



Activités hebdomadaires 2025-2026

M.J.C. Saint Vincent de Mercuze

Maison des Jeunes et de la Culture
34 place de la mairie 38660 St Vincent de Mercuze
www.mjc-stvincentmercuze.fr
contact@mjc-stvincentmercuze.fr

Activités Adultes

Aïkido de Sumikiri



Bernard Martinet

Salle des Tapis (salle des fêtes)

Tous niveaux
Confirmés

Mer 19h30-21h00
Ven 19h30-21h00

120 €

Gymnastique Adaptée



Aurélie Cochet

Salle MJC

120 € - 10 places

Mar 10h00-11h00

Pilates



Aurélie Cochet

Salle MJC

Théâtre (salle des fêtes)

Salle MJC

180 € - 12 places chaque cours

Mar 09h00-10h00

Jeu 19h15-20h15

Ven 12h15-13h15

Renforcement cardio musculaire



Aurélie Cochet

Gymnase (salle des fêtes)

Théâtre (salle des fêtes)

120 € - 20 places chaque cours

Lun 17h30-18h30

Jeu 18h15-19h15

Stretching



Dounia Azzi

Gymnase (salle des fêtes)

150 € - 20 places

Jeu 20h30-21h30

Qi Gong



Sandrine Martins-Veloso

Salle MJC

195 € - 12 places

Mer 19h00-20h15

Yoga



Jean-Claude Tomio

Salle MJC

195 € - 10 places

Lun 19h00-20h15

Laurence Muzet

Salle Tapis (salle des fêtes)

195 € - 10 places

Mar 09h00-10h15

Conversation Anglaise



Susan Nallet - Salle MJC

20 séances (3 par mois)
80 € - 8 places

Lun 17h30-18h30

Couture



Laurie d'Ambrosio - Salle MJC

24 séances
285 € - 9 places

Mar 14h00-16h30

Expression Artistique pour tous



Elodie Barre - Salle du Milieu

Peinture (gouache, acrylique), crayon, craie, pastel,
fusain, collage, posca

2 heures hebdomadaires

320 € (matériel fourni) - 10 places

Mer 17h00-19h00

Peinture Atelier libre



Salle MJC

20 € - 12 places Sam (1 sur 2) 14h30-17h30

Activités Enfants

Capoeira



Sandrine Brunet "Som do Gunga" Salle Milieu

Maternelles 3-6 ans

140 € - 10 places

Primaires Collégiens 7-12 ans

140 € - 12 places

prévoir l'achat d'une tenue

Capoeira Adultes voir MJC de Barraux

Lun 17h30-18h15

Lun 18h15-19h00

Cirque



Hélène Petit - Gymnase Salle des Fêtes

Maternelles 5-6 ans

210 € - 2x8 places

Débutants

210 € - 10 places

Confirmés

210 € - 10 places

répartition par l'animatrice

La Troupe (enfants de + 10 ans et confirmés)

270 € - 12 places

sur sélection de l'animatrice

Mer 13h30-14h30

et Jeu 17h00-18h00

Mer 14h30-15h30

Mer 15h30-16h30

Mer 16h30-18h00

Hip-Hop



Luc Brecht "Nextape" - Salle MJC

Débutants Enfants dès 8 ans

180 € - 10 places

Primaires & Collégiens voir MJC La Terrasse

Mer 14h30-15h30

Expression Artistique pour tous (à partir de 6 ans)



Elodie Barre - Salle du Milieu

Peinture (gouache, acrylique), crayon, craie, pastel,
fusain, collage, posca

2 heures hebdomadaires

320 € (matériel fourni) - 10 places

Mer 17h00-19h00

Guitare



Sylvain Achard - Salle des Associations

Guitare acoustique ou électrique

Cours collectif de 1 heure selon niveau et âge

7/13 ans et + de 13 ans

240 € - 6 places/groupe

répartition des 2 groupes par l'animateur

Mer 13h30-17h30

Jeux de Rôle



Sélène - Salle du Milieu

Primaires (6-8ans)

Prim/Collégiens (9-12 ans)

Collégiens (11-15 ans)

Collégiens/Lycéens (ts âges)

16 séances pour chacun des 4 groupes

220 € - 7 places

Mer 10h15-12h00

Mer 13h30-15h15

Mer 15h15-17h00

Jeu 17h30-19h15

Théâtre



Hélène Grand'Eury - Salle de Théâtre

Primaires

Collégiens

Lycéens Collégiens

225 € - 14 places pour chacun des 3 groupes

groupes composés par l'animatrice

Lun 16h45-18h00

Mar 17h15-18h30

Mar 18h30-19h45

Les séances débutent le **lundi 15 septembre 2025**

Les activités se déroulent sur **30 séances** (hors vacances scolaires)
sauf exception indiquée dans la présentation de l'activité

Inscriptions en ligne dès le **samedi 6 septembre 2025**

Adhésion individuelle-familiale : 20 €

L'adhésion à la MJC est obligatoire pour la pratique des activités
et la participation aux ateliers

La MJC se réserve le droit d'annuler toute activité si un minimum d'inscrits non atteint au 1er novembre.

La MJC fonctionne grâce et avec ses bénévoles

L'implication d'un **réfèrent adulte par activité** est vivement
souhaitée ainsi que celle de bénévoles lors de manifestations.