous renseignements complémentaires.

ATELIER THEATRE ENFANTS



"Les Cigales"



MISE EN SCENE

MARIE LAURE DEROIS

Lieu Salle Multi-activités

Horaires

- Mercredi 10h30 - 12h00

pour les 6-8 ans (CP-CE1-CE2)

- Mardi 17h00 - 18h30

pour les 9-13 ans (CM1-CM2-6e-5e)

- Mercredi 14h30 - 16h00

pour les ados à partir de 14 ans

ATTENTION!
SECTION A EFFECTIF LIMITE



Si les effectifs le permettent, chaque participant sera accueilli dans le groupe qui correspond le mieux à son âge et à son niveau.

C'est le metteur en scène de cet atelier qui constitue les groupes et distribue les rôles.

La participation à cette activité suppose un engagement sur la saison entière.

Après le mois de janvier qui marque le début des répétitions pour le spectacle de fin d'année, la défection de l'un des « artiste-amateur » pose de gros problèmes de distribution des rôles et remet en cause de travail des autres comédiens.

PARENTS ! Il est primordial de faire prendre conscience à vos enfants de l'importance de leur présence régulière au sein de l'Atelier.

reprise des cours
à partir du 21 septembre



Ouvert aux enfants dès qu'ils sont capables de lire, d'apprendre et de retenir un texte, cet atelier a pour but de leur faire découvrir leurs capacités à jouer la comédie, de les aider dans l'apprentissage de l'expression orale et de la perception de l'espace.

Les répétitions sont articulées autour de la préparation d'une représentation théâtrale de fin d'année sur la base d'un texte proposé par le metteur en scène et complétées par divers exercices d'improvisation et de mise en situation.



ECOLE DE RUGBY *

Activité affiliée à la Fédération Française de Rugby et labélisée



Les AVANT MONTS

Pour tous renseignements, contactez le secrétariat
de l'Ecole de Rugby : 06 25 18 88 88 ou 06 30 06 77 50

Categories:

Section Baby Rugby pour les 3/4 ans le mardi de 17h30 à 18h15

- de 6 ans / 2016 entraînements le mercredi de 14h30 à 16h sur le stade de ST Génies
- de 8 ans / 2015-2014 entraînements le mercredi de 14h à 16h sur le stade de ST Génies
- de 10 ans / 2013-2012 entraînements le mercredi de 14h à 16h sur le stade de ST Génies
- de 12 ans / 2011-2010 entraînements le mercredi de 17h à 18h30 sur le stade de St Génies
et le vendredi de 18h à 19h30 sur le stade de Thézan
- de 14 ans / 2009-2008 entraînements le mercredi de 16h à 18h sur le stade de Thézan
et le vendredi de 17h30 à 19h30 sur le stade de Thézan

Un goûter est offert aux enfants après chaque entraînement

MATCHS LE SAMEDI APRES MIDI



REPRISE DES ENTRAINEMENTS le 1 SEPTEMBRE sur le stade de MURVIEL

Pour l'inscription et le dossier de licence de votre enfant :

Prévoir le plus rapidement possible: une adresse mail valide pour recevoir le code vous permettant d'accéder à votre fiche sur l'application **OVAL-e** de la FFR. Vous pourrez alors imprimer le document de certification médicale et d'assurance complémentaire ainsi que la fiche de soins. Ces documents doivent être complétés et scannés (format jpeg) puis déposés dans l'espace fédéral de votre enfant

pour les nouveaux licenciés vous devez également déposer sur OVAL-e

Une photo d'identité récente sur fond neutre à actualiser tout les deux ans

Le recto de la carte d'identité de votre enfant ou la page du livret de famille sur laquelle il est inscrit.

Des documents annexes à compléter vous seront remis lors des premier entraînements

Pour participer aux activités de l'Ecole de Rugby, votre enfant doit obligatoirement s'acquitter, directement auprès des responsables de l'Ecole de Rugby des Avant Monts, d'une cotisation annuelle forfaitaire de 100 €. (Pour les familles ayant plusieurs enfants à l'école de rugby la cotisation forfaitaire sera de 80 € pour le deuxième enfant).

