



- > Animations culturelles
- > Accueil de loisirs Ados
- > Activités de loisirs



55 ANS D'ENGAGEMENT !



{ SAISON 2026 - 2027 }

{ LE MOT DU BUREAU }

Une nouvelle saison s'ouvre à la MJC, et avec elle une multitude de rencontres, de découvertes et de projets à partager.

Chaque rentrée est un moment particulier. C'est le plaisir de retrouver celles et ceux qui font vivre notre association depuis de nombreuses années, mais aussi d'accueillir de nouveaux visages, de nouvelles envies et de nouvelles idées.

La MJC est avant tout une maison ouverte. Une maison où l'on apprend, où l'on crée, où l'on débat, où l'on s'amuse, où l'on grandit ensemble. Derrière chaque activité, chaque spectacle, chaque projet jeunesse ou événement culturel, il y a une conviction qui nous anime depuis plus de cinquante ans : le lien entre les personnes est la plus belle des richesses.

Cette nouvelle saison est le fruit de l'engagement de nombreux bénévoles, de nos intervenants, de nos partenaires et de toute l'équipe salariée. Je tiens à leur adresser un immense merci. Leur investissement est remarquable. Malgré une équipe aujourd'hui fortement sollicitée et des moyens humains qui restent limités, ils continuent chaque jour à faire vivre la MJC avec enthousiasme, professionnalisme et générosité. Ils peuvent être fiers du travail accompli.

Une MJC ne vit pas seulement grâce à ses salariés ou à son conseil d'administration. Elle grandit grâce à l'engagement de ses habitants. C'est pourquoi nous lançons un appel à toutes celles et ceux qui souhaitent donner un peu de leur temps. Que ce soit quelques heures lors d'un événement, pour partager une compétence, accompagner un projet ou rejoindre notre équipe de bénévoles, chacun peut trouver sa place. S'engager à la MJC, c'est contribuer à faire vivre notre territoire et créer du lien entre les générations.

Que vous souhaitiez pratiquer une activité, découvrir un spectacle, vous investir comme bénévole, accompagner vos enfants ou simplement partager un moment convivial, vous trouverez ici une porte ouverte et une équipe heureuse de vous accueillir.

Plus qu'un programme d'activités, cette plaquette est une invitation. Une invitation à faire vivre la MJC avec nous, à tisser des liens, à partager des passions et à construire ensemble les projets de demain.

Au nom du conseil d'administration, je vous souhaite une très belle saison à la Maison du Monteil.

Au plaisir de vous rencontrer ou de vous retrouver très bientôt.

Julien Fayard, Co-président de la MJC du Monteil



{ LE PROJET ASSOCIATIF }

C'est quoi le projet associatif ?

C'est la boussole de la MJC.

Il donne du sens à nos actions, et guide notre façon de travailler, décider et vivre ensemble.

Coopération, respect, engagement, ouverture : le projet associatif, c'est ce qui nous relie dans chaque action.

Les quatre grands axes du projet 2025/2029

1. Développer l'esprit critique

Favoriser la réflexion, le débat, la curiosité. Permettre à chacun de se forger ses propres opinions et de prendre part activement à la vie citoyenne.

2. Encourager le lien social, l'innovation et l'expérimentation

Créer des espaces de rencontre, tester de nouvelles idées, imaginer autrement. La MJC comme terrain d'essais et de partages où chacun peut contribuer à inventer le vivre-ensemble.

3. Favoriser le bien-être et l'épanouissement individuel au service du collectif

Prendre soin des personnes, reconnaître les talents, valoriser les parcours. Grandir ensemble dans un cadre bienveillant, pour construire un projet commun fort et inclusif.

4. Mettre en valeur l'identité de la MJC

Affirmer ce que nous sommes : un lieu d'accueil, de culture, d'engagement. Rendre visible nos valeurs, notre histoire, nos spécificités, pour mieux rayonner sur notre territoire.



