

ATELIERS SAISON 2023/2024

ACTIVITES CULTURELLES ET ARTISTIQUES

ARTS PLASTIQUES

ATELIERS	JOURS ET HORAIRES	LIEUX	A PARTIR DE JANVIER 2024	PUBLIC	TARIFS
ARTS PLASTIQUES	lundi 17h30-19h	MJC-ALGECO	MJC - Nouvel algeco	10-14 ANS	194,00 €
ARTS PLASTIQUES	jeudi 17h-18h30	MJC-ALGECO	MQ CroixDaurade/OSCAR	6-9 ANS	194,00 €
MANGA	vendredi 18h00-19h30	MJC-ACTION JEUNE	MQ CroixDaurade/SIERRA	ados 12-17 ans	194,00 €
SCULPTURE	mardi 18h-20h30	MJC	MJC - Nouvel algeco	tout public +16 ans	245,00 €
SCULPTURE	jeudi 14h30-17h	MJC	MJC - Nouvel algeco	tout public +16 ans	245,00 €
MACRAME - Nouveau	mercredi 18h-19h	MJC-APPARTEMENT	MJC - Nouvel algeco	6-10 ans	170,00 €
MACRAME - Nouveau	mercredi 19h-20h	MJC-APPARTEMENT	MJC - Nouvel algeco	adulte dès 16 ans	190,00 €

DANSES

ATELIERS	JOURS ET HORAIRES	LIEUX		PUBLIC	TARIFS
DANSE CONTEMPORAINE	mardi 20h-21h30	MJC - studio de danse		adultes	194,00 €
EVEIL DANSE CLASSIQUE	lundi 17h00-17h45	MJC - studio de danse		enfants 4-6 ans	174,00 €
EVEIL DANSE CLASSIQUE	jeudi 16h45-17h30	MJC - studio de danse		enfants 4-6 ans	174,00 €
DANSE CLASSIQUE	lundi 17h45-18h45	MJC - studio de danse		enfants 6-8 ans	183,00 €
DANSE CLASSIQUE	lundi 18h45-19h45	MJC - studio de danse		enfants 9-12 ans	183,00 €
DANSE COUPE DECALE	mercredi 19h00-20h00	MJC - salle expression		tout public +16 ans	194,00 €
DANSE FLAMENCO	mercredi 19h30-20h30	MJC - studio de danse		tout public +16 ans	225,00 €
DANSE FLAMENCO	mercredi 20h30-22h00	MJC - studio de danse		tout public +16 ans	225,00 €
DANSE AFRICAINE	mercredi 15H30-16H30	MQ Croix-Daurade		enfants 5-12 ans	183,00 €
DANSE AFRICAINE	jeudi 19h15-20h45	MQ Croix-Daurade		tout public +16 ans	230,00 €
DANSE AFRICAINE	jeudi 20h45-22h15	MQ Croix Daurade/OSCAR		tout public +16 ans	230,00 €
EVEIL DANSE MODERN'JAZZ	mercredi 13h45-14h30	salle 2M		enfants 4-6 ans	174,00 €
EVEIL DANSE MODERN'JAZZ	samedi 9h00-9h45	MJC - studio de danse		enfants 4-6 ans	174,00 €
EVEIL DANSE MODERN'JAZZ	samedi 9h45-10h30	MJC - studio de danse		enfants 4-6 ans	174,00 €
	samedi 10h30-11h15	MJC - studio de danse		enfants 4-6 ans	174,00 €
DANSE MODERN'JAZZ	mercredi 14h30-15h30	salle 2M		enfants 6-8 ans	182,00 €
	mercredi 16h-17H	salle 2M		enfants 6-8 ans	183,00 €
	mercredi 17h-18H	salle 2M		enfants 9-11 ans	183,00 €
	mercredi 18h-19h	salle 2M		ados 11-14 ans	194,00 €
DANSE MODERN'JAZZ	jeudi 17h30-18h30	MJC - studio de danse		enfants 6-8 ans	183,00 €
DANSE MODERN'JAZZ	samedi 11h30-12h30	MJC - studio de danse		enfants 6-8 ans	183,00 €
BREAKDANCE	vendredi 18h30-19h30	MJC - studio de danse		enfants 8-12ans	183,00 €
HIP HOP	mercredi 16h30-17h30	MJC - studio de danse		enfants 6-9 ans	194,00 €
	mercredi 17h30-18h30	MJC - studio de danse		ados 10-16 ans	194,00 €
K-POP	mardi 18h-19h30	MJC - studio de danse		dès 12 ans + adultes	194,00 €