L'inscription de votre enfant à l'Ecole de rugby valide son adhésion à la MJC; la tarification pour la pratique des activités de la MJC s'applique de plein droit ainsi que les réductions consenties aux autres enfants de la fratrie.

Donc si, en plus du Rugby, votre/vos enfant(s) souhaite(nt) participer à une ou plusieurs autres des activités proposées par la M.J.C., les cotisations versées aux Avant Monts seront déduites des tarifs de cotisation de la MJC.

Les familles qui souhaitent payer en COUPONS SPORTS ou CHEQUES VACANCES pourront régler leur cotisation directement auprès de la MJC

ATELIER BATUCADA

ANIMATRICE Marlène PROST A PETIT
Directrice Musicale de Badauê Sud

Avec le groupe badauê SUD

Cours pour enfants et ados à partir 8 ans

Lieu : Salle Jean Moulin

Horaires :

Cours débutants *Mardi 17h30 - 18h30*

Cours confirmés *Jeudi 17h30 - 18h30*

ATTENTION! SECTION A EFFECTIF LIMITE

Inscription possible pour les enfants de moins de 8 ans, après évaluation des compétences et aptitudes par l'animatrice

Une batucada est un groupe de percussions brésiliennes. Avec des instruments adaptés, l'atelier a pour but de permettre un apprentissage rapide, dans une ambiance festive, de rythmes samba-reggae et affro-funk . Les élèves seront sollicités pour participer aux animations du village.

BADA KID'S



DANSES SEVILLANES *

ANIMATRICE *Bénévole Anne Laure PASTUREL*

Cours pour enfants, ados et adultes

Lieu : Salle Multi-Activités

Horaires .:

Cours Enfants débutants *Lundi 17h15 - 18h00*

Cours Enfants initiés *Lundi 18h00 - 18h45*

Cours Enfants confirmés *Lundi 18h45 - 19h30*

Apprentissage de la sevillanas (danse traditionnelle espagnole) et de la rumba flamenca





JUDO et BABY-JUDO

Activité affiliée à la Fédération Française de JUDO

PROFESSEURE DOMINIQUE RICART

Ceinture Noire 3^{ème} Dan -

Titulaire du Diplôme d'Etat de Professeur de Judo

Lieu M.J.C. Salle du rez-de-chaussée

Horaires / Catégories

- **BABY JUDO** (enfants à partir de 4 ans) Mercredi 16h45 - 17h30

- **DEBUTANTS** (enfants à partir de 6 ans) Mercredi 17h30 - 18h30

- **CEINTURES** de couleurs : de Blanche/Jaune à marron

2 Cours hebdomadaires Lundi 18h00 - 19h30 / Mercredi 18h30 - 20h00

La dernière 1/2h est facultative pour les plus jeunes

Les élèves débutants âgés de 8 ans et plus seront admis dans le cours qui correspondra le mieux à leur morphologie et catégorie de poids.

Les pratiquants des sections judo devront être licenciés et titulaire d'un passeport sportif pour participer aux animations, compétitions et stages proposés par la FFJDA et les clubs du département.

Inscriptions / Prévoir le plus rapidement possible :

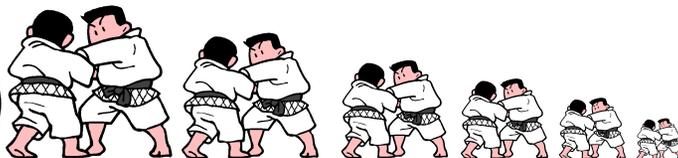
* Un certificat médical d'aptitude à la pratique du JUDO en compétition.

(Les Judokas titulaires de passeports sportifs doivent, en plus, faire valider le cadre certificat médical en page 2 du passeport FFJDA)

* **ATTENTION** ! Il est indispensable d'utiliser l'imprimé fédéral à votre disposition au bureau de la MJC et que la validation des passeports porte la mention : « **PRATIQUE DU JUDO EN COMPETITION** »

* Une autorisation parentale : à votre disposition au bureau de la M.J.C.

