

...GYM-FIT

FAC

Cours de Maria COLAMARIA
Lundi de 19h00 à 20h00

ZUMBA

Cours de Maria COLAMARIA
Lundi de 20h00 à 21h00

TBC

Cours de Magalie FRANCOIS
Mardi de 14h00 à 15h00
Jeudi de 14h00 à 15h00

GYM DOUCE

Cours de Danièle PIOREK
Mardi de 15h15 à 16h15
Jeudi de 15h15 à 16h15

90 € = 1 cours/semaine
130 € = 2 cours/semaine
180 € = 3 cours/semaine
240 € = 4 cours/semaine

YOGA

Encadrement par M. MAASER Emile
Professeur diplômé à la Fédération Française
de Yoga Jeudi de 18h00 à 19h30
Prévoir un tapis et de quoi se couvrir

100€ / année

*Par mesure d'hygiène, se munir d'un tapis personnel
Pour toutes ces activités, un certificat médical est
obligatoire.*

PILATES

Raffermer et tonifier les muscles faibles. Assouplir
les muscles forts,
Renforcer les muscles profonds du dos, les abdo-
minaux et le périnée
CONSEILLÉ AUX PERSONNES SOUFFRANT DU DOS.

Cathy FRANCOIS

Lundi de 12h45 à 13h45 et de 14h00 à 15h00

Marion FRANCOIS

Jeudi et Vendredi de 12h45 à 13h45

1 cours : 175 €

2 cours : 315 €

ARTS PLASTIQUES NOUVEAU

Nadine FIORINA

Cet atelier créatif va permettre de s'adonner à
des activités manuelles diverses (sculpture, pein-
ture, utilisation de différents objets, matériels)
Lundi de 19h30 à 21h00
165 €/année

CINEMA CASINO



Salle classée « Art et Essai »
Son digital SRD numérique.
Image numérique + 3D

Prix des places: 6 €

5 € (Ciné - regards)

4.5 € (abonnement par 8)

Ajouter 1.50€ pour toutes projections en 3D

C-REGARDS

Projection de films « Art et Essai » présentés en
version originale sous titrée, chaque lundi et mar-
di à 17h30 et 21h00



Activités 2017 — 2018

MJC DE JOEUF
57 rue du commerce
54 240 JOEUF
Tel 03 82 22 24 96
Mjc-joeuf@orange.fr

Du lundi au vendredi de 14h00 à 18h00
Mercredi et jeudi de 10h00 à 12h00



MJC JOEUF

ACTIVITES

Les activités sont payables uniquement à l'année
(Possibilité de régler en plusieurs fois)

Prix de l'adhésion 2017/2018

Plus de 18 ans 10 €

Moins de 18 ans 8 €

Les activités sont réservées uniquement
aux adhérents titulaires de la carte MJC.

COUTURE

Mme **ZILIOLI** Josée
Coupe et couture de vêtements
Mardi ou jeudi de 14h30 à 18h30
175€ / année

CANNAGE NOUVEAU

Mme **MARBOT** Charlyne
Pour celles qui aiment bricoler, entreprendre
une activité peu compliquée et obtenir des ré-
alisations rapides et utiles
Le 2ème Lundi du mois
35€ /année



TRICOT

Mme **MIELE** Stella
Confection de pull, écharpe, étole, layette,
Chaussons, napperon, nappe, ...
Lundi de 14h à 18h
35€ / année

PÂTISSERIE NOUVEAU

Mme **MOIOLI** Christelle
Venez découvrir ou redécouvrir toutes les ba-
ses afin de réaliser chez vous, des tartes, en-
tremets, viennoiseries (éclairs, pâte à choux,
..), dignes d'un vrai pâtissier!
Mardi de 17h30 à 21h00
**Carte adhérent (voir pour les ingrédients avec
l'animatrice)**

*Ne sont pas pris en compte les périodes de vacances et les
fermetures exceptionnelles. Ces horaires peuvent être modifiés
à tout moment en fonction des événements relatifs au fonction-
nement de la Maison des Jeunes et de la Culture*

MUSIQUE



PIANO – SOLFÈGE

Mme . **DICARO** Céline.
Mardi, et Samedi Après midi :
Heure à définir avec le professeur
380 € / année.

GUITARE :

M. **PELIER** François
Méthode moderne, apprentissage sur tablature
Sans solfège traditionnel.
Jour et heure à définir avec l'animateur
380 € / année.



DANSE

ENFANTS ET ADOS (Modern Jazz, Urbaine,..)

Animatrice : Mme **BIANCONI** Abigail

Mercredi

13h30-14h15 : Eveil danse à partir de 4 ans
14h15-15h00 : Initiation
15h00-16h00 : Enfants niveau 1
16h00-17h00 : Enfants Niveau 2
17h00-18h15 : Ados Niveau 1
18h15-19h30 : Ados Niveau 2

Eveil et Initiation : 135 € / année
Enfants Niveau 1 et 2 : 140 € / année
Ados Niveau 1 et 2 : 175 € / année

Un gala est prévu en fin d'année

DANSE COUNTRY

M. **PAUL** François
Jeudi de 20h à 22h00
Carte d'adhérent

THEATRE en ITALIEN NOUVEAU

Intervenants : Denise **TRUSSON**, Valentin
EHRHARDT, Nina **KARL-MARCHETTI** de la
Compagnie Belladonna

La troupe **Palco Teatro** rassemble depuis 5
ans , une dizaine de comédiens amateurs qui
se retrouvent une fois par semaine pour parta-
ger leur passion du théâtre et de la langue ita-
lienne. Encadré par deux professionnels de la
Cie Belladonna, : Valentin (comédien) et Nina
(professeur d'italien), la MJC accueillera avec
plaisir tous les nouveaux qui souhaiteraient
rejoindre la troupe.

Cette année, le projet s'intitule :

« *Molière, in scena* »

Une représentation est prévue en fin d'année
150€/ année.

Mardi de 20h00 à 22h00

SOPHROLOGIE

Mme **CHOLLOT** Brigitte. (Diplômée d'état.)
Méthode basée sur la respiration, la détente
musculaire, la visualisation de la pensée posi-
tive. Mais aussi pour gérer les phobies, soula-
ger les acouphènes , gérer les dépendances,
(alcool, tabac, troubles alimentaires) et bien
d'autres encore...

Lundi de 17h00 à 18h00.

185€ par année