{ INFOS PRATIQUES }

LES HORAIRES :

Ouverture au public dès le 2 septembre :

lundi, mardi, jeudi, vendredi : 17h / 19h
mercredi : 14h / 19h

Permanence téléphonique :

du lundi au vendredi : 9h / 12h – 14h / 19h

RÈGLEMENT :

Adhésion à la MJC :

- > Soutien : 90€
- > Plein tarif : 30€
- > 16/22 ans : 10€

Soutien : 90€ pour les foyers imposables, adhésion donnant droit à une réduction d'impôt sur le revenu, égale à 66% du montant versé.

Des séances d'essai sont proposées du 7 au 19 septembre.

Bon à savoir :

Avant toute inscription : créer son compte sur la plateforme Goasso mjcmonistrol.goasso.org

Le règlement de sa cotisation activité se fait à l'accueil de la MJC aux horaires d'ouverture pour :

- Le paiement en plusieurs fois
- Le pass sport 70€

- Les coupons sports, chèques vacances, chèques ou espèce
- Aide du CCAS de Monistrol/ Loire
- Bénéficier de la réduction de 30€ dès la 3^{ème} activité du foyer

Ou sur la plateforme Go Asso avec un paiement unique par carte bancaire.



CONTACT :

25 rue du Stade
43120 Monistrol-sur-Loire
Tél : 04 71 66 53 52
E-mail : accueil@mjcmonistrol.fr
Site web : www.mjcmonistrol.fr
Facebook : [mjcmonistrol](https://www.facebook.com/mjcmonistrol)
Instagram : [mjc_monistrol](https://www.instagram.com/mjc_monistrol)

{ INFOS PRATIQUES }

KAZ'ADOS / ANIMATIONS CULTURELLES

Les animateurs de la kaz'ados accueillent les jeunes de 11 à 17 ans dans un espace chaleureux, idéal pour chiller, bosser et proposer ses idées dans le respect, l'écoute et la bienveillance.

Cotisation pour le périscolaire et extrascolaire : 20€ l'année - Documents à fournir : fiche sanitaire + certificat de vaccination.

L'accueil périscolaire :

En sortant du collège, chacun y sera accueillis dans une ambiance conviviale et adaptée aux envies des jeunes. Ce temps est pensé comme un espace collectif de liberté dans lequel nous pouvons, à loisir, jouer, chiller, cuisiner et découvrir.

Horaires : les lundis, mardis, jeudis et vendredis en période scolaire de 15h30 à 18h

L'accueil extrascolaire :

Le mercredi les groupes se réunissent et les projets se construisent. Ici, les jeunes sont force de proposition et participent activement à la réalisation de leurs idées collectives...

Un programme d'activités est élaboré à chaque période, il est composé à partir des propositions des ados. De nombreux groupes sont engagés dans la vie de l'association et participent activement aux événements de la MJC. Certains organisent même des actions d'autofinancement.

Ils portent ainsi leurs projets auprès de la population, des partenaires et des institutions du territoire.

Horaires : mercredi : 14h-18h, vendredi (selon projets) : 18h-22h, samedi (selon projets) : 10h-22h

Vacances Scolaires (selon projets) : du lundi au vendredi 8h30-18h

Le projet culturel de la MJC se décline autour de plusieurs axes entre autres : l'accès à la culture pour tous, l'accompagnement des pratiques amateurs, le développement de liens (intergénérationnels, entre disciplines, entre amateurs et professionnels, entre structures), le développement de la curiosité et de la tolérance.

Tout au long de l'année, des moments vous sont proposés autour du théâtre, de la danse, de la musique, des arts de la rue, mais aussi du sport, de rencontres impromptues, poétiques, décalées, éphémères.