La M.J.C. tient à votre disposition des kimonos d'occasion. prévoir un kimono dont la taille sera supérieure de 10 cm à la taille de votre enfant.



PARTICIPATION AUX FRAIS DE LICENCE

30 € après déduction de la prise en charge M.J.C. (Tarif fédéral de base 40€)
La participation aux frais de licence sera obligatoirement réglée à l'inscription.



MAJORETTES *

ANIMATION assurée bénévolement par NANCY MAILHE

Salle Multi Activités groupe 1 et 2
Halle de Sports groupe 3 et 4

Horaires

Groupe 1	Débutantes à partir de 7 ans	Jeudi	17h00 à 17h45
Groupe 2	Débrouillées 7 ans et +	Jeudi	17h45 à 18h30
Groupe 3	Initiées	Jeudi	18h30 à 19h15
Groupe 4	Confirmées	Jeudi	19h15 à 20h00



L'acquisition d'un bâton adapté à la taille de l'enfant, est indispensable pour la pratique de cette activité.

ATTENTION REPRISE DES COURS se renseigner au bureau

COTISATIONS 46 € / AN pour les Murviellois
66€/an. Pour les enfants résidant dans une autre commune.

ATTENTION !
SECTION A EFFECTIF LIMITE

Un certificat médical d'aptitudes à cette pratique est indispensable, nous vous remercions de bien vouloir le fournir dans les meilleurs délais.

Sur la base du volontariat, la section Majorette participe au défilé du carnaval, à la retraite aux flambeaux du 14 juillet et à l'animation des festivités du village.

Dans ce cadre, la commande collective des costumes est assurée par la M.J.C.

GYM PARENT / ENFANT

ANIMATRICE EMILIE BONAFE

Titulaire BPJEPS AGFF

Mention forme en cours collectifs



Lieu M.J.C. Salle du rez-de-chaussée

Enfant à partir de 4 ans

Horaires Mercredi 10h30 - 11h30



Encadrée par une animatrice expérimentée, l'activité a pour but de proposer aux membres d'une même famille la joie de faire de l'exercice en commun en participant à des cours très ludiques et variés. Parents et enfants se retrouvent pour un moment convivial dans un espace sportif : ils jouent, se découvrent, vivent et bougent tous ensemble avec plaisir. Parce que chaque enfant doit pouvoir se développer à son rythme pour construire une montagne de confiance en soi, l'attention et l'encouragement des parents dans le cadre d'une activité physique commune, contribuent fortement à ce développement.

ACTIVITES PHYSIQUES D'ENTRETIEN POUR ENFANTS

ANIMATRICE EMILIE BONAFE

Titulaire BPJEPS AGFF

Mention forme en cours collectifs

Avec le soutien de Stéphanie GAREL

Titulaire BPJEPS AGFF



ATTENTION ! Section à effectif limité

Lieu M.J.C. Salle du rez-de-chaussée

Horaires

3 - 5 ans

Mardi 17h00 - 17h45

3 - 5 ans

Mercredi 16h00 - 16h45

6 - 7 ans

Mercredi 14h00 - 15h00

8 - 10 ans

Mercredi 15h00 - 16h00

11 - 13 ans

Mercredi 13h00 - 14h00



L'activité a pour but d'entretenir et de développer les capacités physiques par des exercices simples. Un certificat médical d'aptitude à cette pratique est indispensable, nous vous remercions de bien vouloir le fournir dans les meilleurs délais.

ACTIVITES MANUELLES

ANIMATRICE CAMILLE ROUSSET

Lieu M.J.C. Salle d'activités

9 - 10 ans (CM1-CM2) Mercredi 14h00 - 15h00

6 - 8 ans (CP-CE1-CE2) Mercredi 16h00 - 17h00



Atelier de Créations Manuelles

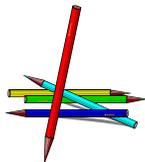
11 ans et + (Collège)

Mercredi 15h00 - 16h00



Matériel nécessaire : Nous demandons aux enfants de se munir d'une trousse contenant un crayon gris, une gomme, une règle, une paire de ciseaux, un taille crayon.

