

NOUVEAUTES 2023/2024 :

GRIMPE D'ARBRES :

la grimpe d'arbres est une activité qui permet de grimper dans les arbres en utilisant des techniques de cordes spécifiques, éphémères et non impactantes pour les arbres. C'est idéal pour lier jeux sensoriels, ateliers à sensation et la découverte de l'environnement !



CERAMIQUE MODELAGE :

La céramique, basée sur le contact avec l'argile, élément naturel, nous aide à renouer avec nos sens. L'argile permet de donner libre cours à son imagination, sa créativité et de donner vie à une infinité d'objets (utilitaires ou décoration)... Approche de plusieurs techniques de façonnage et de décorations....



DANSE CONTEMPORAINE (ADOS/ADULTES) :

Les principes fondamentaux de la danse contemporaine s'axent autour de l'expérimentation du temps, de l'espace, de l'énergie, de la sensation, du poids et du ressenti. Elle se repose sur l'émotion qui conduit au geste. Elle se veut une sorte d'alternative de la représentation du monde, un re-questionnement des sens. Elle est l'art de raconter une histoire avec son corps. Elle communique un message, une émotion...



POSTURES ENERGETIQUES :

Pour toutes les personnes désirant apprendre à s'occuper d'elles, se libérer des tensions corporelles et calmer l'agitation de leur esprit... Sur les principes du Qi Gong apprentissage d'une bonne posture pour un bon alignement énergétique entre le corps, le coeur et l'esprit & pour une meilleure écoute et un meilleur ressenti de soi à travers le mouvement guidé... (10 samedis matin)



AUTO-MASSAGES & RELAXATION :

Découvrez les bienfaits du massage crânien pour relâcher les tensions et profitez d'une relaxation guidée idéale pour apaiser l'esprit.... (9 samedis matin)



RACONTE-MOI UN MASSAGE

(ateliers Parents/Enfants) :

Et si raconter une histoire devenait un guide pour masser votre enfant ? Mémorisez simplement un massage guidé grâce à une histoire... (9 samedis matin)



Nouveauté ! Une activité, un Spectacle !

Cette saison, nous avons imaginé pour les activités artistiques un cursus pédagogique complet en créant un lien entre ces activités et notre programmation culturelle : Votre enfant va acquérir un apprentissage technique, une expérimentation de la scène lors du spectacle de fin d'année, une rencontre avec des artistes professionnels et une invitation au spectacle de ces compagnies à la MJC :



Activités Hip-Hop, Danse Modern'Jazz, Street Dance :
Spectacle « Altérité »
par la Cie Alexandra N'POSSEE
le Vendredi 12/04/2024

Activité Guitare :
Spectacle
« Rosa dos Ventos »
de Quentin Nedelcu et Rémi Cortial
le Vendredi 03/05/2024





Activité Théâtre :
Spectacle « Sissi »
de la Cie Carnages
le Vendredi 01/12/2023

+ Spectacle & Goûter de Noël :

*Nous avons le plaisir d'offrir à tous nos jeunes adhérents,
âgés de 4 à 10 ans (afin de les sensibiliser au spectacle vivant)
un spectacle de Noël :*

le MERCREDI 20/12/2023

*« TOUT CONTE FAIT »
par la Cie Perpétuel Détour*

