



Programme des activités

2026 • 2027



Adhérer,
c'est choisir de prendre
le temps.

05.49.48.39.27

accueil@mjcclussac.org

21 route de Montmorillon

86320 Lussac-les-Châteaux



Sommaire

Edito MJC21	p.3
Adhésion	p.4
Tarifs des activités	p.5
Les différents sites de la MJC21	p.6
S'épanouir à la MJC21	p.7-8
Ecole de musique	p.9-10
Activités bien-être	p.11-12
Activités sportives	p.13
Activités Art & Culture	p.14
Danse Folklorique	p.15



MJC21

Chères habitantes, chers habitants,

Quel plaisir de vous proposer cette année encore les activités et animations qui nous font du bien !

Prenons le temps de nous rencontrer, d'échanger, de partager, de créer, d'apprendre, de chanter, de danser, de jouer...

La MJC21 continue sa mutation « slow » pour offrir un lieu, un temps, pour se poser, se reposer, respirer, réfléchir, être aidé.

Dans cette période où les associations culturelles et sociales rencontrent toujours plus de difficultés financières, nous continuons la démonstration que la culture, l'éducation, et la solidarité sont les piliers d'une société juste et tolérante.

Nous sommes fiers et heureux de vous proposer le livret de cette nouvelle année, avec nos incontournables et de nouvelles activités.

A très bientôt dans notre maison à tous et bonnes activités !
La présidence, Isabelle Denoyel, Georges Tanneau.



Adhésion



L'adhésion à la MJC 21 est OBLIGATOIRE (même pour les séances d'essai) pour la pratique d'activités. Elle est valable du 1er juillet 2026 au 30 juin 2027.



Avec l'adhésion vous pouvez bénéficier :

- ★ Des tarifs préférentiels aux spectacles, au cinéma (pour les adultes) et aux diverses manifestations organisées au cours de l'année par la MJC 21 et les autres MJC de Vienne et Gartempe.
- ★ d'une réduction de 50% à l'entrée du musée de préhistoire
- ★ d'une réduction de 50% pour une adhésion à la médiathèque.

Adhérer à la MJC, c'est rejoindre un projet collectif et citoyen. Votre adhésion fait vivre un lieu d'échanges, de partage et de solidarité ouvert à tous. Elle vous permet aussi de participer aux choix de l'association et de contribuer à son dynamisme.

Tarifs adhésion :

Moins de 16 ans : 5 €

Plus de 16 ans : 10 €

Famille : 20 €

Association : 25 €



SAISON 2026-2027

Tarifs des activités

	A	B	C	D	E
QF 1 001 à 700	45	120	135	190	320
QF 2 701 à 1000	55	145	155	220	390
QF 3 1001 à 1400	65	170	185	255	455
QF 4 1401 à 1700	75	185	200	280	510
QF 5 1701 et plus	90	200	220	310	530
Danse contemporaine	250				

Les activités auront lieu du :

lundi 14 septembre 2026 au samedi 27 juin 2027.

Elles sont interrompues pendant les vacances scolaires.

La MJC sera exceptionnellement ouverte le

samedi 12 septembre de 10h à 13H.

- ★ L'inscription se fait à l'année, aucun remboursement ne sera effectué (sauf déménagement ou santé avec justificatif).
- ★ Vous avez la possibilité de régler en plusieurs fois (virement programmé ou chèques).
- ★ Vous aurez la possibilité de faire deux séances d'essais.

Si vous n'êtes pas inscrit, vous n'êtes pas assuré. Vous ne pouvez DONC pas participer aux activités.



Les différents sites de la MJC



Crèche
Tournicoti



Accueil de loisirs



Crèche
Le Manège
Enchanté



Relais Petite Enfance



MJC 21



Saint
Laurent de
Jourdes

Accueil de
loisirs



Club ados



SAISON 2026-2027

S'épanouir à la MJC 21



PETITE ENFANCE

★ Les crèches

Deux structures d'accueil pour les enfants de 10 semaines à 3 ans, dans un cadre sécurisé et bienveillant, avec des activités d'éveil et un accompagnement des familles.