Le matériel spécifique à une réalisation est fourni par la M.J.C. ou demandé aux enfants lorsqu'il s'agit de choses courantes (pots en verre, boîte à chaussures, etc...).



Destinée aux enfants, cette activité a pour but de leur permettre d'exprimer leur talent artistique à partir de diverses techniques et matériaux, dessin, collage, pâte à sel, sable coloré, plâtre, pâte fimo, etc...

ATTENTION section à effectif limité

DANSE

ENFANTS - ADOS - ADULTES

ANIMATRICE OLIVIA MARTIN

Animatrice Chorégraphe

Titulaire CQP ALS AGEE option chorégraphe



Lieu *Halle de Sports (Avenue de St Martin)*

Horaires



Cours d'Eveil 4 - 5 ans *Mercredi 14h00 - 15h00*

Cours d'Initiation 6 - 7 ans *Mercredi 15h00 - 16h00*

Cours Moyen 8 - 11 ans *Mercredi 16h00 - 17h00*

Cours Ados/Adultes *Mercredi 17h00 - 18h00*

Les tranches d'âges sont données à titre indicatif, les élèves peuvent être changés de cours sur décision de l'animatrice en fonction de leur niveau ou leurs aptitudes.

Axés sur un travail chorégraphique avec des bases de danse classique, les cours font appel à de multiples techniques sur des musiques contemporaines nombreuses et variées.

Diverses techniques et styles sont au programme: Danses du Monde, Comédie Musicale, expression scénique, Modern-jazz, etc... avec l'envie de favoriser tout à la fois l'improvisation spontanée, la dynamique de groupe, l'expression individuelle et le feeling.

Un certificat médical est indispensable, merci de bien vouloir le fournir dans les meilleurs délais.

FOYER

La M.J.C.met à disposition de ses adhérents une salle équipée d'un baby-foot, d'un billard et d'une table de ping-pong.

Heures d'ouverture

lundi / Jeudi /Vendredi 15h30 - 19h30

Mercredi 15h00 - 19h30



Taiji Wu Xigong *

Animation assurée par l'Association ATCC34 (Ass. Tai Chi Chuan)
représentée par Monsieur Eric DEDEBANT
pour l'encadrement et les cours



Lieu MJC Cours le Mercredi 20h00 - 21h30

Réservé à un public adulte

Carte d'adhérent MJC obligatoire 14 € (paiement à la MJC)

Cotisation ATCC règlement direct au professeur (60 €/trimestre)+ adhésion annuelle

Le Taiji Wu Xigong a été développé directement à partir du Taiji Quan par le Dr Shen Hongxun pour lutter contre les problèmes contemporains de stress et santé. Dans un premier temps, les séances seront consacrées à l'apprentissage des Daoyin Yi Jin, exercices chinois qui conduisent à une amélioration de la santé.

Reprise des cours non déterminée

YOGA du RIRE *

Activité proposée par l'Association SO PHRO IN
représentée par Mme Magdeleine DIONISI
pour l'encadrement et les cours



Lieu MJC Salle du rez-de-chaussée un Jeudi sur deux
de 16h00 – 17h15

Carte d'adhérent MJC obligatoire 14 € paiement à la MJC

Cotisation règlement direct auprès des animatrices 12€/la séance forfait 10 séances 100€

Un Club de Rire est un groupe de personnes qui se réunissent autour d'un animateur pour rire ensemble, selon les principes du « Rire sans Raison » établis par le docteur Madan Kataria. Cette méthode consiste en une série d'exercices de rire inspirés du yoga, de stretching et de relaxation. Elle a ainsi pris le nom de Yoga du Rire. Le rire est un outil qui s'apprend, qui est contagieux : les gens commencent à rire en se regardant les uns les autres. Plus on est de fous, plus on rit ! Le fait de savoir qu'on va venir au club à un jour et une date déterminé vous met déjà de bonne humeur. En apprenant à déclencher physiquement le rire, on devient plus gai, plus optimiste, et le sens de l'humour se développe. L'objectif du club : trouver la source du rire à l'intérieur de nous, découvrir son rire, passer un bon moment !

