



MJC
DU PLATEAU

PARTAGER
DES MOMENTS
DE LOISIRS ET
DE CULTURE

SAISON
2026-2027

60 ans
MJC
DU PLATEAU
1967-2027
60 ans de partage, de culture et de lien ! ♥

www.mjcduplateau.fr



Sommaire

Planning à la semaine.....	pages 4 à 6
Nous retrouver à St Brieuc.....	pages 8 & 9
● Culture et proximité	page 10
● Arts	page 11
● Danses	pages 12 à 15
● Sports & Bien-être.....	pages 16 à 18
● Langues & Cultures	page 19
● Multimédia.....	page 20
● Jeunesse	page 21
Informations pratiques.....	pages 22 & 23

La MJC et vous

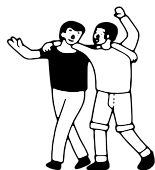
LA MAISON DES JEUNES ET DE LA CULTURE, CE SONT DES ACTIVITÉS VARIÉES, POUR TOUS LES ÂGES : UN LIEU OUVERT AUX HABITANTS DE LA VILLE ET AU-DELÀ.



Apprendre des danses, des langues, faire du sport, des activités multimédia, des activités artistiques chaque semaine



Consulter internet, imprimer des documents, accéder au wifi



Faire des jeux, des activités culturelles, sportives, ludiques, avec des jeunes de mon âge (de 11 à 25 ans)



Faire des sorties culturelles, sportives et ludiques en famille ou entre adultes



Assister à des spectacles, projections, soirées conviviales



Monter un projet (séjour, culture, sport,...) en étant accompagné.e par l'équipe professionnelle



Planning à la semaine

EN PÉRIODE SCOLAIRE

Lundi

14h15-15h30	Viet tai chi	Dès 16 ans	Scoubidou
15h30-16h30	Théâtre d'impro	Dès 18 ans	Scoubidou
17h30-18h30	Afro (débutant)	10-15 ans	Scoubidou
17h30-19h00	Esperanto	Dès 16 ans	Scoubidou
17h45-19h30	Tango pratique libre	Dès 18 ans	Dojo
18h30-20h00	Bachata solo (débutant)	Dès 16 ans	Steredenn, salle Sirius
18h30-19h30	Russe (débutant)	Dès 16 ans	Scoubidou
18h30-20h15	Théâtre d'impro	Dès 16 ans	Scoubidou
19h00-20h00	Italien (avancé)	Dès 16 ans	Scoubidou
18h30-19h30	Afro (intermédiaire)	Dès 16 ans	Scoubidou
19h30-20h30	Russe (avancé)	Dès 16 ans	Scoubidou
19h30-20h30	Zumba	Dès 16 ans	Dojo
20h00-21h00	Italien (débutant)	Dès 16 ans	Scoubidou
20h00-21h30	Bachata solo (intermédiaire)	Dès 16 ans	Steredenn, salle Sirius
19h30-20h30	Afro (avancé)	Dès 16 ans	Scoubidou
20h30-21h30	Danse burlesque (débutant)	Dès 18 ans	Dojo
20h30-22h00	Hip Hop Girly	Dès 16 ans	Scoubidou

Mardi

08h45-10h15	Yoga	Dès 16 ans	Maison du temps libre
12h30-13h00	Renfo Sculpt	Dès 16 ans	Scoubidou
14h15-15h30	Danse adaptée	Dès 16 ans	Scoubidou
15h30-16h45	Danse adaptée	Dès 16 ans	Scoubidou
16h30-18h30	Accueil jeunes	11-17 ans	Scoubidou
17h00-18h00	Danse santé	Dès 16 ans	Scoubidou
17h15-18h15	Allemand (confirmé)	Dès 16 ans	Scoubidou
18h15-19h45	Danse expressive	Dès 16 ans	Scoubidou
18h15-19h15	Allemand (avancé)	Dès 16 ans	Scoubidou
18h30-19h45	Flamenco (débutant)	Dès 16 ans	Dojo
18h30-19h30	Anglais (débutant)	Dès 16 ans	Scoubidou
19h15-20h15	Allemand (débutant)	Dès 16 ans	Scoubidou
19h30-20h30	Arabe adultes	Dès 16 ans	Scoubidou
19h30-21h00	Chorale	Dès 16 ans	Dojo
19h45-21h00	Flamenco (avancé)	Dès 16 ans	Dojo
20h00-21h00	Yoga (débutant)	Dès 16 ans	Scoubidou
20h30-22h15	Kin ball	Dès 18 ans	Gym. Chaptal

Mercredi

09h00-10h00	Qi Gong	Dès 16 ans	Dojo
09h30-11h00	Arts plastiques	6-10 ans	Scoubidou
10h00-12h00	Espace public numérique	Dès 16 ans	Scoubidou
10h00-11h00	Eveil musical	4-6 ans	Scoubidou
10h00-11h00	Cirque	6-10 ans	Scoubidou
10h00-11h00	Danse créative	4-5 ans	Dojo
10h00-12h00	Ecole de pagaie	Dès 7 ans	Base kayak
11h00-12h00	Arts plastiques	4-5 ans	Scoubidou
11h00-12h00	Cirque	4-5 ans	Scoubidou
11h00-12h00	Danse créative	6-10 ans	Dojo
11h00-12h00	Atelier musical	7-10 ans	Scoubidou
13h00-14h00	Cirque	11-15 ans	Scoubidou
13h30-14h30	Skateboard	11-15 ans	Skate parc Balzac
14h00-18h30	Accueil jeunes	11-17 ans	Scoubidou
13h30-17h30	Ecole de pagaie	Dès 7 ans	Base kayak
13h45-15h00	Hip hop breakdance (avancé)	Dès 9 ans	Dojo
14h30-15h30	Skateboard	6-10 ans	Skate parc Balzac
15h00-16h00	Hip hop breakdance (intermédiaire)	Dès 7 ans	Dojo
16h00-17h00	Hip Hop breakdance (débutant)	Dès 7 ans	Dojo
16h00-17h30	Hip Hop Girly	Dès 16 ans	Scoubidou
17h00-18h00	Bachata Kids	Dès 5 ans	Dojo
17h30-18h30	Arabe enfants	Dès 5 ans	Scoubidou
17h30-19h30	Canoë-kayak loisirs (adultes)	Dès 16 ans	Base kayak
17h30-19h00	Kin ball	12-17 ans	Gym. Mazier
17h30-18h30	Viet tai chi	Dès 16 ans	Scoubidou
18h00-19h15	Heels Chair (débutant)	Dès 16 ans	Dojo
18h00-19h00	Pilates	Dès 16 ans	Espace Curie, B100
18h30-19h30	Dancehall	Dès 16 ans	Lycée Renan
18h30-19h30	Tango (débutant)	Dès 16 ans	Scoubidou
19h15-20h15	Capoeira (débutant)	Dès 16 ans	Dojo
19h00-20h00	Natation	Dès 16 ans	Piscine H. Boucher
19h00-20h00	Pilates	Dès 16 ans	Espace Curie, B100

Mercredi Suite ...

