



**MJC**  
**ST-ÉGRÈVE**  
PROGRAMME 2025 / 2026

# PRÉSENTATION

L'association MJC de Saint-Egrève est heureuse de vous présenter son programme pour la saison 2025/2026.

Quelques rappels :

- Le secrétariat de l'association est situé au Patio 7 avenue de la Monta.

Des stages enfants et adultes sont aussi organisés pendant l'année.

La MJC est une association loi 1901 gérée uniquement par des bénévoles, elle a besoin des compétences de chacun d'entre vous pour construire un projet correspondant à vos attentes, en partenariat avec les techniciens d'activités eux-mêmes très impliqués.

Plus que jamais, cette association doit être la vôtre. Construisons ensemble notre avenir.

A très bientôt,  
Le Conseil d'administration

Nos professeurs sont certifiés :



2

# DATES À RETENIR

## Mi août :

Dossier de pré-inscription disponible sur le site de la MJC.

## 6 septembre :

Journée des associations dans le parc de la Mairie de Saint-Egrève de 14h à 18h.

## 13 septembre :

Journée des inscriptions au Patio 9h-12h / 14h-16h

## 22 septembre :

Début des activités régulières à l'année.

## Temps forts :

- Soirée cabaret le 27 février 2026
- Galas de danses 11 et 12 juin 2026  
(tarif communiqué ultérieurement)

*Avis aux adhérents : Comme tous les ans, nous avons besoin de votre participation pour assurer le bon déroulement de la journée des associations. Afin de faciliter leur organisation, merci de communiquer vos disponibilités par email à [contact@mjc-st-egreve.fr](mailto:contact@mjc-st-egreve.fr)*

3



### ACCUEIL ADMINISTRATIF ET INSCRIPTIONS :

Les mardis de 14h00 à 18h et mercredis de 14h00 à 18h30.  
Concernant d'éventuels changements, merci de consulter le site internet.

Des permanences supplémentaires seront assurées par des bénévoles de l'association. Les horaires seront disponibles sur le site internet de la MJC.

Les inscriptions aux activités peuvent s'effectuer de plusieurs façons :

- soit par mail envoi d'un dossier d'inscription rempli électroniquement. Les instructions complètes seront disponibles mi-août sur le site internet de la MJC.
- soit aux heures de permanence de l'accueil administratif.
- soit lors de la journée des inscriptions le 13 septembre.

### DOCUMENTS OBLIGATOIRES :

- Attestation de quotient familial délivrée par la CAF (juin 2025) ou dernier avis d'imposition.
- Attestation de responsabilité civile.
- Questionnaire santé (+ certificat médical pour la danse).
- Avoir éventuel.
- Justificatif de domicile.

### ADHESION :

L'adhésion permet l'accès à la MJC et l'inscription à toutes les activités. Valable pour l'année scolaire en cours, elle inclut l'assurance qui couvre l'adhérent pendant les activités. Elle n'est pas remboursable.

- moins de 18 ans : 6 euros
- plus de 18 ans : 10 euros
- adhésion familiale : 18 euros

### COTISATIONS :

En plus de l'adhésion, une cotisation pour l'année est demandée pour la pratique d'une activité.

## ACTIVITÉS:

Les activités régulières débutent la semaine du 22 septembre 2025.

Si l'annulation de l'inscription est demandée avant le 2<sup>ème</sup> cours, la 1<sup>ère</sup> séance sera considérée comme une séance d'essai et le montant versé sera remboursé, hors adhésion.

ATTENTION: - pas de séance d'essai pour la guitare  
- **aucune autre possibilité de remboursement**

**NOTE:** Inscription obligatoire pour cette séance d'essai.

Les activités sont suspendues pendant les vacances scolaires et les jours fériés.

La MJC se réserve le droit d'annuler une activité si le nombre d'inscrits est insuffisant.

La MJC pourra effectuer un tirage au sort après la journée d'inscription si le nombre d'inscrits est trop important pour une activité. L'information sera affichée sur le site internet de la MJC.