1ère SÉANCE LE
JEUDI 16 SEPTEMBRE



BASKET ADULTES *

ENCADREMENT Jean François GUICHENUY Animateur bénévole
Public: Adultes Lieu Halle de Sports (Av de St Martin)

Horaires Lundi 19 h 00 - 21 h 00

COTISATIONS 46 € / AN autres communes 66€/ an.



ENTRAINEMENTS A PARTIR DU 6 SEPTEMBRE 2021

Cette activité est une section loisir, il n'est pas prévu de participation à un championnat officiel, des rencontres amicales avec des clubs voisins seront envisagées en cours de saison;

Un certificat médical d'aptitude à cette pratique est indispensable, nous vous remercions de bien vouloir le fournir dans les meilleurs délais.

APE PUMP POWER CHALLENGE



ANIMATRICE EMILIE BONAFE

Titulaire BPJEPS AGFF

Mention forme en cours collectifs

Horaires Mardi 19h30 - 20h30 Adultes

masculin / féminin

Halle de sport



Sur une base de Body Pump, le Pump Power Challenge est une véritable pratique Fitness qui allie cardio (base de toute pratique fitness), avec renforcement et développement musculaire. Non chorégraphié, c'est un cours hyper dynamique où la musique et le rythme prennent cependant toute leur importance, les accessoires sont toujours adaptés au niveau des participants et aux challenges individuels qu'ils souhaitent se fixer.

Certificat médical obligatoire

APE STRETCHING

ANIMATRICE EMILIE BONAFE

Titulaire BPJEPS AGFF Mention forme en cours collectifs

Horaires

Vendredi 18h30 - 19h30 Adultes Halle de sport

Le stretching permet de délier les articulations et d'étirer à tour de rôle les différents muscles du corps. Une pratique essentielle pour retrouver souplesse et se relaxer en douceur.



Certificat médical obligatoire

APE FIT'DANCE

ANIMATEUR JONATHAN VERNHET

Titulaire d'une maîtrise Éducation Motricité

Adultes lieu Halle de sport

Cours le Jeudi 20h00 - 21h00

La Fit'dance est une technique sportive qui allie l'endurance du fitness et la créativité de la danse. Mélangeant exercices de cardio, musculation douce, et échauffement chorégraphié, la Fit'dance est un entraînement complet et progressif pour garder la forme avec plaisir et en toute légèreté...

Certificat médical obligatoire



APE CARDIO STEP

ANIMATRICE EMILIE BONAFE

Titulaire BPJEPS AGFF Mention forme en cours collectifs



Lieu Halle de Sports

Public Adultes

Horaires Mardi 18h30 - 19h30



Activité destinée à renforcer, entretenir vos capacités physiques, développer la coordination. Contrôle de la respiration par une pratique soutenue, sans être intense, dans une ambiance musicale.

Un certificat médical est indispensable, merci de bien vouloir le fournir dans les meilleurs délais.

APE ZUMBA

Animatrice Olivia MARTIN

Titulaire CQP ALS AGEE option chorégraphie

Horaires Mardi 18h30-19h30 Salle Multi Activités

Reprise 7 septembre

Adultes



la Zumba, est une danse originaire de Colombie, qui mélange la sensualité de plusieurs danses latines telles que la salsa, le merengue, le flamenco, le reggaeton avec des mouvements de fitness, pour celles qui veulent brûler efficacement quelques calories dans une ambiance conviviale

Un certificat médical est indispensable, merci de bien vouloir le fournir dans les meilleurs délais.