19h30-20h30	Japonais (débutant)	Dès 16 ans	Scoubidou
19h30-20h30	Tango (intermédiaire)	Dès 16 ans	Scoubidou
19h45-20h45	Heels dance	Dès 16 ans	Lycée Renan
20h00-21h00	Natation	Dès 16 ans	Piscine H. Boucher
20h15-21h15	Capoeira (avancé)	Dès 16 ans	Dojo
20h30-21h30	Tango (avancé)	Dès 16 ans	Scoubidou
21h00-22h00	Heels dance	Dès 16 ans	Lycée Renan
21h15-22h45	Heels dance / chair	Dès 16 ans	Dojo

Jeudi

10h30-11h30	Circuit Training	Dès 16 ans	Scoubidou
12h30-13h00	Renfo Sculpt	Dès 16 ans	Scoubidou
16h30-18h30	Accueil jeunes	11-17 ans	Scoubidou
17h30-18h30	Danse créative	9-13 ans	Scoubidou
18h30-19h45	Danse contemporaine (improvisation)	Dès 16 ans	Scoubidou
19h00-20h30	Danses orientales	Dès 16 ans	Maison du temps libre
18h15-19h15	Qi Gong	Dès 16 ans	Scoubidou
18h30-19h30	Folk (cours)	Dès 16 ans	Petites salles de Robien
18h30-19h30	Street afro jazz	Dès 16 ans	Lycée Renan
18h30-19h30	Espagnol débutant	Dès 16 ans	Scoubidou
18h30-19h30	Anglais avancé	Dès 16 ans	Scoubidou
19h30-20h30	Anglais conversation	Dès 16 ans	Scoubidou
19h30-20h30	Japonais (conversation)	Dès 16 ans	Scoubidou
19h30-20h30	Espagnol avancé	Dès 16 ans	Scoubidou
19h30-20h30	Zumba	Dès 16 ans	Dojo
19h45-21h00	Danse contemporaine (création)	Dès 16 ans	Scoubidou
20h15-21h30	Folk (pratique)	Dès 16 ans	Petites salles de Robien
20h30-22h00	Danse burlesque (avancé)	Dès 18 ans	Dojo
20h45-22h00	Volley (avancé)	Dès 16 ans	Gym. Mazier
21h00-22h00	Danse contemporaine (technique)	Dès 16 ans	Scoubidou

Vendredi

12h30-13h30	Pilates	Dès 16 ans	Espace Curie, B100
16h00-18h00	Espace public numérique	Dès 16 ans	Scoubidou
16h30-21h00	Accueil jeunes	11-17 ans	Scoubidou
17h00-18h00	Modern jazz	7-10 ans	Dojo
18h00-19h00	Modern jazz	11-15 ans	Dojo
19h00-20h15	Modern jazz	Dès 16 ans	Dojo
19h00-20h15	Modern jazz	Dès 16 ans	Dojo
20h30-22h00	Tango (pratique libre)	Dès 16 ans	Dojo
20h30-22h00	Tango (pratique libre)	Dès 16 ans	Dojo

Samedi

08h30-12h30	Canoë-kayak	Dès 16 ans	Base kayak
10h00-11h00	Arabe (niv. 1)	Dès 5 ans	Scoubidou
10h00-11h00	Kpop	11-15 ans	Scoubidou
11h00-12h00	Kpop	Dès 16 ans	Scoubidou
11h00-12h00	Arabe (niv. 2)	Dès 5 ans	Scoubidou
12h15-13h15	Circuit Training	Dès 16 ans	Scoubidou
13h30-17h30	Ecole de pagaie	Dès 7 ans	Base kayak
13h45-15h00	Jazz Lyrique	10-14 ans	Scoubidou
15h00-16h00	Jazz Lyrique	Dès 15 ans	Scoubidou
14h00-18h00	Accueil jeunes	11-17 ans	Scoubidou
15h00-17h00	Repair café · 3 ^{ème} samedi du mois	Dès 16 ans	Scoubidou



**PISCINE
HÉLÈNE BOUCHER**
67 rue Théodule Ribot

BASE KAYAK
4 rue du Moulin à papier

SCOUBIDOU
Accueil de loisirs
Place d'Alsldorf
de Gouédic

PARKING GRATUIT
5 mn à pied du Scoubidou

**MAISON DU
TEMPS LIBRE**
Office des retraités briochins
6 bis rue Maréchal Foch

LYCÉE RENAN
2 boulevard Hérault

**SKATE PARK
BALZAC**
9 rue de la Concorde

DOJO
9 place de la Cité

**ESPACE CURIE
SALLE B100**
4 rue Félix Le Dantec

**PETITE SALLE
ROBIEN**
Place Octave Brilleaud

**GYMNASSE STEREDENN
SALLE SIRIUS**
9 rue Pierre de Coubertin

Culture et Proximité

Tout au long de l'année, la MJC propose des rendez-vous culturels et des moments de convivialité ouverts à tous. Expositions, spectacles, conférences, sorties culturelles, cafés-rencontres ou événements festifs permettent de découvrir, partager et créer du lien entre habitants.

La programmation est accessible à tous les publics et favorise les échanges, la participation et la découverte de nouvelles pratiques culturelles.

ACTIVITÉS FAMILLES

La MJC accompagne les familles en proposant des activités à vivre ensemble. Ateliers créatifs, cuisine, jeux, sorties, animations et temps festifs sont autant d'occasions de partager des moments privilégiés entre parents, enfants et grands-parents.

Ces activités permettent de renforcer les liens familiaux, de rencontrer d'autres familles et de profiter d'instant de détente dans une ambiance conviviale et bienveillante.

ATELIERS PARENTALITÉ ET SOUTIEN À LA PARENTALITÉ

« Les Parenthèses en famille »

Être parent, c'est aussi pouvoir échanger, être écouté et trouver des ressources. Les ateliers parentalité offrent un espace d'information, de partage d'expériences et d'accompagnement autour des questions du quotidien.

Rencontres avec des professionnels, groupes de parole, ateliers parents-enfants et conférences permettent de renforcer la confiance des familles et de soutenir chacun dans son rôle de parent.