## IMPORTANT:

Nous attirons l'attention des parents sur l'isolement de certains lieux d'activités et vous demandons de vérifier la présence de l'animateur avant de laisser votre enfant.

## TARIFS:

Les tarifs sont calculés au plus juste et visent uniquement à atteindre l'équilibre financier de l'association. Les tarifs de certaines activités dépendent du quotient familial (QF) du foyer. Pour les personnes extérieures à la commune, le tarif maximum de l'activité est appliqué. Tarif spécial 18-25 ans.

6



### Ukulélé

*stage découverte*  
le 6 septembre

### Yoga, Sophrologie,

### Do In

plusieurs samedis par an

### Dessin, Peinture

plusieurs samedis par an

### Danse (Jazz,

### Hip-Hop)

pendant les vacances scolaires

### Fitness / Pilate

pendant les vacances scolaires

### Cinéma

### d'animation

pendant les vacances de la Toussaint

Vous pourrez retrouver toutes les informations (date, horaire, lieu, tarif) sur notre site internet : [mjc-st-egreve.fr](http://mjc-st-egreve.fr)

Pensez à vous inscrire aux newsletter pour recevoir directement les informations.

7



### Cirque

*Les Agrès du Vent*  
**3-5 ans** Ma. 17h-18h  
 · Patio

### Danse Jazz

*Isabelle Rodrigues*  
**5-7 ans** Mer. 15h-16h  
 · Patio

### Éveil danse

*Isabelle Rodrigues*  
**3-5 ans** Mer. 16h00-17h00  
 Sam. 9h00-10h00  
 · Patio  
 Mer. 11h-12h  
 · Espace Robert Fiat  
 Salle danse

### Initiation terre

*M-Odile Müller*  
**4-8 ans** Mer. 16h30-17h30  
 · Patio

### Yoga enfant

*Nathalie Vincent*  
**4-6 ans** Lun. 17h15-18h15  
 · Patio

NOUVEAU

### Amuzart

*Marie-Odile Muller*  
**4-8 ans** Mer. 9h-10h  
 10h-11h  
 · Patio

NOUVEAU

### Vidéo d'animation

*Joanna - Bulle créa*  
**4-8 ans** Mer. 9h-10h  
 · Patio

NOUVEAU

### Peinture chinoise

*Karine Becker*  
**4-8 ans** Mer. 11h-12h  
 · Patio

NOUVEAU

### Multisport en salle

*Blandine Petit*  
**4-8 ans** Mer. 10h-11h  
 11h-12h  
 · Patio

NOUVEAU

### Italien ludique

*Nabema Russo*  
**4-8 ans** Mer. 10h-11h  
 11h-12h  
 · Patio

Possibilité de ramassage à l'école du Pont de Vence le lundi et le mardi à 16h45 pour les activités de 17h ou 17h15 sur inscription (yoga,cirque).



# ACTIVITÉS 7-10 ANS

## Atelier Terre

M-Odile Müller  
**6-14 ans** Mer. 14h30-16h00  
· Europe

NOUVEAU

## Amuzart

Marie-Odile Muller  
**4-8 ans** Mer. 9h-10h  
10h-11h

· Patio

CHANGEMENT

## Cirque

Les Agrès du Vent  
**6-10 ans** Mar. 18h-19h  
· Patio

CHANGEMENT

## Comédie musicale

Isabelle Rodrigues  
**6-10 ans** Sam. 15h-16h  
· Patio

## Danse Jazz

Isabelle Rodrigues  
**5-7 ans** Mer. 15h00 -16h00  
**6-10 ans** Mar. 17h15-18h15  
Mer. 12h45-13h45  
17h00-18h00  
Sam. 10h00-11h00