YOGA *

Cours dispensés par Mme Géraldine DURAND

Professeure Diplômée (Activité proposée dans un cadre libéral)

Lieu Halle de sports horaires Mercredi 18h30 –20h00

Carte d'adhérent MJC obligatoire 14 € paiement à la MJC

Cotisation règlement direct auprès du professeur 155€/an



Harmonie entre le corps, le mental et l'esprit, le yoga vous procure une sensation de bien être immédiate et, à long terme, contribue à un développement harmonieux de la personnalité. La pratique du Yoga permet à chacun de faire un temps de pause et de silence, grâce à un travail sur le corps et sur le souffle. L'objectif étant une recherche de détente et de concentration.

Pour tous les stressés, à tester d'urgence ! Reprise le 08/09/2021

SALSA / BACHATA



ANIMATRICE *Olivia MARTIN*
Animatrice Chorégraphe
Titulaire CQP ALS AGEE option chorégraphe
Lieu :Salle Multi-Activités



Cours le Mardi 19h45-20h45

Salsa

ACTIVITE ADULTES

**1er Cours
le 07 SEPTEMBRE**

Olivia vous propose des cours d'initiation salsa/bachata, venez seul(e) ou accompagné(e), ces danses latines de couple peuvent aussi, dans un premier temps, se pratiquer individuellement pour l'apprentissage des pas de base tant féminin (Lady Styling) que masculin (Men Styling). Pour la suite, si vous ne pouvez venir en couple, des duo seront formés par affinité.

ATELIER BATUCADA *

ANIMATRICE *Marlène PROST A PETIT*
Directrice Musicale de Badauê Sud



Lieu :Salle Multi-Activités

Répétitions le Mercredi 19h00-20h30

ACTIVITE ADULTES

Une batucada est un groupe de percussions brésiliennes avec différents instruments dédiés à ce type de formation. l'atelier a pour but de permettre un apprentissage rapide, dans une ambiance festive, des rythmes samba-reggae et afro-funk .

COTISATIONS: *Murviel 140€/an Autres communes 170€/an*

ATTENTION! SECTION A EFFECTIF LIMITE

**1ère répétition
le 08 SEPTEMBRE**



APE RENFORCEMENT MUSCULAIRE ADULTES

ANIMATEUR JONATHAN VERNHET

Titulaire d'une maîtrise Éducation Motricité

Lieu M.J.C. Salle du rez-de-chaussée

Cours Lundi 20h00 / 21h00

Jeudi 17h30 / 18h30

Jeudi 18h30 / 19h45



HORAIRE AU CHOIX 1, 2 OU 3 COURS HEBDOMADAIRES



Gymnastique d'entretien destinée à conserver, améliorer ou retrouver la forme physique le tout au sein d'un groupe d'adultes où convivialité et bonne humeur sont la règle.
Certificat médical indispensable

APE CIRCUIT TRAINING

ANIMATRICE EMILIE BONAFAE

Titulaire BPJEPS AGFF

Mention forme en cours collectifs

Lieu Halle de Sports

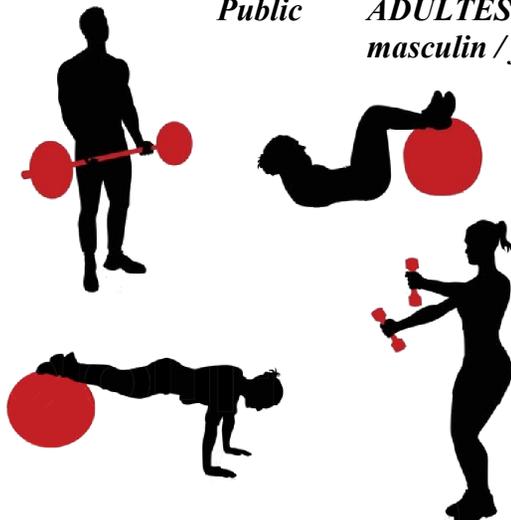
Horaires Jeudi 19h45 - 20h45

Public ADULTES

masculin / féminin



Le circuit training est une méthode d'entraînement qui consiste à effectuer plusieurs exercices en boucle dans un « circuit atelier », les exercices de renforcement musculaires sont enchaînés avec une alternance de temps d'efforts et de temps de repos dans le but de maintenir un rythme cardiaque élevé sans être épuisé. Les exercices sont variés et peuvent être adaptés, des variantes moins exigeantes permettent à tous de participer.



certificat médical indispensable.