★ Le LAEP

Un lieu de rencontre et de jeu pour les enfants de 0 à 4 ans accompagnés d'un parent. Un espace libre, confidentiel et sans inscription, propice à l'échange.

★ Le RPE

Un espace ressource pour les parents et les assistants maternels : informations sur les modes de garde, accompagnement professionnel et temps d'animation pour les tout-petits.

ENFANCE

Les enfants scolarisés sont accueillis les mercredis et pendant les vacances scolaires, à

Lussac et Verrières.

Au programme : jeux, découvertes, créations et aventures collectives !

Un espace pour grandir, s'épanouir et s'émanciper en toute confiance.

CLUB ADOS

Le club ados accueille les jeunes de 11 à 15 ans durant les vacances scolaires. La commune de Mazerolles nous accueille dans leur local jeune.

S'épanouir à la MJC



JEUNESSE

Le secteur jeunes 16-25 ans, propose des activités et animations, des soirées, sorties et week-ends variés ainsi que des séjours en France et à l'international. Le secteur propose aussi l'accompagnement pour tes projets (pro, culturels, citoyens, mobilité...)

FAMILLES

Le secteur Famille accompagne les parents dans leur rôle éducatif, soutient les relations familiales. À travers des actions (ateliers, sorties...) co-construites, il renforce les liens sociaux et valorise les compétences de chacun. Il propose également un accompagnement pour les aides aux départs en vacances

CULTURE

Le secteur culturel propose tout au long de l'année, une programmation artistique riche et variée : spectacles, concerts, expositions, ateliers et rencontres... Il soutient la création locale, favorise l'accès à la culture pour tous et encourage la participation des habitants.

Les projets d'éducation artistique et culturelle visent à permettre à tous les jeunes de participer à la vie culturelle par la rencontre avec les œuvres, les artistes et la pratique, grâce à la mobilisation conjointe des acteurs éducatifs, artistiques et territoriaux.

École de musique

VIOLON

À partir de 6 ans
Samedi 8h30-13h00
Salle de travaux manuels MJC

TARIF E

GUITARE

À partir de 7 ans
Samedi de 8h30 à 16h00
Salle de musique MJC

TARIF E

PIANO

À partir de 7 ans
Mardi 15h00-20h00
Mercredi 8h00-19h00
Jeudi 15h00-21h00
Vendredi 15h00-20h00
Salle de musique MJC

TARIF E

TECHNIQUE VOCALE INDIVIDUELLE

À partir de 12 ans
Mercredi toute la journée
Bureau de direction

TARIF E

BATTERIE ET PERCUSSIONS

À partir de 6 ans
Mercredi 13h00-17h30
Samedi 9h00-15h00
Salle de batterie MJC

TARIF E

CHANT CHORAL

À partir de 16 ans
Mercredi 19h00-20h30
Salle de réunion

TARIF C

TECHNIQUE VOCALE COLLECTIVE

À partir de 12 ans
Mercredi 17h30-18h30
Bureau direction

TARIF C

CHANT DU MONDE

À partir de 16 ans
Mercredi 14h00-15h00
Bureau de direction

TARIF C



Rencontre avec les professeurs de
pratiques individuelles (piano, violon,
guitare, batterie et technique vocale)

Samedi 12 septembre
de 10h00 à 13h00 à la MJC 21.