« Ici, chaque famille est accueillie avec bienveillance. Ensemble, nous partageons nos expériences, valorisons les compétences de chacun et construisons des réponses adaptées aux besoins des parents et des enfants. »

Pour les activités familles et les ateliers parenthèses l'adhésion d'un parent est requise (15€). Elle permet au parent d'accéder à toutes les activités proposées par le secteur proximité, accompagné de membre de sa famille (conjoint et enfants uniquement) tout au long de la saison, soit jusqu'au 31/08/2027.

Arts

ARTS PLASTIQUES (ENFANTS)

Avec Sybille Berni

4-5 ans : mercredi 11h-12h

6-10 ans : mercredi 9h30-11h

Tarif : 180€

Tarifs selon Quotient Familial

0 à 354 : 126 € | 355 à 708 : 144 € | 709 à 1062 : 162 €

Viens jouer avec la couleur, les formes, la matière et découvrir l'artiste qui se cache en toi. A travers des thématiques différentes (tout au long de l'année), tu expérimentes des techniques, développes ton imagination et ton envie de créer.

ATELIER MUSICAL

Avec Tabatha Gioux

7-10 ans : mercredi 11h-12h

Tarif : 180€

Tarifs selon Quotient Familial

0 à 354 : 126 € | 355 à 708 : 144 € | 709 à 1062 : 162 €

Chant, percussions, instruments : un atelier pour explorer la musique, créer et s'exprimer en groupe.

CHORALE

Avec Tabatha Gioux

Dès 16 ans - Tous niveaux : mardi 19h30-21h00

Tarif : 195€

Tarifs selon Quotient Familial

0 à 354 : 136,50 € | 355 à 708 : 156 € | 709 à 1062 : 175,50 €

Chants en langues du monde, polyphonies, voix et rythmes : un espace convivial pour partager le plaisir de chanter ensemble et créer du lien.

CIRQUE

Avec David Dérosais

4-5 ans : mercredi 11h-12h

6-10 ans : mercredi 10h-11h

11-15 ans : mercredi 13h-14h

Tarif : 180€

Tarifs selon Quotient Familial

0 à 354 : 126 € | 355 à 708 : 144 € | 709 à 1062 : 162 €

Equilibre, acrobatie et jonglage bien sûr mais ce cours te permet aussi de travailler ton sens du spectacle et faire le clown !

BON À SAVOIR !

Le mercredi matin, les petits curieux et curieuses pourront pratiquer 2 activités au choix et bénéficier de 25% de réduction sur le coût total.



Tous les cours d'arts ont lieu au SCOUBIDOU 2 place d'Alsldorf

NOUVEAU

CRÉATION ARTISTIQUE (ADOS)

Avec Sybille Berni

11-15 ans : mercredi 13h30-15h

Tarif : 180€

Tarifs selon Quotient Familial

0 à 354 : 126 € | 355 à 708 : 144 € | 709 à 1062 : 162 €

Graphisme, modelage, dessin : dans ce nouvel atelier pour les ados, tout est possible et tout partira de vos envies créatives !

EVEIL MUSICAL ET CHANT

Avec Tabatha Gioux

4-5 ans : mercredi 10h-11h

Tarif : 180€

Tarifs selon Quotient Familial

0 à 354 : 126 € | 355 à 708 : 144 € | 709 à 1062 : 162 €

Voix, rythmes et instruments : un atelier ludique pour éveiller l'oreille, le corps et l'imagination musicale des plus jeunes.

THÉÂTRE D'IMPRO

Avec Pascal Hournon d'Impro Léon

Dès 16 ans - Tous niveaux : Lundi 15h30 à 16h30 et 18h30-20h15

Tarifs : Adhésion à la MJC

+ cotisation de 162€ à l'association Impro

Ici tout repose sur le collectif ! Le groupe crée ensemble, sur le moment, une scène qui ne s'est jamais vue et qui ne se verra jamais plus. Vivez l'instant, reposez-vous sur le présent, sur l'impulsion. Le secret : c'est votre partenaire, c'est l'autre.



BON À SAVOIR !

Bon à savoir ! Tout au long de l'année, nous vous proposons des stages avec vos professeurs ou des intervenants extérieurs. Et également des sorties collectives pour voir des spectacles.

CAPOEIRA

Avec Gaël Van Nieuwenhuyse

♀ Au dojo, place de la Cité

Débutant : mercredi 19h15-20h15

Avancé : mercredi 20h15-21h15

Tarif : 195€

Tarifs selon Quotient Familial

0 à 354 : 136,50 € | 355 à 708 : 156 € | 709 à 1062 : 175,50 €

Chants, musique, mouvements : une pratique très complète, à la fois ludique et acrobatique, proche des arts martiaux. Pour celles et ceux qui aiment se dépenser !

AFRO

Avec Salomé Albiol

♀ Au Scoubidou

Débutant : Lundi 17h30-18h30

Intermédiaire : Lundi 18h30-19h30

Avancé : Lundi 19h30-20h30

De 10 à 15 ans

Tarif : 180€

Tarifs selon Quotient Familial

0 à 354 : 126 € | 355 à 708 : 144 € | 709 à 1062 : 162 €

Dès 16 ans

Tarif : 195€

Tarifs selon Quotient Familial

0 à 354 : 136,50 € | 355 à 708 : 156 € | 709 à 1062 : 175,50 €

Si tu aimes te lâcher à travers une danse à l'énergie renversante, qui mêle héritages d'Afrique et nouvelles influences urbaines.

BACHATA SOLO (LADY STYLING)

Avec Manon Aubry

♀ À Steredenn, salle Sirius

Débutant : lundi 18h30-20h

Intermédiaire : lundi 20h-21h30

Tarif : 245€

Tarifs selon Quotient Familial

0 à 354 : 171,50 € | 355 à 708 : 196 € | 709 à 1062 : 220,50 €

Si tu veux découvrir les danses latines en solo tout en cultivant ta confiance et ta sensualité.

Danses

NOUVEAU

BACHATA KIDS

Avec Manon Aubry,

♀ Au dojo, place de la Cité

Dès 5 ans : mercredi de 17h00 à 18h00

Tarif : 180€

Tarifs selon Quotient Familial

0 à 354 : 126 € | 355 à 708 : 144 € | 709 à 1062 : 162 €

DANCEHALL

Avec Amy Bijoux

♀ Au lycée Renan

Dès 16 ans, tous niveaux : mercredi, 18h30-19h30

Tarif : 195€

Tarifs selon Quotient Familial

0 à 354 : 136,50 € | 355 à 708 : 156 € | 709 à 1062 : 175,50 €

La sensualité caribéenne mêlée à l'énergie du hip hop, le dancehall va booster ta bonne humeur !

