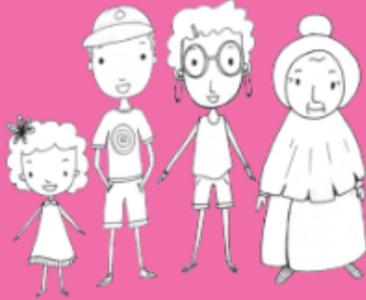




# Activités régulières

*Découvrir, pratiquer, partager.*



**Contacts :**  
 contact@mjc-larbresle.fr  
 04.74.01.15.91  
 4 rue docteur Michel



## INSCRIPTIONS OUVERTES A PARTIR DU 06/09/2025

### HORAIRES D'ACCUEIL



Période scolaire  
 du lundi au jeudi 14h à 18h

Et sur RDV.

Pendant les vacances scolaires  
 : à définir

### DOCUMENTS OBLIGATOIRES :

Adhésion INDIVIDUELLE OU FAMILLE  
 Justificatif de domicile < 3 mois  
 Attestation CAF pour Quotient Familial  
 < 3 mois ou relevé d'impôts

#### ARTS VIVANTS & EXPRESSIONS



*Jouer, interpréter, créer du lien par la voix, le geste ou la musique.*

#### DÉFIS & AVENTURES



*Grimper, viser, s'initier – des pratiques sportives pour explorer ses capacités et se dépasser.*

#### CONFIANCE & BIEN-ÊTRE



*Bouger, respirer, se défendre, méditer – pour prendre soin de soi et se sentir plus fort·e, plus serein·e.*

#### ARTS & CRÉATIONS



*Dessiner, modeler, imaginer – un espace pour révéler sa créativité et ses talents manuels.*

### Activités régulières Saison 2025/2026

#### Activités Hebdomadaires

Quotients familiaux	0 à 380	381 à 540	541 à 660	661 à 780	781 à 900	901 à 1000	1001 à 1100	1101 à 1200	1201 à 1300	1301 à 1400	1401 à 1500	1501 à 1750	1751 à 2000	2001 et plus
Tarif A : Dessin Adultes, Poterie Adultes, Autodéfense, Tir à l'arc adultes, Théâtre d'impro														
	65 €	75 €	85 €	95 €	105 €	125 €	140 €	155 €	170 €	185 €	200 €	215 €	230 €	245 €
Tarif B : BD Manga, Tir à l'arc enfants, escalade, grimpfamilles adultes														
	50 €	60 €	70 €	80 €	90 €	110 €	125 €	140 €	155 €	170 €	185 €	200 €	215 €	230 €
Tarif C : Club Poterie, Club Escalade, grimpfamilles enfants, groupes Charlet sound														
	20 €	26 €	32 €	38 €	44 €	50 €	58 €	66 €	74 €	82 €	90 €	100 €	110 €	120 €
Tarif D : Accordéon, Jeux de stratégie														
	15 €	17 €	19 €	21 €	23 €	27 €	31 €	35 €	38 €	43 €	49 €	55 €	63 €	70 €

**ARTS VIVANTS & EXPRESSIONS**



*Jouer, interpréter, créer du lien par la voix, le geste ou la musique.*

**Le théâtre d'Impro à la salle Bouvier de l'Ecole Dolto Lassagne**

Les lundis de 18h à 20h, groupe ouvert

**Les Improvistes** : C'est un atelier pour improvisateurs et improvisatrices ayant déjà une première expérience, souhaitant affiner leur jeu, approfondir leur écoute, et gagner en liberté sur scène. ...

Les lundis de 20h à 22h.

**L'équipe des Carafonds** se réunie pour s'entraîner et s'engager dans sa saison au rythme des matchs, des constellations et toutes autres formes d'Impro. Elle se produit également dans le cadre du Festival Histoires d'en Rires !

**La danse orientale à la salle Bouvier de l'Ecole Dolto Lassagne**

Les mercredis de 19h15 à 20h45, groupe ouvert ados, adultes

S'adonner à la danse dans la Joie et collectivement. Pratique des mouvements fondamentaux, découverte et approfondissement  
Cultiver ses improvisations

**L'accordéon diatonique à la MJC 4 rue Docteur Michel (derrière la médiathèque)**

Les mardis de 18h à 19h30

**Le caveau à la Maison Charlet**

Pour les groupes de musiques qui cherchent un lieu pour répéter et qui ont la volonté de s'engager dans l'animation d'une saison musicale locale. Accès hebdomadaire selon un planning défini ensemble. Plus d'info contactez-nous.



**DÉFIS & AVENTURES**



*Grimper, viser, s'initier aux pratiques sportives pour explorer ses capacités et dépasser ses limites.*

**L'escalade au gymnase des Grands Champs**

**Les créneaux encadrés :**

Les mercredis :

6-8 ans : 16h15 - 17h15 ou 17h15 - 18h15

9-11 ans : 18h15 - 19h30

12-17 ans débutants : 19h30 - 20h45

Les jeudis :

6-8 ans : 17h - 18h

Grimp'famille (1 parent et 1 enfant de - 9 ans): 18h - 19h15

12-17 ans confirmés : 19h15 - 20h30

**Groupe "autonome"**

ados - adultes (dès 16 ans)

Lundi 19h30 - 21h

**Travaux Escalade**  
1ère séance début octobre

**Le tir à l'arc au boulodrome des Grands Champs**

Les créneaux encadrés :

Les lundis :

7 - 10 ans : 18h - 19h

Ados, adultes : 19h - 20h30

à la MJC 4 rue Docteur Michel (derrière la médiathèque)

**Le dessin, BD mangas**

**BD MANGAS :**

Les mardis :

8-11 ans : 17h30 - 18h45

12- 17 ans : 18h45 - 20h

Dessin académique et créatif

Les jeudis

Ados, adultes : 19h - 21h

**Les ateliers Brico - récup**

**Les jeudis 8-10 ans 17h30-18h45**

Pour les 6- 8ans :

présence du parent possible pour faciliter la participation de votre enfant.

**La poterie**

Les créneaux encadrés :

Les lundis :

Adultes 19h - 21h

**Groupe "autonome"**

Les mardis

Adultes : 19h - 21h

**Jeux de stratégie**

Les samedis de 18h à 19h30

Ados, adultes dès 13 ans

**Café philo**

jours à définir entre les participant.es

**ARTS & CRÉATIONS**



*Dessiner, modeler, imaginer - un espace pour révéler sa créativité et ses talents manuels.*

**CONFIANCE & BIEN-ÊTRE**



*Bouger, respirer, se défendre, méditer - pour prendre soin de soi et se sentir plus fort-e, plus serein-e.*

Les mercredis de 19h à 20h30

Ados, dès 13 ans, adultes.

**La boxe autodéfense féminine à la salle d'évolution de l'Ecole des Mollières**

*Sci. vos idées deviennent des activités. Proposez. on vous suit !*

**Contacts :**

contact@mjc-larbresle.fr

04.74.01.15.91

4 rue docteur Michel

**Horaires d'accueil**  
Période scolaire  
du lundi au jeudi 14h à 18h  
Et sur RDV.  
Pendant les vacances scolaires :  
à définir