SAISON 2026-2027

Activités bien être



QI GONG

À partir de 16 ans
Mercredi 17h45–19h15
Salle Polyvalente MJC

TARIF C

YOGA

À partir de 16 ans
Mercredi 10h45–12h15
Salle de réunion MJC

TARIF D

TAI CHI CHUAN

À partir de 16 ans Jeudi
18h30–19h30 Salle
Polyvalente MJC

TARIF A

GYM DOUCE

À partir de 16 ans Mardi
9h15 – 10h15 Salle
Polyvalente MJC

TARIF C

PILATES

À partir de 16 ans
Lundi 17h00–18h00
Salle Polyvalente MJC

TARIF D

Activités bien être

Nouvelles activités

GYM SANTÉ

À partir de 16 ans
Lundi 16h00-17h00
Salle Polyvalente MJC

TARIF D

Clovis, enseignant en pratique adaptée, vous propose cette année des séances de renforcement musculaire sur chaise. Une activité accessible à tous, qui permet de bouger, de renforcer les muscles et de travailler sa mobilité, chacun à son rythme et selon ses possibilités. Le mouvement à la portée de tous !

YOGA

SONS & POSTURES

À partir de 16 ans
Mercredi 17h30 - 19h00
Salle à définir MJC

TARIF D

Ces deux pratiques complémentaires s'articulent dans une alternance d'une semaine sur deux : la première semaine avec du yoga et quelques sons, la semaine suivante, du son associé à quelques postures de yoga (les sons permettant de se centrer, de relâcher le mental et d'aller plus facilement vers un état méditatif.)

Sport



BADMINTON

À partir de 16 ans
Lundi : 19h30 - 22h30
Mercredi : 20h00 - 22h00
Jeudi : 19h30 - 22h30
Gymnase de Lussac

**TARIF A
+ LICENCE**

STEP

À partir de 16 ans
Lundi 18h00 - 19h00
Salle polyvalente MJC

TARIF C

DANSE CONTEMPORAINE

À partir de 15 ans
Mercredi 19h30-21h30
Salle polyvalente MJC

**TARIF
DANSE**

INITIATION CIRQUE

De 4 à 6 ans
Samedi 9h30-11h00
À partir de 7 ans et +
Samedi 11h-12h30
Salle polyvalente MJC

TARIF C

MULTISPORTS

Primaire
Jeudi 18h00-19h00
Collège
Jeudi 17h00-18h00
Gymnase de Lussac

TARIF B

Arts et culture

PEINTURE ET DESSIN

À partir de 16 ans
Jeudi 10h00-12h30
Salle de réunion MJC

TARIF D

LOISIRS CRÉATIFS

À partir de 16 ans
Vendredi 14h00-17h00
Salle de travaux manuels MJC

GRATUIT

DE FIL EN AIGUILLE

À partir de 16 ans
Mardi 14h00-17h00
Salle de travaux manuels MJC

GRATUIT

ANGLAIS

Collégiens
Mardi 17h15 -18h15
Salle de travaux manuels MJC

TARIF B

CONVERSATIONS ANGLAIS FRANÇAIS

À partir de 16 ans
Mardi 18h30 - 20h00
Espace cuisine MJC 21

TARIF C

Un certificat médical vous sera demandé pour toutes activités physique sauf si vous en avez déjà fourni un dans les 3 derniers années.

SAISON 2026-2027

Danse Traditionnelle et Folklorique

Salle polyvalente – MJC21

TARIF 5€

- ★ 19 septembre 2026
- ★ 24 octobre 2026
- ★ 21 novembre 2026
- ★ 19 décembre 2026
- ★ 23 janvier 2027

- ★ 27 février 2027
- ★ 20 mars 2027
- ★ 24 avril 2027
- ★ 22 mai 2027
- ★ 26 juin 2027

La MJC propose un atelier de danse traditionnelle et folklorique ouvert à tous. Un moment convivial pour découvrir des danses du patrimoine, partager le plaisir de la musique et vivre une belle expérience collective, quel que soit votre niveau.



Nous contacter



accueil@mjclussac.org



05 49 48 39 27



<https://www.lasabline.fr/association-mjc-21>



21 route de Montmorillon,
86320 Lussac-Les-Châteaux



MJC21



mjc21_lussac



SAISON 2026-2027