DANSE ADAPTÉE

Pour les personnes en situation de handicap

Avec Annabelle Gateau

♀ Au Scoubidou

Dès 16 ans, tous niveaux : mardi 14h15-15h30 et 15h30-16h45

Tarif : 195€

Tarifs selon Quotient Familial

0 à 354 : 136,50 € | 355 à 708 : 156 € | 709 à 1062 : 175,50 €

Si tu aimes découvrir des sensations nouvelles et développer ta propre gestuelle. Un espace de partage pour danser et libérer le corps.

DANSE SANTÉ

Avec Annabelle Gateau

♀ Au Scoubidou

Dès 16 ans tous niveaux : les mardis de 17H00 à 18H00

Tarif : 195€

Tarifs selon Quotient Familial

0 à 354 : 136,50 € | 355 à 708 : 156 € | 709 à 1062 : 175,50 €

Une activité physique bénéfique à tout âge. Pour s'offrir un espace autour du mouvement afin de retrouver des sensations, mobiliser le corps en douceur pour favoriser le bien-être global. En dansant, on apprend à se reconnecter à soi, à se libérer des blocages inscrits dans la mémoire corporelle, à se tonifier et à retrouver une forme d'élan vital.

DANSE BURLESQUE

Avec Lola Rose

♀ Au dojo, place de la Cité

Dès 18 ans

Pratique « débutant » : lundi 20h30-21h30

Tarif : 195€

Tarifs selon Quotient Familial

0 à 354 : 136,50 € | 355 à 708 : 156 € | 709 à 1062 : 175,50 €

Pratique « avancé » (par invitation du prof) : jeudi

20h30-22h

Tarif : 245€

Tarifs selon Quotient Familial

0 à 354 : 171,50 € | 355 à 708 : 196 € | 709 à 1062 : 220,50 €

Assumer son corps, sa personnalité : au-delà d'un univers artistique très complet, le cours de burlesque allie danse, glamour et expression de soi dans une ambiance à la fois élégante et décalée. Accessible à toutes, cette discipline permet de gagner en confiance, de jouer avec les codes de la séduction et de révéler sa féminité avec humour et style.

DANSE CONTEMPORAINE

ATELIER DE CRÉATION

Avec Magali Blanc

♀ Au Scoubidou

Dès 16 ans, tous niveaux : jeudi 19h45-21h

Tarif : 225 €

Tarifs selon Quotient Familial

0 à 354 : 157,50 € | 355 à 708 : 180 € | 709 à 1062 : 202,50 €

Sauter le pas de la page blanche pour créer ensemble une chorégraphie unique et vivre des moments de grâce sur scène !

DANSE CONTEMPORAINE

COURS TECHNIQUE

Avec Magali Blanc

♀ Au Scoubidou

Dès 16 ans, tous niveaux : jeudi 21h-22h

Tarif : 195€

Tarifs selon Quotient Familial

0 à 354 : 136,50 € | 355 à 708 : 156 € | 709 à 1062 : 175,50 €

Transmission de pas chorégraphiés tout en modelant de souplesse, de tonicité et de coordination notre incroyable instrument : le corps humain.

DANSE CONTEMPORAINE

CRÉATIVE ET IMPROVISATION

Avec Magali Blanc

♀ Au Scoubidou

Dès 16 ans, tous niveaux : jeudi 18h30-19h45

Tarif : 225 €

Tarifs selon Quotient Familial

0 à 354 : 157,50 € | 355 à 708 : 180 € | 709 à 1062 : 202,50 €

Si tu as envie de développer tes capacités corporelles, sensorielles et imaginatives dans le cadre bienveillant de la poésie gestuelle.

DANSE CRÉATIVE (ENFANTS ET ADOS)

Avec Magali Blanc

♀ Au dojo, place de la Cité

4-5 ans : mercredi 10h-11h

6-10 ans : mercredi 11h-12h

9-13 ans : jeudi 17h30-18h30

Tarif : 180€

Tarifs selon Quotient Familial

0 à 354 : 126 € | 355 à 708 : 144 € | 709 à 1062 : 162 €

Si tu as envie de t'exprimer par le mouvement de ton corps sur des musiques des quatre coins du monde.

DANSE EXPRESSIVE

Avec Annabelle Gateau

♀ Au Scoubidou

Dès 16 ans, tous niveaux : mardi 18h15 à 19H45

Tarif : 245€

Tarifs selon Quotient Familial

0 à 354 : 171,50 € | 355 à 708 : 196 € | 709 à 1062 : 220,50 €

Pour bouger de manière spontanée et authentique en laissant libre cours à son expression à partir des fondamentaux de la danse et co-construire une chorégraphie. Ouvrir le champ des possibilités corporelles en suivant sa propre impulsion...

+ DANSE SANTE 17H00 à 18H00

FOLK

♀ Aux petites salles de Robien

Dès 16 ans

Tarif cours 80€.

Tarif pratique : adhésion MJC + participation au chapeau pour les musiciens

Tous niveaux : 1 jeudi par mois, cours 18h30-19h30, pratique avec des musiciens 20h15-21h30 (auberge espagnole entre les deux temps !). Dates : 24/09, 29/10, 26/11, 10/12, 14/01, 11/02, 11/03, 08/04, 13/05, 10/06. Si tu souhaites découvrir les danses en ronde, chaînes, et danses à deux comme la valse, la mazurka et la chapeloise.

DANSES ORIENTALES

Avec Christel Chevalier

♀ **À la maison du temps libre, salle ogivale**

Dès 16 ans, tous niveaux : jeudi 19H00-20H30

Tarif : 245 €

Tarifs selon Quotient Familial

0 à 354 : **171,50 €** | 355 à 708 : **196 €** | 709 à 1062 : **220,50 €**

Proche du corps et loin des clichés, ce cours permet de se connecter avec toutes les parties de votre corps pour laisser s'exprimer les mouvements des danses d'Orient.

FLAMENCO

Avec Marion Carrer

♀ **Au dojo, place de la Cité**

Dès 16 ans, débutant : mardi 18h30-19h45

Avancé : mardi 19h45-21h

Tarif : 225 €

Tarifs selon Quotient Familial

0 à 354 : **157,50 €** | 355 à 708 : **180 €** | 709 à 1062 : **202,50 €**

Le flamenco est un art né du mélange des cultures andalouse, arabe, juive et surtout gitane. Les cours proposés permettent d'acquérir des bases techniques et de parcourir les différents «palos» à travers des chorégraphies. Un guitariste intervient ponctuellement pour expérimenter la musique live.

HEELS DANSE / CHAIR

Avec Manon Aubry

♀ **Au dojo, place de la Cité**

Dès 16 ans, débutant : mercredi 18h00-19h15

Intermédiaire : mercredi 21h15-22h45

Tarif : 245 €

Tarifs selon Quotient Familial

0 à 354 : **171,50 €** | 355 à 708 : **196 €** | 709 à 1062 : **220,50 €**

Viens découvrir l'énergie du heels dance (danse en talon aiguille) qui fusionne plusieurs styles pour révéler ta confiance en toi et ta sensualité. Sa technique va t'apporter stabilité, souplesse et une meilleure posture. Enfile tes plus beaux talons et laisse-toi porter par son énergie !