DANSE ORIENTALE	jeudi 18h15-19h15	salle 2M		enfants 5-11 ans	183,00 €
	jeudi 19h15-20h30	salle 2M		enfants + 12 ans	194,00 €
	jeudi 20h30-21h45	salle 2M		adultes	194,00 €
LINDY HOP	mardi 20h30-21h30	MQ Croix Daurade		débutants	180€ / couple
	mardi 21h30-22h30	MQ Croix Daurade		confirmés	285€
DANSE SEVILLANES	lundi 19h30-20h30	MJC - studio de danse		tout public +16 ans	225,00 €
	lundi 20h30-21h30	MJC - studio de danse		tout public +16 ans	225,00 €
DANSES LATINES ET SALSA	jeudi 20h30-22h	MJC - studio de danse		tout public +16 ans	180€ / couple 285€

THEATRE

ATELIERS	JOURS ET HORAIRES	LIEUX	A PARTIR DE JANVIER 2024	PUBLIC	TARIFS
THEÂTRE	lundi 17h30-18h30	MJC - salle polyvalente	MJC-ALGECO	enfants 6-8 ans	183,00 €
	lundi 18h30-20h00	MJC - salle polyvalente	MJC-ALGECO	ados 12- 14 ans	194,00 €
	mardi 18h00-19h00	Salle Cuvier		ados 9-11 ans	183,00 €
	mardi 19h00-20h30	Salle Cuvier		ados 14-16 ans	194,00 €
	mardi 20h30-22h30	Salle Cuvier		tout public +16 ans	235,00 €
CLOWN - Nouveau	lundi 20h00-22h00	MJC - salle polyvalente	MJC-ALGECO+EXPRESSION	Adulte dès 16 ans	235,00 €
THEÂTRE IMPRO	mercredi 14h00-15h30	MQ Croix Daurade		enfants 8-12 ans	190,00 €
	mercredi 15h30-17h00	MQ Croix Daurade		ados 13-15 ans	200,00 €

CIRQUE

ATELIERS	JOURS ET HORAIRES	LIEUX		PUBLIC	TARIFS
CIRQUE	mercredi 17h45-19h15	Grainerie		ados 11-15 ans	215,00 €
	samedi 9h15-10h15	MJC-expression		enfants 6-8 ans	183,00 €
	samedi 10h15-11h15	MJC-expression		enfants 8-10 ans	183,00 €
	samedi 11h15-12h15	MJC-expression		enfants 8-10 ans	183,00 €

MUSIQUE

ATELIERS	JOURS ET HORAIRES	LIEUX	A PARTIR DE JANVIER 2024	PUBLIC	TARIFS
CHANT ET TECHNIQUE VOCALE	mardi 18h00-19h00	MJC - Algeco gauche	APPARTEMENT	tout public +16 ans	225,00 €
	mardi 19h00-20h00	MJC - Algeco gauche	APPARTEMENT	tout public +16 ans	225,00 €
CHORALE	mercredi 17h30-18h30	MJC - Algeco gauche	MQC - OSCAR	enfants 6-12 ans	95,00 €
	mercredi 20h-22h	MJC - salle polyvalente	ECOLE CUVIER	tout public +16 ans	125,00 €
EVEIL MUSICAL	lundi 17h00-17h45	MQ Croix Daurade - Oscar		enfants 3-4 ans	174,00 €
nouvel intervenant	lundi 17h45-18h30	MQ Croix Daurade - Oscar		enfants 4-5 ans	174,00 €
	lundi 18h30-19h30	MQ Croix Daurade - Oscar		enfants 6-8 ans	183,00 €
GUITARE - Accoustique	lundi 17h30-18h30	MJC - Appart	MAISON CUVIER	enfants 8-12 ans	260,00 €
	lundi 18h30-19h30	MJC - Appart	MAISON CUVIER	tout public +16 ans	260,00 €
	lundi 19h30-20h30	MJC - Appart	MAISON CUVIER	tout public +16 ans	260,00 €