> Saison Culturelle 2026-2027



Activités Sportives	Âges	Tarifs annuels €	Jours	Horaires
Fitness	Dès 15 ans	215	Lundi Mardi Mercredi Jeudi Vendredi	19h45 - 20h45 9h - 12h 18h30 - 19h30 18h - 19h 10h - 12h 18h - 19h
Full contact	11 - 14 ans	150	Lundi / Vendredi	18h30 - 19h45
	15 - 17 ans	185	Lundi Mercredi Mercredi Jeudi Vendredi	20h - 21h30 19h30 - 20h30 20h30 - 21h30 19h30 - 21h 20h - 21h30
Volley	12 - 17 ans	70	Mercredi	19h - 20h30
	+ 16 ans (compét)	125	Lundi Mardi Mercredi	20h - 22h 19h - 20h30 20h30 - 22h30
Zumba	Dès 15 ans	160	Lundi Lundi Jeudi	17h30 - 18h30 18h30 - 19h30 19h15 - 20h15
Zumba Kids	6 - 8 ans 9 - 11 ans	140	Jeudi Jeudi	17h30 - 18h15 18h15 - 19h
Skateboard	6 - 10 ans + de 11 ans	25 (1 jour) 40 (2 jours)	Lundi/Mardi	Stage vacances
Baby Boxe et Kick Boxing	7 - 10 ans 5 - 6 ans	120	Mardi Samedi	18h30 - 19h30 11h - 12h
Body Training	+ 15 ans	125	Samedi	10h - 11h

Activités Techniques	Âges	Tarifs annuels €	Jours	Horaires
Anglais Enfants	3 - 5 ans 6 - 10 ans	165	Mercredi	16h30 - 17h30 17h30 - 18h30
Anglais Ados	Ados	180	Mercredi	18h30 - 19h30 19h30 - 20h30

Danses et Musique	Âges	Tarifs annuels €	Jours	Horaires
Danse Africaine	Ados	235	Jeudi	19h - 20h30
Percussions Africaines	Ados	185	Jeudi (2x / mois)	20h30 - 22h
Danse Classique et Moderne	Dès 4 ans	165 (4/5 ans) 180 (6/7 ans) 195 (1 cours) 250 (2 cours)	Mardi Mercredi	(voir planning)
	Ados			
Danses Cubaines-Latines	Ados	215	Mardi	18h30 - 20h
Danse Rock'Swing & Charleston	Déb Duo Lindy up Charleston Duo Swing lindy up	210	Lundi	18h30 - 19h30 19h30 - 20h30 20h30 - 21h30
Hip-Hop Breakdance	6 - 10 ans 11 - 15 ans	195	Mardi	17h - 18h 18h - 19h
Hip-Hop New Style	Girly (15 ans +)	250	Jeudi	19h - 20h30
Batucada	Dès 15 ans	220	Vendredi	19h - 20h30

Activités Bien-être	Âges	Tarifs annuels €	Jours	Horaires
Les ptits Yogis	4 - 6 ans	175	Mercredi Lundi	10h30 - 11h30 18h30 - 20h
Yoga	Dès 16 ans	285	Mardi	9h30 - 11h
Relaxation sonore et vibratoire	Adultes	100 (10 séances) 180 (20 séances) 240 (30 séances)	Mardi	19h15 - 20h30 20h30 - 21h45
Relaxation zen et tonique	Dès 15 ans	250	Mardi	19h - 20h30

Arts Scéniques	Âges	Tarifs annuels €	Jours	Horaires
Théâtre Enfants	6 - 10 ans	165	Mercredi	16h - 17h
Théâtre Jeunes	11 - 15 ans	165	Mercredi	17h - 18h
	16 - 18 ans	180		18h15 - 19h30

Activités Manuelles	Âges	Tarifs annuels €	Jours	Horaires
Dessin	6 - 12 ans	175	Jeudi	17h45 - 18h45
Couture	Dès 14 ans	250 (initiés) 210 (débutants)	Mardi Mercredi	18h - 20h 18h45 - 20h15