HEELS DANSE

Avec Amy Bijoux

♀ **Au lycée Renan**

Dès 16 ans, tous niveaux : mercredi 19h45-20h45

Dès 16 ans - Débutant : mercredi 21h00-22h00

Tarif : 195 €

Tarifs selon Quotient Familial

0 à 354 : **136,50 €** | 355 à 708 : **156 €** | 709 à 1062 : **175,50 €**

Je suis Amy, passionnée de danse et professeure de Heels. À travers mes cours, j'aime transmettre confiance en soi, féminité et puissance, dans une ambiance bienveillante et motivante. Mon objectif : vous aider à révéler votre énergie, votre style et votre assurance, peu importe votre niveau.

HIP HOP GIRLY

Avec Nora Mimouni

♀ **Au Scoubidou**

11-15 ans : mercredi 16h00-17h 30,

Tarif : 225 €

Tarifs selon Quotient Familial

0 à 354 : **157,50 €** | 355 à 708 : **180 €** | 709 à 1062 : **202,50 €**

Dès 16 ans : lundi 20h30 -22H00

Tarif : 245 €

Tarifs selon Quotient Familial

0 à 354 : **171,50 €** | 355 à 708 : **196 €** | 709 à 1062 : **220,50 €**

Tu recherches l'énergie du hip-hop ? Tu veux améliorer ta confiance en toi et ta féminité ? C'est le cours qu'il te faut !

HIP HOP BREAKDANCE

Avec Kevin Bidault

♀ **Au dojo, place de la Cité**

A partir de 5 ans, découverte : mercredi 16h00-17h00

A partir de 7 ans, intermédiaire : mercredi 15h00-16h00

Tarif : 180 €

Tarifs selon Quotient Familial

0 à 354 : **126 €** | 355 à 708 : **144 €** | 709 à 1062 : **162 €**

A partir de 9 ans, avancé : mercredi 13h45-15h00

Tarif : 195 €

Tarifs selon Quotient Familial

0 à 354 : **136,50 €** | 355 à 708 : **156 €** | 709 à 1062 : **175,50 €**

Si tu veux apprendre des figures, que tu aimes la culture hip hop (rap, graff) et les défis !

KPOP

Avec Ellyn Connors

♀ **Au Scoubidou**

Tous niveaux, 11-15 ans : samedi 10h00-11h00

Tarif : 180 €

Tarifs selon Quotient Familial

0 à 354 : **126 €** | 355 à 708 : **144 €** | 709 à 1062 : **162 €**

Dès 16 ans : samedi 11h00-12h00

Tarif : 195 €

Tarifs selon Quotient Familial

0 à 354 : **136,50 €** | 355 à 708 : **156 €** | 709 à 1062 : **175,50 €**

Si tu aimes les mouvements soigneusement répétés, la synchronisation du groupe et la culture coréenne.

JAZZ LYRIQUE

Avec Lola Maravilla

♀ **Au Scoubidou**

Niveau 1 - 10 -14 ans : samedi 13h45-15h

Niveau 2 - Dès 15 ans : samedi 15h -16h15

Tarif : 195 €

Tarifs selon Quotient Familial

0 à 354 : **157,50 €** | 355 à 708 : **180 €** | 709 à 1062 : **202,50 €**

Le jazz lyrique est une danse expressive mêlant la technique du ballet, la fluidité du contemporain et l'énergie du jazz. Il privilégie la musicalité, la narration et l'expression des émotions à travers des mouvements fluides et gracieux.

MODERN JAZZ

Avec Louann Chau

♀ **Au dojo, place de la Cité**

Tous niveaux

7-10 ans : vendredi 17h-18h

11-15 ans : vendredi 18h-19h

Tarif : 180 €

Tarifs selon Quotient Familial

0 à 354 : **126 €** | 355 à 708 : **144 €** | 709 à 1062 : **162 €**

Dès 16 ans : vendredi 19h-20h15

Tarif : 225 €

Tarifs selon Quotient Familial

0 à 354 : **157,50 €** | 355 à 708 : **180 €** | 709 à 1062 : **202,50 €**

Un cours explosif qui mêle technique, rythme et expression ! Entre mouvements dynamiques, musicalité actuelle et liberté du corps, le modern jazz te permet de développer ton style tout en te dépensant à fond. Viens danser, vibrer et t'amuser avec nous !

STREET AFRO JAZZ

Avec Annabelle Gateau

♀ **Au lycée Renan**

Dès 16 ans, tous niveaux : jeudi de 18h30 à 20h00

Tarif : 245 €

Tarifs selon Quotient Familial

0 à 354 : **171,50 €** | 355 à 708 : **196 €** | 709 à 1062 : **220,50 €**

Une combinaison de mouvements dynamiques et rythmiques avec un peu de jazz, un peu d'afro et de danse urbaine pour se libérer sur la piste de danse. Énergie, plaisir, partage, bonne humeur et créativité, accessible à tous.

TANGO ARGENTIN

Avec Marinette Petitpas

♀ **Au Scoubidou**

Dès 16 ans

Débutant : mercredi 18h30-19h30

Intermédiaire : mercredi 19h30-20h30

Avancé : mercredi 20h30-21h30

Tarif : 195 €

Tarifs selon Quotient Familial

0 à 354 : **136,50 €** | 355 à 708 : **156 €** | 709 à 1062 : **175,50 €**

Pratique libre

lundi 17h45-19h30 au dojo

vendredi 20h30-22h30 au dojo

Tarif pratique libre : 30€ si inscrits aux cours / 95€ si non inscrits aux cours

Si tu aimes la connexion à l'autre et l'élégance de subtils jeux de jambe. Le collectif organise également des milongas et stage au long de l'année. Intervention de Marinette tous les 15 jours et en duo avec Gwénaél Cohenner 1 fois par mois : un binôme pour vous aider à apprivoiser la notion de guideur/guidé.

ZUMBA

Avec Lola Maravilla

♀ **Au dojo, place de la Cité**

Dès 16 ans, tous niveaux : lundi et jeudi 19h30-20h30

Tarif : 195 € pour une séance hebdomadaire (1 heure)

Tarifs selon Quotient Familial

0 à 354 : **136,50 €** | 355 à 708 : **156 €** | 709 à 1062 : **175,50 €**

Tarif : 370 € pour les deux séances hebdomadaires (2 heures)

Tarifs selon Quotient Familial

0 à 354 : **259 €** | 355 à 708 : **296 €** | 709 à 1062 : **333 €**

La Zumba est un cours de danse dynamique et ludique qui allie fitness et rythmes entraînants de tous styles et cultures. Accessible à tous, il vous permet de vous entraîner, de vous tonifier et de vous amuser dans une ambiance conviviale. Attention, début des cours le 18/09 !