**10-14 ans** Mer. 18h00 -19h00  
· Patio

## Danse Perfectionnement Technique

Isabelle Rodrigues  
confirmé **Jeu. 19h15-20h45**  
· Patio

Inscription sous condition

CHANGEMENT

## Danse technique base classique

Isabelle Rodrigues  
**7-10 ans** Sam 16h-17h  
· Patio

10

## Dessin peinture

Cyril Chevalier  
**9-12 ans** Lun. 17h30-18h30  
Jeu. 17h30-18h30  
1 semaine sur 2  
· Patio

**+ 9 ans** Lun. 18h30-20h30  
Jeu. 18h30-20h30  
1 semaine sur 2  
· Patio

## Escrime

Louis  
**6-10 ans** Jeu. 17h15-18h15  
· Patio

## Guitare

Marko Bonnefoy  
**+ 6 ans** Lun. Mar. Mer. Jeu.  
Collectif  
Individuel 30 min  
· Patio

## Hip-Hop

Medhi Bounouara  
**7-11 ans** Mer. 13h45-14h45  
14h45-15h45  
Jeu. 17h15-18h15  
· Patio

## Initiation terre

M-Odile Müller  
**4-8 ans** Mer. 16h30-17h30  
· Patio

## Théâtre

Isabelle Rodrigues  
**6-11 ans** Mer. 13h45-14h45  
· Patio

CHANGEMENT

## Yoga enfant

Nathalie Vincent  
**7-10 ans** Mar. 17h15-18h15  
· Gymnase Pont de Vence

NOUVEAU

## Vidéo d'animation

Joanna - Bulle créa  
**4-8 ans** Mer. 9h-10h  
· Patio

NOUVEAU

## Multisport en salle

Blandine Petit  
**4-8 ans** Mer. 10h-11h  
11h-12h

· Patio

NOUVEAU

## Italien ludique

Nahema Russo  
**4-8 ans** Mer. 10h-11h  
11h-12h

· Patio

11



## ACTIVITÉS 11-17 ANS

Voir aussi les activités «ado et adultes» rubrique suivante.

### Atelier Terre

*M-Odile Müller*  
**6-14 ans** Mer. 14h30-16h  
 · Europe

### Danse Jazz

*Isabelle Rodrigues*  
**11-14 ans** Mar. 18h15-19h15  
 Mer. 18h00-19h00  
 Sam. 14h00-15h00  
**14-18 ans** Mar. 19h15-20h45  
**+ 15 ans** Mer. 19h00-20h30  
 · Patio

### Danse Perfectionnement Technique

*Isabelle Rodrigues*  
**confirmé** Jeu. 19h15-20h45  
 · Patio

*Inscription sous condition*

### Dessin peinture

*Cyril Chevalier*  
**9-12 ans** Lun. 17h30-18h30  
 Jeu. 17h30-18h30  
 1 semaine sur 2  
**+ 9 ans** Lun. 18h30-20h30  
 Jeu. 18h30-20h30  
 1 semaine sur 2  
 · Patio

### Escrime

*Louis*  
**11-17 ans** Jeu. 18h15-19h15  
 · Patio

### Guitare

*Marko Bonnefoy*  
**+ 6 ans** Lun. Mar. Mer.  
 Jeu. Sam.  
 Collectif  
 Individuel 30 min  
 · Patio

### Hip-Hop

*Medhi Bounouara*  
**7-11 ans** Mer. 13h45-14h45  
 14h45-15h45  
 Jeu. 17h15-18h15  
**11- 17 ans**  
 Jeu. 18h15-19h15  
 · Patio  
**+ 15 ans** Jeu. 20h-21h  
 · Europe

### Théâtre

*Isabelle Rodrigues*  
**11-15 ans** Sam. 11h00-12h00  
 · Patio

### Yoga ado

*Nathalie Vincent*  
**11-17 ans** Lun. 18h15-19h15  
 · Patio



# ACTIVITÉS ADO ET ADULTES

## Atelier Bien être par les plantes

Floriane Le Borgne  
(les Sentiers Sauvages)  
**+ 15 ans** 3<sup>e</sup> mercredi  
du mois  
19h30-21h30