Activités Sportives

	Âges	Tarifs annuels €	Jours	Horaires
Fitness	Adultes	215	Lundi Mardi Mercredi Jeudi Vendredi	19h45 - 20h45 9h - 12h 18h30 - 19h30 18h - 19h 10h - 12h 18h - 19h
Full contact	Adultes	185	Lundi Mercredi Mercredi Jeudi Vendredi	20h - 21h30 19h30 - 20h30 20h30 - 21h30 19h30 - 21h 20h - 21h30
Volley	Adultes (compétition)	125	Lundi Mardi Mercredi	20h - 22h 19h - 20h30 20h30 - 22h30
	Adultes (hors compé)	85	Mercredi	19h - 20h30
Zumba	Adultes	160	Lundi Jeudi	17h30 - 18h30 18h30 - 19h30 19h15 - 20h15
Skateboard	Adultes	25 (1 jour) 40 (2 jours)	Lundi/Mardi	Stage vacances
Body Training	Adultes	125	Samedi	10h - 11h

Activités Bien-être

	Âges	Tarifs annuels €	Jours	Horaires
Yoga	Adultes	285	Lundi Mardi	18h30 - 20h 9h30 - 11h
Yoga séniors sur chaise	Séniors	285	Vendredi	10h30 - 11h30
Relaxation sonore et vibratoire	Adultes	100 (10 séances) 180 (20 séances) 240 (30 séances)	Mardi	19h15 - 20h30 20h30 - 21h45
Relaxation zen et tonique	Adultes Séniors	250	Mardi Mercredi Jeudi	19h - 20h30 19h30 - 21h 10h - 11h30
Sophrologie	Adultes	270	Lundi	10h30 - 11h30 19h - 20h

Danses et Musique

	Âges	Tarifs annuels €	Jours	Horaires
Danse Africaine	Adultes	235	Jeudi	19h - 20h30
Percussions Africaines	Adultes	185	Jeudi (2x / mois)	20h30 - 22h
Danse Classique et Moderne	Adultes	195	Mardi	20h - 21h30
Danses Cubaines-Latines	Tous niveaux	215	Mardi	18h30 - 20h
Danse Rock'Swing & Charleston	Déb Duo Lindy up Charleston Duo Swing lindy up	210	Lundi	18h30 - 19h30 19h30 - 20h30 20h30 - 21h30
Hip-Hop New Style	Adultes	250	Jeudi	19h - 20h30
Batucada	Adultes	220	Vendredi	19h - 20h30

Activités Techniques

	Âges	Tarifs annuels €	Jours	Horaires
Anglais	Adultes	180	Mercredi	18h30 - 19h30 19h30 - 20h30
Photo club	Adultes	45	Lundi Samedi	18h30 - 21h 9h30 - 12h30 (1x par mois)

Arts Scéniques

	Âges	Tarifs annuels €	Jours	Horaires
Théâtre	Adultes	220	Mercredi	20h - 22h

Activités Manuelles

	Âges	Tarifs annuels €	Jours	Horaires
Dessin & techniques mixtes	Adultes	210	Jeudi (24 séances)	19h - 20h30
Couture	Adultes	250 (initiés) 210 (débutants)	Mardi Mercredi	18h - 20h 18h45 - 20h15



> Danse Modern'jazz / Classique

Dès 4 ans avec des cours d'éveil puis de 6 à 7 ans en cours d'initiation et à partir de 8 ans pour des cours de danse classique et/ou modern'jazz.

Mardi - Classique 1 : 17h - 18h / Jazz 1 : 18h - 19h
Jazz 3 : 19h - 20h / Adultes : 20h - 21h30

Mercredi - Eveil : 9h45 - 10h30 et 17h45 - 18h30

Initiation : 8h45 - 9h45 et 10h30 - 11h30

Classique 2 : 12h15 - 13h15 Jazz 2 : 13h15 - 14h15

Classique 3 : 14h15 - 15h15 - Jazz 4 : 15h15 - 16h15

Classique 4 : 16h15 - 17h45 - Jazz 5 : 18h30 - 20h

Par
*Florence
GARNIER*

Enfants
Ados
Adultes

Salle
Simone Veil



> Danse Africaine et Percussions

La troupe DONI DONI vous emmène au cœur de l'Afrique de l'ouest en vous faisant acteur d'un spectacle de danse et chants endiablés. Les ateliers se passent toujours au son des percussions jouées en live !