NOUVEAU

MASTERCLASS DANSES TENDANCE

Dès 16 ans, tous niveaux

Tarif : 80 euros pour les 10 séances

de 14H00 à 15H30

TWERK

Avec Méline Zulméa

♀ **Au Scoubidou**

Dès 16 ans, tous niveaux

Samedis 26 septembre · 17 octobre

14 novembre · 12 décembre

Danse qui prend racine dans les traditions d'Afrique de l'ouest et centrale et a été popularisée aux USA avec ses multiples influences, du Brésil aux Caraïbes. Cette technique consiste à bouger les hanches et affiner sa mobilité ! Si tu veux sculpter ton corps et booster ta confiance, viens !

URBAN WAACKING

Avec Mathilde Vallery

♀ **Au Scoubidou**

Dès 16 ans, tous niveaux

Samedis 23 janvier · 13 février · 30 mars

10 avril · 22 mai · 5 juin

Une danse chorégraphiée et stylistique, qui invite à développer sa coordination, sa présence et son sens du rythme, tout en explorant un univers artistique fort et captivant. Venez libérer votre expressivité, affirmer votre style et vous laisser envoûter par l'énergie unique de l'Urban Waacking ! »

BON À SAVOIR !

Certificat médical obligatoire + attestation d'aisance aquatique pour les mineurs

Les équipements de la base : vestiaires, douches chauffées, WC, box de stockage, salle de cours, salle de musculation, camions et remorques, minibus, atelier de réparation stratification.

Les lieux de pratique : Le Gouët, Le Trieux, Le Lie, Le Léguer, le lac du Pont noir, la mer. Stage annuel à Noguerra Pallaresa (Espagne).

CANOË-KAYAK

Avec *Shefqet Berisha*
♀ À la base kayak

ÉCOLE DE PAGAIE

Dès 8 à 17 ans : mercredi et samedi 13h30-15h30 et 15h30-17h30

Tarif : 70 €

Tarifs selon Quotient Familial

0 à 354 : 49 € | 355 à 708 : 56 € | 709 à 1062 : 63 €

Un sport complet qui développe la confiance en soi, l'autonomie et l'entraide. Viens nous rejoindre que tu cherches la performance, la contemplation de la nature ou l'exploration.

Notre école de pagaie est labellisée par la Fédération Française de Canoë-Kayak.

LOISIRS ADULTES

Mercredi 17h30-19h30 et samedi 8h30-12h30 + des dimanches occasionnellement

Tarif (licence FFCK incluse) : 190 €

Tarifs selon Quotient Familial

0 à 354 : 133 € | 355 à 708 : 152 € | 709 à 1062 : 171 €

avec mise à disposition de matériel (130€ sans mise à disposition de matériel)

Pour débuter ou progresser dans ce sport complet qui renforce le dos et toute la chaîne musculaire. Une façon de s'évader, d'être au grand air, sur rivière, mer ou lac. Des sorties à la journée, des stages, des séjours et des bivouacs sont organisés tout au long de l'année.

L'activité est handi-accessible en adaptant notre pratique et nos installations pour ouvrir tous les champs du possible et permettre une pratique sportive inclusive pour toutes et tous. Information et renseignement : 06 29 54 55 70

et canoe-kayak@mjcduplateau.fr



Sports & Bien-être

NOUVEAU

CIRCUIT TRAINING

Avec *Zoé Aubry*

♀ Au Scoubidou

Dès 16 ans, tous niveaux : les samedis de 12h15 de 13h15 et/ou jeudi matin 10h30-11h30

Tarif pour 1 heure : 190 €

Tarifs selon Quotient Familial

0 à 354 : 133 € | 355 à 708 : 152 € | 709 à 1062 : 171 €

Tarif pour les 2 heures : 230 €

Tarifs selon Quotient Familial

0 à 354 : 161 € | 355 à 708 : 184 € | 709 à 1062 : 207 €

Un cours rythmé alternant plusieurs exercices pour solliciter tout le corps, faire monter le rythme cardiaque et transpirer dans la bonne humeur.

KIN BALL

♀ Lycée Chaptal

12-17 ans : jeudi 18h00-20h30

Tarif : 50 €

Tarifs selon Quotient Familial

0 à 354 : 35 € | 355 à 708 : 40 € | 709 à 1062 : 45 €

Dès 18 ans : mardi 20h30-22h15

Tarifs : 90 €

Tarifs selon Quotient Familial

0 à 354 : 63 € | 355 à 708 : 72 € | 709 à 1062 : 81 €

Consulter les informations sur notre site internet

Un gros ballon, trois équipes mixtes sur le terrain : le kin ball est un sport collectif original où la cohésion de groupe et le fair play sont essentiels.

NATATION

Avec *Aurélien Albaret* et *Sabrina Graviou*

♀ À la piscine Hélène-Boucher

Dès 16 ans, tous niveaux : mercredi 19h-20h et 20h-21h

Tarif : 210 €

Tarifs selon Quotient Familial

0 à 354 : 147 € | 355 à 708 : 176 € | 709 à 1062 : 198 €

Une séance qui débute par 15 mn d'aquagym et se poursuit par 45 mn de nage (prérequis : savoir nager 25m).

PILATES

Avec *Mélissa Cercler*

♀ À l'espace Curie, salle B100

Dès 16 ans, tous niveaux : mercredi 18h-19h et 19h-20h, vendredi 12h30-13h30

Tarif : 190 €

Tarifs selon Quotient Familial

0 à 354 : 133 € | 355 à 708 : 152 € | 709 à 1062 : 171 €

Si vous aimez entretenir votre corps tout en vous détendant.

NOUVEAU

QI GONG

Avec *Frederique Legloannec*

♀ Au Dojo, place de la cité

Tous niveaux : mercredi de 9h00 à 10h00 & jeudi de 18h15 à 19h15

Tarif pour 1 heure : 190 €

Tarifs selon Quotient Familial

0 à 354 : 133 € | 355 à 708 : 152 € | 709 à 1062 : 171 €

Tarif pour 2 heures : 230 €

Tarifs selon Quotient Familial

0 à 354 : 161 € | 355 à 708 : 184 € | 709 à 1062 : 207 €

Mouvements lents, souffle profond, esprit apaisé : le Qi Gong vous invite à retrouver calme et énergie, à votre rythme. Rejoignez-nous pour cultiver équilibre et sérénité !