· Maison Borel  
Programme sur le site internet

## Art Martial

Ali Kouni  
**+ 11 ans**  
Wingshun Self defense  
Lun. 19h30-20h30  
Tai-chi-chuan auto défense  
Lun. 20h30-21h30  
Combat et maniement  
des armes  
Lun. 21h30-22h30  
· Patio

## Cuisse abdo fessiers

Blandine Petit  
**+ 15 ans** Lun. 9h15-10h15  
· Patio

CHANGEMENT

## Danse Jazz

Isabelle Rodrigues  
**+ 15 ans** Mer. 19h-20h30  
Sam. 12h30-14h  
déb interm Mer. 20h30-22h  
avancés Mar. 20h45-22h15  
Jeu. 20h45-22h15  
· Patio

14

## Danse Perfectionnement Technique

Isabelle Rodrigues  
**confirmé** Jeu. 19h15-20h45  
· Patio  
Inscription sous condition

## Dessin peinture

Cyril Chevalier  
**+ 9 ans**  
Lun. 18h30-20h30  
1 semaine sur 2  
Jeu. 18h30-20h30  
1 semaine sur 2  
· Patio

CHANGEMENT

## Danse orientale Tribal Fusion

Cora  
**+ 15 ans**  
intermédiaire  
Jeu. 19h15-20h30  
avancés sous condition  
Jeu. 20h30-21h45  
· Patio  
Deborah  
débutants  
Lun. 20h-21h15  
· Europe

CHANGEMENT

## Do-In

(Technique auto massage  
d'origine chinoise)  
Stephanie Vuillemin  
Jeu. 20h-21h  
· Europe

## Guitare

Marko Bonnefoy  
Lun. Mar. Mer. Jeu.  
Collectif  
Individuel 30 min  
Individuel 40 min  
Individuel 60 min  
· Patio

## Groupe de musique

Marko Bonnefoy  
Lun. 19h-20h30  
20h30-22h  
Mar. 19h-20h30  
20h30-22h

· Studio musique  
Rochepleine

NOUVEAU

## Vidéo animation

Joanna - Bulle créa  
**+15 ans** Lun. 18h-20h00  
1 semaine sur 2  
Jeu. 14h-15h  
· Patio

15

## Gym Douce

*Fabrice Camilleri-Duriff*

Mar. 9h30-10h30

· Patio

## Pilâtes

*Blandine Petit*

+ 15 ans

Lun. 10h15-11h15

12h15-13h15

18h15-19h15

19h15-20h15

20h15-21h15

Mer. 9h-10h

20h00-21h00

Ven. 10h15-11h15

12h15-13h15

· Patio

Mar. 17h45-18h45

· Gymnase du CHAI

## Hip Hop

*Medhi Bounouara*

+ 15 ans Jeu. 20h-21h

· Europe

## Sophrologie

*Stéphanie Vuillemin*

Jeu. 18h30-20h

· Europe

## Step-Abdos-Fessiers

*Blandine Petit*

+ 15 ans

Mer. 19h00-20h00

· Patio

## Stretching

*Anne Stouls*

Lun. 19h00-20h00

· Europe

*Fabrice Camilleri-Duriff*

Mar. 10h30-11h30

· Patio

## Strong

*Blandine Petit*

Mar. 18h45-19h30

· Gymnase CHAI

## Terre

*M-Odile Müller*

+ 16 ans

Lun. 18h30-20h30

Mer. 18h30-20h30

· Europe

## Ukulélé

*Michelle Joseph*

Débutants

Mar. 18h30-19h30

Intermédiaires

Mar. 19h30-20h30

Confirmés

Mar. 20h30-21h30

· Maison des associations

CHANGEMENT

## Yoga

*Nathalie Vincent*

Mar. 19h -20h30

· Patio

Jeu. 17h30-19h

19h-20h30

· Europe

## Zumba

*Momposina*

+ 12 ans

Mar. 19h30-20h30

Sam. 11h00-12h00

· Patio



photos: Gaspard38



### Bois

*Bernard Faure*  
*Michel Villard*

Libre Service

- Europe
- Stage Bois
- Europe

Les ateliers libres de la  
MJC sont des activités  
gérées par des bénévoles.