Jeudi : 19h - 20h30 (ado / adultes)

Percussions : 20h30 - 22h (2 x par mois)

Par *Cindy
et Drissa
"DONI DONI"*

Ados
Adultes

ECM



> Danse Rock'Swing & Charleston

Le Rock 'Swing : c'est du Rock'n Roll en 6 temps inspiré du style Swing des années 1940 et du Boogie-Woogie, ajouté d'interprétation musicale. Solo-Jazz / Charleston : c'est une danse swing d'origine afro-américaine individuelle.

Lundi : 18h30 - 19h30 (débutants Lindy up)

19h30 - 20h30 (Charleston initiés)

20h30 - 21h30 (Duo Swing lindy up)

Par
*Gaëlle
GOUARD*

Ados
Adultes

Salle
Luther King



> Danses Cubaines/Latines

Des cours hebdomadaires de 1h30.

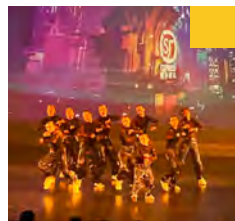
Que ce soit pour de la découverte ou du perfectionnement vous trouverez votre place dans les groupes. La séance se compose d'un échauffement corporel puis de travail de déplacements et d'écoute musicale dansée puis un travail chorégraphique vient ponctuer la séance.

Mardi : 18h30 - 20h

Par
*Maryline
VIGNON
BOUDAREL*

Ados
Adultes

ECM



> Hip hop/ Girly/ Breakdance / New Style

Dans une ambiance fun et dynamique, tu apprendras des chorégraphies stylées tout en développant ton sens du rythme. Ouverte aux filles comme aux garçons, l'activité s'adapte à tous les niveaux.

New Style

Jeudi : 19h - 20h30 (Girly + 15 ans - Adultes)

Breakdance

Jeudi : 17h - 18h (6-10 ans)

18h - 19h (11-17 ans)

Par
*Jennyfer
CARROT*

Ados
Adultes

Par
*Victor
MOUTBEKA*

Enfants
Ados

Salle
Luther King



> Batucada Percussions latines

Faites le plein d'énergie avec la batucada ! Venez vibrer au son des percussions brésiliennes dans une ambiance festive, conviviale et dynamique.

Vendredi : 19h - 20h30

Par
*Arnaud
BAZILIO*

Ados
Adultes

Kaz'ados



> Dessin et techniques mixtes



"Dessine-moi un mouton..." (St Exupéry).
A partir de leur imaginaire, de leur envie, chacun acquiert les techniques de base du dessin, de la peinture, pour poser sur le papier ce qui a germé dans l'esprit. Le coup de crayon, ça se travaille !
En compagnie de Laurence, venez vous initier ou vous perfectionner dans l'art du dessin. Plusieurs styles tout au long de l'année seront étudiés en fonction des envies de chacun.

6 à 12 ans - Jeudi : 17h45 - 18h45

Adultes - Jeudi : 19h - 20h30 (24 séances)

> Couture



Que tu sois ado à partir de 14 ans ou adulte, la couture t'ouvre un monde où tout est possible. Mais avant cela, il faut maîtriser la machine ! Mathilde t'accompagne dans la connaissance des bases de la couture, tissus, types d'aiguille, tension du fil, choisir les bons points, les patrons adaptés à mon niveau... Entraînement, réalisation de créations simples, en groupe pour se motiver et partager la même envie : laisser parler sa créativité. Venir avec une machine est un plus, récupérer des morceaux de draps usés en coton en prévision des entraînements.