APE COMBO FIT

ANIMATRICE EMILIE BONAFE

Titulaire BPJEPS AGFF

Mention forme en cours collectifs

Lieu Halle de Sports

Horaires Jeudi 18h30 - 19h30

Public ADULTES



**Chorégraphies toniques
en musique**

Technique issue de l'association
de mouvements de LIA et HIA alternés.

Activités destinées à vous permettre de découvrir diverses formes d'activités sportives alliant coordination, endurance et déplacement dans l'espace, en musique, pour retrouver et entretenir vos capacités physiques dans le cadre de cours chorégraphiés.

... Des idées pour bouger sans se compliquer la vie...



Certificat médical indispensable

CHORALE *

CHEF DE CHOEUR Béatrice DEPLANQUE

Lieu M.J.C. Salle du Foyer

Public Ados / Adultes

Répétitions le Mardi 17h15 - 19h15

COTISATION INDIVIDUELLE 40 € / an

COUPLE 50 € / an

Reprise des répétitions mardi 7 septembre 2021



Pour le plaisir de chanter !



Aucune connaissance nécessaire
en solfège et en technique vocale

ATELIER PEINTURE *

ANIMATION assurée bénévolement par Mme LUCIENNE COSTE

Initiation à diverses techniques / huile - pastel - aquarelle - modelage ...

Lieu Ancienne Caserne des pompiers

Rue Raymond Bernadou

ATTENTION ! Section à effectif limité

Séances le Lundi 14h00 - 17h00

Cotisation 22€ / an Adultes

Reprise de l'Atelier lundi 6 septembre 2021



TARIFS SAISON 2021/ 2022

Les cotisations sont payables à l'inscription pour une saison d'activité (9 mois) ou pour la période restante à dater de l'inscription.

Un règlement en trois échéances reste possible.

Dans tous les cas, les cotisations payées resteront acquises à la M.J.C.

ACTIVITES ENFANTS

CARTE ANNUELLE D'ADHERENT 10 €

COTISATIONS

POUR LES ENFANTS RESIDANT A MURVIEL

- 98 € / AN pour le 1er enfant - 48 € / AN pour le deuxième enfant

POUR LES ENFANTS RESIDANT DANS UNE AUTRE COMMUNE

122 € / AN pour le 1er enfant - 58 € / AN pour le deuxième enfant

Cette cotisation "familiale" vous permet de bénéficier de la
gratuité dès le troisième enfant

de plus, elle donne la possibilité à tous les enfants de pratiquer une ou plusieurs des activités proposées.

— ATTENTION —

Certaines activités ne sont pas concernées par la tarification ci-dessus :

- Proposées dans un cadre particulier, elles ont un tarif spécifique.
- Elles sont repérées grâce à une (*) dans les pages intérieures du programme des activités.

DANSE SEVILLANES - MAJORETTES 46€ / AN (résidants hors Murviel 66€ /AN)

ECOLE DE RUGBY 80€ / AN (50€ pour le deuxième enfant)

Les activités enfants sont interrompues durant les vacances scolaires.

Les enfants sont pris en charge à leur arrivée dans la salle d'activité: le trajet du domicile à la MJC et de la MJC au domicile, reste sous la responsabilité des parents. Les parents doivent s'assurer que les enfants sont présents à l'activité. L'absence d'un enfant au cours sera considérée comme relevant de la seule décision parentale. Les enfants mineurs doivent bénéficier d'une autorisation parentale pour quitter seuls le lieu d'activité et rejoindre le domicile familial: Autorisation à votre disposition auprès des animateurs ou au bureau de la MJC.