	lundi 20h30-21h30	MJC - Appart	MAISON CUVIER	tout public +16 ans	260,00 €
GUITARE - Accoustique ou basse	mardi 17h00-18h00	MJC - Appart	MAISON CUVIER	enfants 8-12 ans	260,00 €
	mardi 18h00-19h00	MJC - Appart	MAISON CUVIER	enfants 8-12 ans	260,00 €
	mardi 19h00-20h00	MJC - Appart	MAISON CUVIER	ados 12-16 ans	260,00 €
	mardi 20h00-21h00	MJC - Appart	MAISON CUVIER	tout public +16 ans	260,00 €
	mardi 21h00-22h00	MJC - Appart	MAISON CUVIER	tout public +16 ans	260,00 €
	jeudi 17h00-18h00	MJC - Appart	Nouvel ALGECO	enfants 8-12 ans	260,00 €
	jeudi 18h00-19h00	MJC - Appart	Nouvel ALGECO	ados 12-16 ans	260,00 €
	jeudi 19h00-20h00	MJC - Appart	Nouvel ALGECO	tout public +16 ans	260,00 €
	jeudi 20h00-21h00	MJC - Appart	Nouvel ALGECO	tout public +16 ans	260,00 €

ACTIVITES DÉTENTE MENTALE ET PHYSIQUE

ATELIERS	JOURS ET HORAIRES	LIEUX	A PARTIR DE JANVIER 2024	PUBLIC	TARIFS
AQUAGYM	lundi 19h15-20h05	Lycée Raymond Naves		adultes	215,00 €
	mercredi 19h15-20h05	Lycée Raymond Naves		adultes	215,00 €
GYM SENIOR	mercredi 10h00-11h00	MJC - salle expression		séniors	174,00 €
GYM	mercredi 13h30-14h15	MQ AMOUROUX		4-5 ans	174,00 €
	mercredi 14h15-15h	MQ AMOUROUX		4-5 ans	174,00 €
	mercredi 15h-16h	MQ AMOUROUX		6-7 ans	183,00 €
	mercredi 16h-17h	MQ AMOUROUX		6-7 ans	183,00 €
	mercredi 17h-18h	MQ AMOUROUX		8-9 ans	183,00 €
	vendredi 16h45-17h30	MJC - salle expression		4-5 ans	174,00 €
GYM TONIC	mardi 18h30-19h30	MJC - salle expression		tout public +16 ans	174,00 €
GYM TONIC	mercredi 18h-19h	MJC - salle poly	MQC - NOVEMBRE	tout public +16 ans	174,00 €
GYM GAINAGE/POSTURALE	mardi 19h30-20h30	MJC - salle expression		tout public +16 ans	174,00 €
GYM GAINAGE/POSTURALE	mercredi 19h-20h	MJC - salle poly	MQC - NOVEMBRE	tout public +16 ans	174,00 €
GYM GAINAGE	jeudi 18h-19h	VISIO		tout public +16 ans	174,00 €
GYM POSTURAL	jeudi 19h-20h	VISIO		tout public +16 ans	174,00 €
GYM HOLISTIQUE	mercredi 17h30-18h45	MQC		tout public +16 ans	240,00 €
	mercredi 19h00-20h15	MQC		tout public +16 ans	240,00 €
PILATES	lundi 18h-19H	CS Borderouge		tout public +16 ans	200,00 €
	lundi 19h-20H	CS Borderouge		tout public +16 ans	200,00 €
	lundi 19h-20H	MJC - salle expression		tout public +16 ans	200,00 €
	lundi 20h-21h	MJC - salle expression		tout public +16 ans	200,00 €
	mardi 19h30-20h30	salle 2M		tout public +16 ans	200,00 €
	mardi 20h30-21h30	salle 2M		tout public +16 ans	200,00 €
	mercredi 17h00-18h00	MJC - salle expression		tout public +16 ans	200,00 €
	mercredi 18h00-19h00	MJC - salle expression		tout public +16 ans	200,00 €
	jeudi 18h00-19h00	MJC - salle expression		tout public +16 ans	200,00 €
	vendredi 11h-12h	MJC - salle expression	2M	tout public +16 ans	200,00 €
CARDIO TRAINING	jeudi 18h30-19h30	MJC	MQ Amouroux	tout public +16 ans	174,00 €
CARDIO TRAINING RENFO	jeudi 19h30-20h30	MJC	MQ Amouroux	tout public +16 ans	174,00 €
MEDITATION	lundi 18h-19h15	MQ Croix Daurade - Sierra		tout public +16 ans	200,00 €