Mardi : 18h - 20h (initiés)

Mercredi : 18h45 - 20h15 (débutants)

Par
Laurence
TEYSSIER

Enfants
Ados
Adultes

Salle Jean Cabut

Par
Mathilde
BOURGEOIS

Ados
Adultes

Salle Jean Cabut



> L'anglais par le jeu



Des jeux, des chansons, des comptines... Tout est permis pour s'amuser en anglais. Nos enfants découvrent l'anglais en jouant.

Mercredi : 16h30 - 17h30 (3-5 ans)

Mercredi : 17h30 - 18h30 (6-10 ans)

Par Max
REYMOND

3 - 10 ans

Salle Jean Cabut

> Echanges en anglais



Pour ados / adultes, nous commencerons par nous dégourdir le corps et l'esprit en anglais : s'étirer, sauter... Ensuite, nous partagerons du vocabulaire et enfin ensemble nous nous exprimerons en anglais au travers de mises en situation.

Mercredi : 18h30 - 19h30 (débutants)

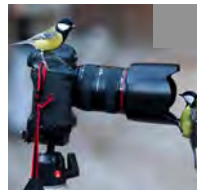
Mercredi : 19h30 - 20h30 (confirmés)

Par Max
REYMOND

Ados
Adultes

Salle
Françoise Dolto

> Club Photo



Photographes occasionnels, compulsifs, amateurs ou aguerris, voici l'occasion d'échanger un peu de technique, réveiller son esthétisme et révéler beaucoup de créativité... Des demi-journées ou journées de sorties de pratique et d'expérimentation...

1 x par mois / Lundi : 18h30 - 21h et Samedi : 9h30 - 12h30

Par Thierry
ODDONE

Sandrine
BOUCHAND

Adultes

Kaz'ados
Salle André
Philip - MJC



> Relaxation zen et tonique

L'activité propose un moment de bien-être alliant relaxation, respiration, mouvements doux et renforcement en douceur. Accessible à tous, elle permet de relâcher les tensions, de retrouver de l'énergie et d'améliorer la souplesse et la posture.

Mardi : 19h - 20h30 / Mercredi : 19h30 - 21h
Jeudi : 10h - 11h30

Par
**Aurélié
VERNERÉY**

Ados
Adultes

Salle Martin
Luther King



> Relaxation sonore et vibratoire

Venez comme vous êtes, laissez-vous bercer par les sons et les vibrations et entamez votre voyage sonore en laissant votre esprit voyager (vérifier les contre-indications médicales).

Mardi (dès 14 ans) : 19h15 - 20h30 / 20h30 - 21h45

Par
**Jérôme
BOUCHET**

Ados
Adultes

Kaz'ados



> Yoga

Corps Conscience

Le Yoga est une pratique corporelle, respiratoire, mentale et spirituelle. C'est un art de vivre multimillénaire et une véritable science de l'énergie et de la conscience.

Lundi (dès 16 ans) : 18h30 - 20h / Mardi : 9h30 - 11h

L'atelier des petits yogis

Mercredi (4-6 ans) : 10h30 - 11h30

Yoga sur chaise et tapis séniors

Vendredi : 10h30 - 11h30

Par
**Dominique
BERTOLDO**

Enfants
Ados
Adultes

Salle Martin
Luther King



> Sophrologie

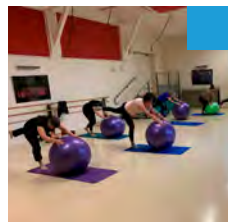
Echanges entre les différents participants sur les thématiques choisies (gestion du stress, sommeil, ancrage...). Exercices de relaxation dynamique, exercices de sophronisation.

Lundi : 10h30 - 11h30 / 19h - 20h (24 séances)

Par
**Angélique
GIBERNON
FAVIER**

Adultes

Salle Jean Cabut



> Fitness

Douce, Body Balance, Pilates, Steps, Cardio...