NOUVEAU

RENFO-SCULPT'

Avec *Zoé Aubry*

♀ Au Scoubidou

Dès 16 ans, tous niveaux : les mardis et jeudis de 12h30 à 13h00

Tarif : 190 € pour les 2 séances du mardi et du jeudi > 2 x 30mn

Tarifs selon Quotient Familial

0 à 354 : 133 € | 355 à 708 : 152 € | 709 à 1062 : 171 €

Séance accessible à tous et toutes utilisant différents petits matériels pour tonifier, renforcer, et gagner en endurance musculaire.

SKATEBOARD

Avec *Christophe Quéré*

♀ Au skate Park de Balzac

6-10 ans : mercredi 14h30-15h30

11-15 ans : mercredi 13h30-14h30

Tarifs : 160 €

Tarifs selon Quotient Familial

0 à 354 : 112 € | 355 à 708 : 128 € | 709 à 1062 : 144 €

Une dose d'adrénaline, une bonne coordination, un esprit cool et évoluer en autonomie sur ton skate, améliore ton estime de toi ! Bon à savoir : les parents sont bienvenus pour apprendre ensemble.

VIET TÀI CHI

Avec *Denis Le Bouëc*

♀ Au Scoubidou

Dès 16 ans, tous niveaux : lundi 14h15-15h15 et mercredi 17h30 à 18h30

Tarif : 145 €

Tarifs selon Quotient Familial

0 à 354 : 101,50 € | 355 à 708 : 116 € | 709 à 1062 : 130,50 €

Cette « gymnastique martiale » met l'accent sur la maîtrise de la respiration, le contrôle du geste et la concentration. Cet art ancestral vietnamien de santé permet de s'imprégner de la sagesse extrême-orientale.

Pour en savoir plus : <https://vtcplainehaute.fr>

VOLLEY

♀ Au gymnase Mazier

Dès 16 ans, joueur confirmé (pas d'encadrement de débutant) : jeudi 20h45-22h

Tarif : 90 €

Tarifs selon Quotient Familial

0 à 354 : 63 € | 355 à 708 : 72 € | 709 à 1062 : 81 €

Le plaisir de jouer ensemble et de performer. Participation au championnat FSGT.

YOGA

Avec *Anne Lequien*

♀ À la maison du temps libre, salle ogivale

Avancé dès 16 ans : mardi 8h45-10h15,

Tarif : 230 €

Tarifs selon Quotient Familial

0 à 354 : 161 € | 355 à 708 : 184 € | 709 à 1062 : 207 €

♀ Au Scoubidou

Débutant dès 16 ans : mardi, de 20h00 à 21h00,

Tarif : 190 €

Tarifs selon Quotient Familial

0 à 354 : 133 € | 355 à 708 : 152 € | 709 à 1062 : 171 €

Pour améliorer votre force et votre flexibilité tout en diminuant le stress et l'anxiété.



D'autres sports à pratiquer avec nos partenaires

ASAB

SPORT ADAPTÉ POUR LES PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP MENTAL OU PSYCHIQUE

06 95 22 33 30

www.asab22.fr

AS GINGLIN-CESSON

FOOTBALL

06 48 69 00 31

Facebook : AsGinglinCesson

ASPTT

BASKET

06 19 64 42 72

www.saint-brieuc.asptt.com

CLUB ÉPAVE

PLONGÉE

06 30 96 81 97

Clubepave.fr

KFB BOXING

BOXE

02 96 33 98 93

www.kfb-saint-brieuc.fr

Langues & Cultures



Tous les cours de langues ont lieu au SCUBIDOU 2 place d'Alsldorf

À la MJC du Plateau, une langue ne s'apprend pas qu'à travers sa grammaire ou sa conjugaison mais aussi à travers sa culture ! Les cours peuvent être complétés de sorties (ex : ciné), d'ateliers de cuisine, etc. Pour la plupart, les professeurs enseignent leur langue natale.

ALLEMAND

Avec Anke Cabry

A partir de 16 ans

Débutant : mardi 19h15-20h15

Avancé : mardi 18h15-19h15

Confirmé : mardi 17h15-18h15

Tarif : 190 €

Tarifs selon Quotient Familial

0 à 354 : 133 € | 355 à 708 : 152 € | 709 à 1062 : 171 €

ANGLAIS

Avec Stéphanie Perrin

Dès 16 ans

Débutant : mardi 18h30-19h30

Avancé : jeudi 18h30-19h30

Conversation : jeudi 19h30-20h30

Tarif : 190 €

Tarifs selon Quotient Familial

0 à 354 : 133 € | 355 à 708 : 152 € | 709 à 1062 : 171 €

ARABE (enfants)

Avec Nadia Zehaf

A partir de 5 ans

Niveau 1 : Samedi, 10h-11h

Niveau 2 : Samedi, 11h-12h

Tous niveaux : Mercredi, 17h30-18h30

Tarif : 80 €

Tarifs selon Quotient Familial

0 à 354 : 56 € | 355 à 708 : 44 € | 709 à 1062 : 72 €

ARABE (adultes)

Avec Djida Ouchait

A partir de 16 ans

Tous niveaux : mardi 19h30-20h30

Tarif : 190 €

Tarifs selon Quotient Familial

0 à 354 : 133 € | 355 à 708 : 152 € | 709 à 1062 : 171 €

ESPAGNOL

Avec Stefanny Padilla

A partir de 16 ans

Débutant : jeudi 18h30-19h30

Avancé : jeudi 19h30-20h30

Tarif : 190 €

Tarifs selon Quotient Familial :

0 à 354 : 133 € | 355 à 708 : 152 € | 709 à 1062 : 171 €

ESPERANTO

Avec Alain Bournel, association Armor

Esperanto

Dès 16 ans

Tous niveaux : lundi de 17h30 à 19h00

Tarifs : Adhésion à la MJC et à Armor esperanto

(50€ pour personnes imposables et 12€ pour non imposables)

