



## PERMANENCE ACCUEIL INSCRIPTIONS

### SEMAINES SCOLAIRES

Lundi : 17h - 19h.  
 Mardi : 10h - 12h et 15h - 19h.  
 Mercredi : 9h30 - 12h30 et 14h - 20h15.  
 Jeudi : 9h - 12h et 14h - 20h15.  
 Vendredi : 10h - 12h.

### VACANCES

Du lundi au vendredi :  
 9h30 - 12h30 et 15h - 18h30.

### FERMETURE :

31/08 - 1/09 - 3/09 - 4/09.

### INSCRIPTIONS À PARTIR DU 7/09 17H.

#### Carte d'adhérent individuelle annuelle

- 10 € enfants, lycéens, chômeurs, étudiants.
- 20 € autres catégories
- Carte associative de 60 € à 160 €.

## TARIFS

SUIVANT QUOTIENT ET DURÉE HÉBDOMADAIRE

	1h	1h15	1h30	2h	2h30
< 500	150	181	212	274	337
> 500	181	212	243	306	368
> 900	217	248	280	342	405

  

	3h	3h30	4h	4h30	5h
<500	400	463	515	577	629
>500	430	494	546	609	660
>900	468	530	582	644	696

- Tarif unique au cours : 16 €.
- Au dessus + 5h : 52 € annuel pour toute heure supplémentaire d'ateliers.
- Forfait sports - musculation, trois mois à suivre, tous les cours : 62 €.
- Forfait unique 2 cours de danse : 342 €.

## QU'EST-CE QUE LA MJC ?

C'est une Maison pour Tous :  
 en tant que Maison,  
 elle se veut conviviale et accueillante.  
 Elle s'adresse à Tous, sans aucune distinction  
 d'âge, de sexe et de milieu.

Sa richesse réside dans la diversité de ses  
 membres : c'est un lieu de contact et  
 d'échange.

Etre membre adhérent de la Maison  
 des Jeunes et de la Culture, c'est aussi  
 participer au fonctionnement de la maison.

Vos questions, vos remarques,  
 vos propositions, nous intéressent,  
 la boîte de vos idées est à l'accueil !!  
 LA MAISON DES JEUNES ET DE LA CULTURE  
 DE LA BAULE

est une association loi 1901,  
 agréée par le secrétariat à la jeunesse et  
 aux sports.

Elle est régie par un conseil d'administration  
 composé de membres de droit  
 (la ville de La Baule,  
 le secrétariat Jeunesse et Sports), de  
 membres associés et de membres adhérents  
 élus à l'Assemblée Générale...

Elle a pour objet de développer des activités  
 physiques, artistiques, sociales et de  
 proposer différentes actions permettant  
 l'épanouissement individuel et la  
 participation à la vie de la cité.

## SPECTACLES EXPOS CONFÉRENCES

Le planning des pratiques artistiques  
 enfants et adolescents ainsi que les  
 spectacles, expositions, conférences seront  
 disponibles sur le site [www.mjclabaule.fr](http://www.mjclabaule.fr).

## FONCTIONNEMENT

- Une adhésion annuelle est obligatoire et une autorisation parentale est nécessaire pour les mineurs.
- Les ateliers fonctionnent du 14/09/20 au 18/06/21 et se déroulent sur une durée de 32 cours. Excepté sur les vacances de Noël, Toussaint, Février et Printemps.  
Des reports de cours peuvent avoir lieu la dernière semaine de de juin.
- Les participations demandées sont annuelles en fonction de votre quotient familial.
- Le tarif des activités est basé sur la durée hebdomadaire soit 1h, 1h15, 1h30 ou de 2h.
  - En cas d'arrêt maladie du technicien d'activités, l'adhérent sur demande écrite peut bénéficier d'un avoir sur l'année suivante du cours non remplacé.
- Le conseil d'administration a décidé de remplacer les cours qui ont lieu les jours fériés excepté le 1er Mai.  
**Aucune participation annuelle ne peut être remboursée.**

## REMARQUES

- Toute activité doit être soldée dès la troisième séance.
- La MJC se dégage de toute responsabilité en cas de vol ou perte d'objets.
- La MJC se réserve le droit d'annuler tout stage si un nombre minimum de participants n'est pas atteint.



ADULTES  
2020/2021

Reprise des  
activités  
à partir du  
14 septembre

Maison des Jeunes et de la Culture

Place des Salines  
 44500 La Baule  
 Tel: 02 40 60 37 15  
[contact@mjclabaule.fr](mailto:contact@mjclabaule.fr)  
[www.mjclabaule.fr](http://www.mjclabaule.fr)

## DANSE

### DANSE JAZZ

- Mardi 19h30 - 21h (niveau moyen).
- Mercredi 19h - 20h15 (débutants).
- Jeudi 20h - 21h30 (niveau avancé).

### Atelier de création chorégraphique jazz

- Samedi 10h30 - 12h30 : Atelier pour constitution d'un groupe chorégraphique jazz tous niveaux pour présentation en public. 9 INSCRITS.