"Venez vous faire plaisir et garder la forme ! Pilates, tonique, step, aérobic ou gym séniors : il y en a pour tous les goûts, tous les styles. Que vous soyez matinal ou lève tard, vous trouverez le créneau qui vous convient le plus !".

Des séances avec un suivi personnalisé, du matériel adapté et de la bonne humeur !

Avec Dalila

GYM SENIORS Mardi 9h-10h

PILATES/BIEN ETRE/BODY BALANCE

. Mardi 10h-11h

ETIREMENTS/STRETCHING Mardi 11h-12h

PILATES/BIEN ETRE/BODY BALANCE

. Vendredi 10h-11h

FIT BALL/STEPS Vendredi 11h-12h

Avec Monique

TONIC/RENFORCEMENT MUSCULAIRE

STRETCHING Lundi 19h45-20h45

CARDIO/ABDOS FESSIERS/STRETCHING

. Mercredi 18h30-19h30

GYM DOUCE/RELAXATION Jeudi 18h-19h

GYM BALL / PILATES Vendredi 18h-19h



> Body training

Boostez votre énergie, sculptez votre silhouette et reprenez le contrôle de votre forme ! Un entraînement complet pour brûler les calories, renforcer vos muscles et atteindre vos objectifs bien-être.

Samedi (dès 15 ans) : 10h - 11h

Par
**Dalila
BRAHMI
& Monique
FELBER**

Ados
Adultes

Salle Simone Veil
Salle Martin
Luther King

Par
**Elisabeth
BRENAS**

Ados
Adultes

Gymnase
Mazel 2
salle de boxe



> Full Contact

Le full-contact ou la boxe américaine est un sport de combat appartenant aux formes de "boxes pieds-poings" né aux États-Unis dans les années 1960 et 1970 et surnommé dans ce pays "kick-boxing".

Adultes (+ 15 ans) - Lundi : 20h-21h30

Mercredi : 19h30 - 20h30 (Boxe sans assaut)

20h30 - 21h30 (Perfectionnement)

Jeu : 19h30 - 21h (Boxe poings)

Vendredi : 20h - 21h30

Ados (11-14 ans) - Lundi et vendredi : 18h30-19h45

Par Damien
CHALENCON

Julien
LATONA

Nicolas
CRESCO

Ados
Adultes

Gymnase
Mazel 2
salle de boxe



> Skateboard

Stage de Skate avec Clément - Viens rider avec nous ! Tu veux apprendre à tenir debout sur une planche (sans tomber) ? Améliorer ton ollie ou juste passer un bon moment entre potes ? Ce stage est fait pour toi ! Notre super animateur Clément t'attend pour 1 ou 2 journées. Skateparks ouverts et couverts de Monistrol Yssingeaux et Saint Etienne.

Stage de 2 jours durant les vacances sauf décembre à partir de 6 ans pour les enfants et ados, 10h-15h et possibilité d'accueil de 9h-17h sur demande 25€ /jour - 40€ /2 jours.

Par
Clément
GIRIBALDI

Enfants
Ados
Adultes

Skate Park



Baby Boxe et Kick Boxing

La baby boxe est une activité ludique permettant aux enfants de se défouler, de travailler leurs motricités dans l'apprentissage des règles et du respect.

Aucun coup n'est porté envers ses camarades et une approche de la dualité est faite au fur et à mesure de la saison.

Des jeux pour découvrir la maîtrise de soi et l'initiation aux fondamentaux du kick-boxing en toute sécurité..

(7-10 ans) : Mardi 18h30 - 19h30

(5-6 ans) : Samedi 11h - 12h

Par
Elisabeth
BRENAS

Enfants

Gymnase
Mazel 2
salle de boxe



> Volley

Que tu sois débutant ou joueur confirmé, le volley est un sport à la fois ludique, dynamique et accessible à tous dès 12 ans. Sur le terrain, pas besoin d'être le plus fort : tout repose sur l'entraide, la communication et l'esprit d'équipe. Dans notre club, chacun trouve sa place, que ce soit pour jouer en loisir dans une ambiance détendue ou se lancer dans la compétition.