ACTIVITES ADULTES

CARTE ANNUELLE D'ADHERENT 14 €

COTISATIONS

POUR LES PERSONNES RESIDANT A MURVIEL

Par activité d'une séance hebdomadaire	75 € / AN.
Pour deux séances (1h) hebdomadaires d' APE (au choix)	120 € / AN.
Pour trois séances (1h) hebdomadaires d' APE (au choix)	175 € / AN.
Pour quatre séances (1h) hebdomadaires d' APE (au choix)	210 € / AN.

POUR LES PERSONNES RESIDANT DANS UNE AUTRE COMMUNE

Par activité d'une heure hebdomadaire	106€ / AN.
Pour deux heures hebdomadaires d' APE (au choix)	165 € / AN.
Pour trois séances (1h) hebdomadaires d' APE (au choix)	240 € / AN.
Pour quatre séances (1h) hebdomadaires d' APE (au choix)	290 € / AN.

— ATTENTION —

Certaines activités ne sont pas concernées par la tarification ci-dessus :

- Proposées dans un cadre particulier, elles ont un tarif spécifique.
- Elles sont repérées grâce à une (*) dans les pages intérieures du programme des activités.

*BASKET 46€ / AN (résidants hors Murviel 66€ /AN) - ATELIER PEINTURE 22€ / AN -
TAIJIWUXIGONG 60€ / Trimestre - CHORALE 40€ / AN -
BATUCADA 140€/AN (résidants hors Murviel 170€/AN)
YOGA 155€ / AN - YOGA du RIRE 12€ / Séance*

COUPONS SPORTS ET CHEQUES VACANCES SONT ACCEPTES POUR LE REGLEMENT DES COTISATIONS

Les tarifs de cotisations tiennent compte des interruptions dues aux vacances scolaires (activités enfants), jours fériés, indisponibilité du lieu d'activité, absence ou indisponibilité des animateurs bénévoles ou professionnel , etc...

Aucune réduction ne sera consentie à ces titres.

MAISON DES JEUNES ET DE LA CULTURE

**12 Rue Georges Durand
34490 MURVIEL IÈS BEZIERS
Tél | 04 67 37 82 61**

INSCRIPTIONS à partir du Mardi 24 août 15h30/19h30

REPRISE DES ACTIVITES

- Lundi 06 septembre pour l'Atelier de Peinture
- Mercredi 01 septembre pour l'Ecole de Rugby
- Mardi 7 septembre pour la Chorale
- Lundi 6 septembre pour la section Basket adultes
- à partir du mardi 7 septembre pour toutes les sections APE Adultes
- Mardi 7 septembre pour la section Zumba
- Mardi 7 septembre pour la section salsa/bachata
- Mercredi 22 septembre pour la section Yoga
- Non déterminée pour la section Taijiwuxigong
- Mercredi 8 septembre pour la section Batucada Adultes
- Jeudi 16 septembre pour la section Yoga du Rire
- Mardi 21 septembre pour la section Théâtre
- pour la section Majorettes se renseigner au bureau

A PARTIR DU 13 septembre 2021 POUR LES AUTRES ACTIVITES

**ATELIER THEATRE ENFANTS/ADOS · MAJORETTES · JUDO · BABY JUDO
CHORALE · BATUCADA ADULTES · ECOLE DE RUGBY · TAIJIWUXIGONG · YOGA ·
ACTIVITES MANUELLES · DANSE MODERN ' JAZZ ENFANTS/ADULTES · FIT DANCE ·
BATUCADA KID'S · ZUMBA · SALSA · STEP · FOYER · YOGA DU RIRE ·
COMBO FIT · PUMP POWER CHALLENGE · CARDIO TRAINING · STRETCHING ·
BASKET BALL · EVEIL CORPOREL · APE ENFANTS · APE ADULTES ·
ATELIER PEINTURE · EXPOSITIONS · SPECTACLES · CARNIVAL · ANIMATIONS ·**