### Emaux de grès

*Mme Caine*  
*Mme Therminarias*

Jeu. entre 9h00-17h

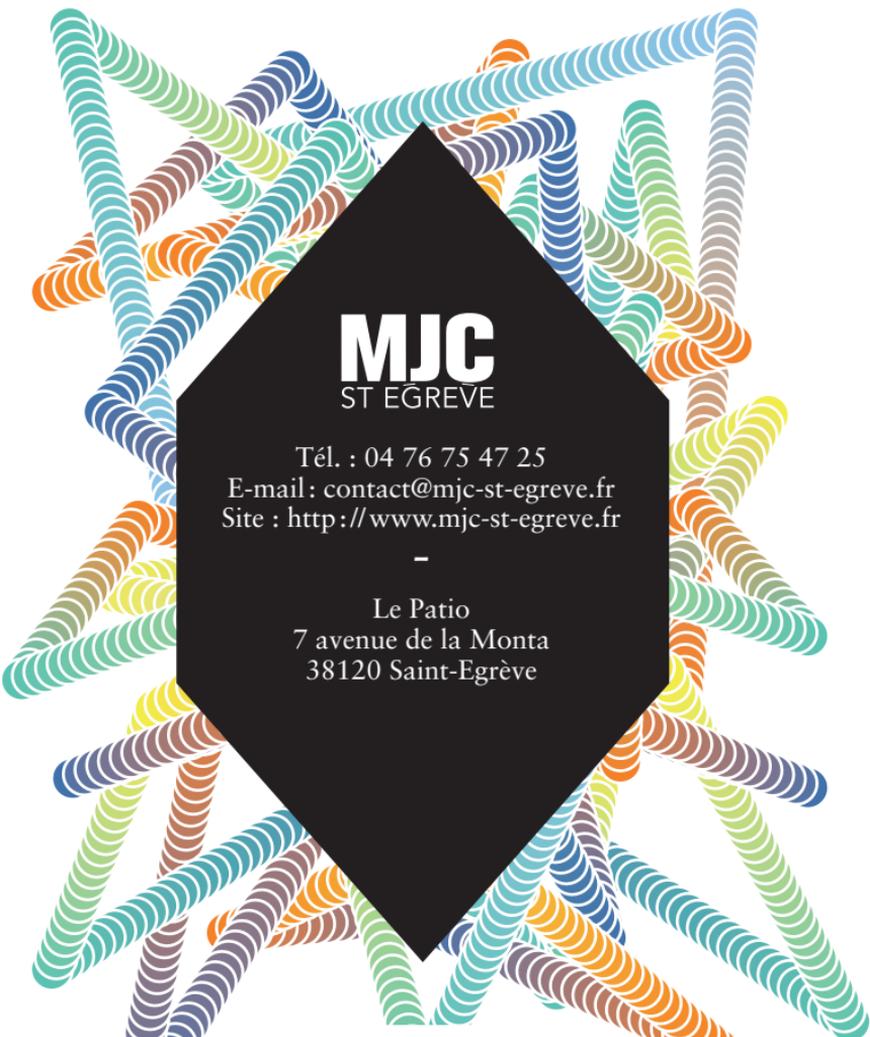
- Europe

### Terre céramique

*Mme Billon*  
Lun. 9h00-12h00

14h-17h

- Europe



**MJC**  
ST EGREVE

Tél. : 04 76 75 47 25  
E-mail : [contact@mjc-st-egrève.fr](mailto:contact@mjc-st-egrève.fr)  
Site : <http://www.mjc-st-egrève.fr>

—

Le Patio  
7 avenue de la Monta  
38120 Saint-Egrève



Saint-Egrève