(Adultes Compétition) : Lundi 20h - 22h /
Mardi 19h - 20h30 / Mercredi 20h30 - 22h30

(Adultes Hors Compétition) : Mercredi 19h - 20h30

(12-17 ans) : Mercredi 19h - 20h30 (Loisirs - Initiation)

Par
Nicolas
CHARDON
& Agnès
GAUTIER

Ados
Adultes

Gymnase
du Monteil



> Zumba®



«Venez nous rejoindre avec votre bonne humeur». Etes-vous motivé pour faire la fête et entretenir votre forme ? La zumba est un mélange de fitness et de danse latine, orientale...

Lundi : 17h30 - 18h30 / 18h30 - 19h30
Jeudi : 19h15 - 20h15

Zumba kids

Jeudi : 17h30 - 18h15 / 18h15 - 19h

Par
**Nathalia
AREVALO**

Enfants
Ados
Adultes

Salle
Simone Veil

ACTIVITÉ ARTS SCÉNIQUES



> Théâtre



Passionnée de théâtre ? Ça tombe bien, moi aussi ! Tu as envie de progresser, de t'amuser et de découvrir les techniques du théâtre ? Alors viens au cours de théâtre de la MJC. Mon travail est avant tout axé sur la technique et l'apprentissage du théâtre de façon ludique tout en permettant aux enfants comme aux adultes d'avoir toutes les bases nécessaires pour improviser, jouer et apprendre un texte.

Enfants (6-10 ans) - Mercredi : 16h - 17h
Ado (11-15 ans) Mercredi : 17h - 18h
Jeunes (16-18 ans) 18h15 - 19h30
Adultes - Mercredi : 20h - 22h

Par
**Johanna
BONNET**

Enfants
Ados
Adultes

ECM

> Les rendez-vous de la MJC

Septembre

Réinscriptions dès le 02/09
05/09 : Forum des associations
Début des activités à partir du lundi 07/09
11/09 : soirée de présentation de la saison culturelle à la Capitelle avec Pop Chef

Octobre

Du 19 au 24/10 : Formation son et lumières
Semaines du 19 au 30/10 : les vacances de la Kaz'ado
Stage : Les tentations artistiques

Novembre

Dimanche 08/11 : concert des oreilles en pointe à 17h
Vendredi 27/11, 20h : "Les oubliés de l'île de sable", cie Konsl'diz

Décembre

Mercredi 09/12 à 15h : Spectacle "Le signe Roi" - Gouter de Noël

Janvier

Vendredi 30/01 : Spectacle "L'écho des rêves" puis "Neven", cie Aran

Février

Semaines du 15/02 au 26/02
vacance de la kaz'ado.
Séjour animations

Mars

Samedi 20/03 : Assemblée générale de la MJC
Fête de la BD : du lundi 22 au samedi 27. Dédicaces, ateliers, rencontres.

Avril

Lundi 5 au vendredi 16 les vacances de la kaz'ado
Exposition du club photo

Mai

Samedi 22/05 : "La fin demain", cie Zirkus Morsa, Festiclaf en éclairé
28/29/30 : FestiClaf Festival des arts de la rue

Juin

19 et 20/06 : Gala de danse
Samedi 26/06 : Fête de la musique



Si vous êtes intéressé
pour devenir bénévole et
participer à la vie de la MJC,
prenez contact avec nous :
accueil@mjcmonistrol.fr



25 rue du stade
43120 Monistrol-sur-Loire
Tél : 04 71 66 53 52



E-mail : accueil@mjcmonistrol.fr
Site web : www.mjcmonistrol.fr
Facebook : [mjcmonistrol](https://www.facebook.com/mjcmonistrol)
Instagram : [mjc_monistrol](https://www.instagram.com/mjc_monistrol)