	lundi 19h15-20h45	MQ Croix Daurade - Sierra		tout public +16 ans	200,00 €
	mercredi 9h30-11h	MJC - studio de danse	CC DES MAZADES	tout public +16 ans	200,00 €
	jeudi 12h00-13h30	salle 2M		tout public +16 ans	200,00 €
QI QONG	mardi 19h-20h15	MQ Croix Daurade/ NOVEMBRE		tout public +16 ans	194,00 €
	jeudi 9h30-10h30	MJC	MQC-SIERRA	tout public +16 ans	194,00 €
TAI CHI CHUAN	lundi 12h30-13h30	MJC	MQC-SIERRA	tout public +16 ans	194,00 €
	mercredi 20h30-21h30	MQ Croix Daurade		tout public +16 ans	194,00 €
FLOW YOGA	mardi 10h45-11h45	MJC - studio de danse	?	tout public +16 ans	200,00 €
YOGA HATHA	mardi 17h45-18h45	MJC - salle poly	?	tout public +16 ans	200,00 €
	mardi 18h45-19h45	MJC - salle poly		tout public +16 ans	200,00 €
YOGA SIVANANDA	lundi 18h-19h	MJC - salle expression		tout public +16 ans	200,00 €
	jeudi 19h-20h	MJC - salle expression		tout public +16 ans	200,00 €
YIN YOGA	vendredi 18h30-19h30	MQ AMOUROUX		tout public +16 ans	200,00 €
	vendredi 19h30-20h30	MQ AMOUROUX		tout public +16 ans	200,00 €
WENDO - SELF DEFENSE (féminin)	vendredi 19h30-20h30	MJC - salle poly	MJC - salle expression	tout public +16 ans	185,00 €

ACTIVITES SPORTIVES ET ARTS MARTIAUX

ATELIERS	JOURS ET HORAIRES	LIEUX		PUBLIC	TARIFS
BOXE Pieds-Poings	lundi 18h45-19h45	DOJO Amouroux		tout public +16 ans	195,00 €
TAEKWONDO	jeudi 17h-18h	MQ AMOUROUX		enfants 6-7 ans	174,00 €
	jeudi 18h-19h	MQ AMOUROUX		enfants 8-10 ans	183,00 €
	jeudi 19h-20h30	MQ AMOUROUX		enfants 11-14 ans	196,00 €
KARATE	mardi 17h00-18h00	CS Borderouge		enfants 5-7 ans	183,00 €
	mercredi 16h00-17h00	MQ AMOUROUX		enfants 7-10 ans	183,00 €
	mercredi 17h00-18h00	MQ AMOUROUX		enfants 10-14 ans	183,00 €
	mercredi 18h00-19h00	MQ AMOUROUX		ados +14ans	196,00 €
	vendredi 15h00-16h00	CS Borderouge		ados +14ans	196,00 €
JUDO	vendredi 17h30-18h15	MJC - salle expression		4-6 ans	174,00 €
JUDO	vendredi 18h15-19h15	MJC - salle expression		7-10 ans	183,00 €
CAPOIERA	lundi 17h00-17h45	MQ AMOUROUX		enfants 4-6 ans	174,00 €
	lundi 17h45-18h45	MQ AMOUROUX		enfants 7-12 ans	188,00 €

ACTIVITES ARTISANALES ET ARTS CREATIFS

ATELIERS	JOURS ET HORAIRES	LIEUX	A PARTIR DE JANVIER 2024	PUBLIC	TARIFS
ATELIERS COUTURE	lundi 16h30-18h	MJC - Action jeune	S2M	adultes	232,00 €
	lundi 18h00-19h30	MJC - Action jeune	S2M	enfants +8ans ET DUO PARENTS	210,00 €
	lundi 19h30-21h00	MJC - Action jeune	S2M	adultes	232,00 €

ACTIVITES LINGUISTIQUES

ECRIVAINS DU SAMEDI	samedi 9h45-11h45	MJC	A PARTIR DE JANVIER 2024	adultes	35,00 €
DO YOU SPEAK ENGLISH	mardi 17h15-18h15	MJC - Algeco pass	Médiathèque	enfants 6-8 ans	178 €
	mardi 18h30-19h30	MJC - Algeco pass	Médiathèque	adultes	189 €
	jeudi 17h30-18h30	Médiathèque		enfants 9-11 ans	178 €
	vendredi 10h-11h	MJC - Algeco pass	ALGECOS	adultes débutants	189 €
LECTURES POETIQUES	1er samedi de chaque mois	MJC - Algeco gauche		adultes	adhésion