### DANSE CONTEMPORAINE (15 ET +)

- Des workshops avec des danseurs et ou des chorégraphes invités. Se renseigner à l'accueil.  
À la séance : Nouveau tarif à venir.
- Samedi 14h - 16h.

### DANSE REGGAEON (15 ET +)

- Samedi de 14h - 16h.
- 7 novembre et samedi 5 décembre.  
Tarif à venir.

### DANSES URBAINES

- Vendredi 19h - 20h (débutants adultes).

### DANSE AFRO

- Vendredi 20h - 21h.

### DANSE AÉRIENNE

- Mercredi 19h - 21h (tous niveaux).

### BARRE CLASSIQUE

- Mardi 10h - 11h.

### BARRE AU SOL

- Lundi 18h15 - 19h30.
- Mardi 12h15 - 13h15.

## THÉÂTRE

- Lundi 19h30 - 21h30, à partir du lundi 28 septembre. Djakeli Art Compagnie.
- Jeudi 20h - 22h, à partir du 24 septembre. Djakeli Art Compagnie.
- Mardi 20h - 23h, Théâtre Azdak.
- Mercredi 20h15 - 23h15, Théâtre Azdak.

## GYM DOUCE

### GYM DOUCE AVEC BALLONS

- Mardi 11h - 12h15.

### STRETCHING RELAXATION

- Jeudi 10h - 11h.

## CLUB ECHECS

- Mardi 14h.
- Participation annuelle 5 € + adhésion.

## ARTS

### SCULPTURE

- Mardi 14h - 17h.
- Mardi 18h30 - 21h30.

### PEINTURE

- Option 2h annuel.  
Ateliers du 16/09/2020 au 21/04/2021.
- Mercredi 17h - 19h30.
  - Mercredi 19h30 - 22h.

### COUTURE

- Participation annuelle 40,50 € + adhésion.  
Rencontres bi-mensuelles d'octobre à juin.
- Le mardi à partir de 14h.

### RÉFECTION FAUTEUIL

- Jeudi 9h - 12h.
- Jeudi 14h - 17h.

### ART FLORAL

- Vendredi 14h - 17h (1 fois par mois).
- Tarif à la séance : 10,50 €.

### CROQUIS EN EXTÉRIEUR

- Mercredi 9h30 - 12h30.
- Ouvert aux enfants de plus de 7 ans accompagnés d'1 adulte participant.  
Déplacement possibilité de covoiturage.  
Replis en salle en cas de temps trop difficile.

## ARTS

### MEUBLE EN CARTON

- Les samedis 9h30 - 12h.
- Dates à venir.  
Tarif : 10 heures 65€ + adhésion.

### MANGA (techniques plurielles, accompagnement)

- Mercredi 17h30 - 18h45.

### DESSIN - COULEURS

- (Toutes techniques sauf huile).
- Jeudi 9h15 - 12h15.
  - Jeudi 14h - 16h, sujets libres avec intervenant.

### DESSINS AQUARELLE

- Les vendredis de 14h30 à 18h30.
- Option 2h30, 2 séances par mois de septembre à juin.  
Dates : 18/09 - 25/09 - 2/10 - 9/10 - 13/11 - 20/11 - 4/12 - 18/12 - 8/01 - 22/01 - 5/02 - 19/02 - 12/03 - 26/03 - 9/04 - 23/04 - 21/05 - 28/05 - 11/06 - 25/06.

## SPORTS MUSCULATION FITNESS

- FORFAIT 3 MOIS (À SUIVRE) 62€.  
Toutes options, tous les cours.

### CARDIO - FITNESS (ZUMBA)

- Mardi 9h30 - 11h.

### ZUMBA

- Jeudi 18h15 - 19h15.
- Jeudi 20h00 - 21h00.

### FESSIERS - ABDOS - CUISSES

- Jeudi 19h15 - 20h.

### MUSCULATION

- Lundi 20h - 21h30 (salle des Salines).
- Mercredi 20h - 21h30 (salle des Salines).

### CROSS TRAINING

- Vendredi 18h30 - 19h30 (salle des Salines).

## CONNAISSANCE DE SOI

### QI GONG/TAÏCHI

#### Gymnastique énergétique chinoise

- 1 h de Qi Gong/30mn de Taïchi).  
Cours de niveaux, possibilité d'option 1h ou 1h30.
- Lundi 17h - 18h30.
  - Jeudi 9h30 - 11h.

### SOPHROLOGIE

- Jeudi 11h15 - 12h15.

## INFORMATIQUE NO STRESS

### QUESTIONS / RÉPONSES

- 1er vendredi du mois de 14h à 16h. (en dehors des vacances scolaires).  
À la séance 5 €.

## ANGLAIS

### ANGLAIS CONFIRMÉS/CONVERSATION

- Mardi 18h30 - 20h, à partir d'octobre.  
Tarif unique forfait : 80€ + adhésion, la session de 10 cours (renouvelable).