ITALIEN

Avec Laurène Landry

Dès 16 ans

Intermédiaire : Lundi 19h à 20h

Débutant : Lundi 20h à 21h

Tarif : 190 €

Tarifs selon Quotient Familial

0 à 354 : 133 € | 355 à 708 : 152 € | 709 à 1062 : 171 €

JAPONAIS

Avec Yuki Morel-Yoshioka

Dès 16 ans

Débutant : mercredi 19h30-20h30

Culture / conversation : jeudi 19h30-20h30

Tarif : 190 €

Tarifs selon Quotient Familial

0 à 354 : 133 € | 355 à 708 : 152 € | 709 à 1062 : 171 €

RUSSE

Dès 16 ans

Débutant et faux débutant : lundi 18h30-19h30

Avancé : lundi 19h30-20h30

Tarif : 230 €

Tarifs selon Quotient Familial

0 à 354 : 161 € | 355 à 708 : 184 € | 709 à 1062 : 207 €



Multimédia

ESPACE PUBLIC NUMERIQUE

Dès 16 ans

Mercredi 10h00-12h00 - Vendredi 16h00-18h00
accès libre

Un Espace Public Numérique vous est proposé avec pour objectif de faciliter l'accès et l'usage des nouvelles technologies auprès des habitants du quartier. Dans cette optique, nous proposons un accès à internet et divers ateliers d'initiation ouverts à tous. Les ateliers d'initiation permettent d'acquérir les compétences de base nécessaires à la bonne utilisation d'un ordinateur, d'une tablette ou d'un smartphone. Ils sont donc destinés au grand public débutant, aux personnes qui n'ont jamais utilisé d'outil numérique ou qui n'ont aucune expérience des fonctionnalités existantes. Des ateliers sur mesure et construits sur la base des besoins des habitants.



Tous les cours de multimédia ont lieu
au SCOUTIDOU 2 place d'Alsldorf

REPAIR CAFÉ

Dès 16 ans

3^{ème} samedi du mois : 15h00-17h00
accès libre

Un autoradio en panne, un mixeur qui faiblit, un vélo à remettre en route ou encore un téléphone ou une tablette android à réparer ? Avec les bénévoles du repair café, il y a peut-être une solution !



Jeunesse

FOYER ADOS 11-17 ANS

Tout au long de l'année, le foyer est ouvert pour les jeunes de 11 à 17 ans. Un espace pour se détendre, jouer (jeux de société, ping pong,...) discuter entre jeunes et avec les animateurs. En fait, un espace où tout est possible ! Sortes sportives, ateliers cuisine : le programme se construit ensemble.

HORAIRES

Mardi, jeudi : 16h30-18h30 / Mercredi : 14h-18h30
Vendredi : 16h30-21h / Samedi : 14h-18h

PENDANT LES VACANCES

Sports, activités artistiques, sorties, soirées : à chaque vacances, tu peux participer à un programme d'activités très varié, conçu avec les jeunes. Les horaires changent en fonction des activités. Pour découvrir d'autres horizons, il y a aussi les séjours et mini-camps. Attention : il ne s'agit pas d'un accueil de loisirs, il n'est pas possible de s'inscrire pour la semaine.

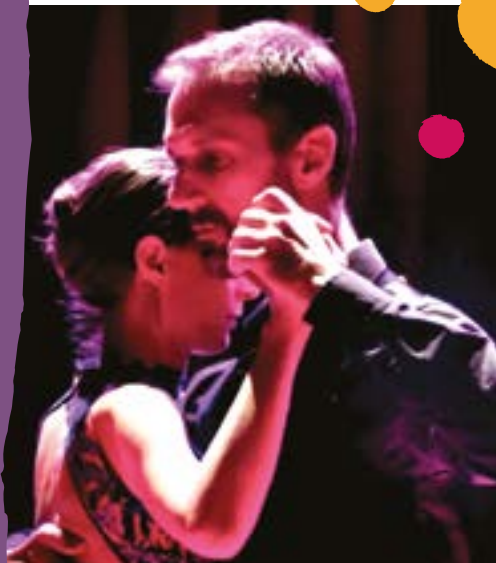
LA TEAM AVENTURE SOLIDAIRE

Tu as entre 16 et 25 ans, tu aimes partir à l'aventure et tu souhaites t'engager dans un projet citoyen de solidarité internationale ? Viens rejoindre la Team Aventure Solidaire ! Afin de promouvoir les échanges interculturels et la solidarité internationale entre jeunes de différents pays, la MJC du Plateau accompagne les dynamiques collectives et les groupes désireux de se lancer dans l'aventure.

COMMENT ÇA MARCHE ?

Pour t'inscrire, tu dois venir rencontrer un des animateurs à la MJC avec un parent/tuteur. Vous remplissez une fiche d'inscription. Le tarif est de 20€ (12€ de cotisation + 8€ d'adhésion à la MJC valable jusqu'au 31 août 2027). La MJC accepte les chèques-vacances et les tickets-loisirs de la CAF.

"Le foyer ados est un espace où tu peux venir tous les jours, jouer, parler, te confier, faire tes devoirs, respirer, et surtout vivre ta vie ! L'équipe d'animateurs t'attend, quelle que soit ta provenance, tes origines, ton genre, ta façon d'être... Ici, tu es libre d'être toi !"



COMBIEN ÇA COÛTE ? QUELLES SONT LES RÉDUCTIONS ? COMMENT PEUT-ON PAYER ?

Votre quotient familial

Renseignez-vous auprès de votre CAF pour connaître votre quotient familial. Merci d'apporter une attestation de quotient familial que la CAF vous fournira.

30% de réduction : QF de 0 à 354

20% de réduction : QF 355 à 708

10% de réduction : QF 709 à 1062

Par exemple, si une adhésion coûte au tarif plein 180 euros et que votre quotient familial (QF) est compris entre 0 et 354, alors elle ne vous coûtera que 126 euros. Si vous êtes dans la deuxième tranche entre 355 et 708, elle ne vous coûtera que 144 euros, et enfin si vous êtes dans la troisième tranche entre 709 et 1062, elle ne vous coûtera que 162 euros.

Des réductions Multi-Activités !

Bénéficiez de 10% sur la deuxième activité et de 20% sur la troisième !

Par exemple si vous vous inscrivez à une seconde activité qui normalement coûte 190 euros, elle ne vous coûtera que 171 euros. Si vous choisissez encore une troisième activité qui normalement coûte 230 euros, elle ne vous coûtera que 161 Euros.

Le Pass Sport pour les jeunes !

Utilisez votre Pass sport ! Ouvert aux jeunes de 6 à 17 ans révolus bénéficiant de l'allocation de rentrée scolaire (ARS); aux jeunes en situation de handicap jusqu'à 30 ans (6 à 19 ans AEEH, 16 à 30 ans AAH); aux étudiants boursiers ou bénéficiaires d'une aide annuelle du CROUS de moins de 28 ans, étudiants percevant une bourse régionale pour les formations sanitaires et sociales pour l'année universitaire 2026-2027. Attention ne peut être utilisé que pour la danse, le cirque et les sports.

Les réductions sont non cumulables et applicables aux activités supérieures à 50€.

EST-CE QU'IL FAUT ADHÉRER ?

Oui, l'adhésion est obligatoire pour participer à une activité. Elle est valable de septembre à août. Tarifs :

- 8€ pour les moins de 18 ans ;
- 15€ pour les plus de 18 ans ;
- 50€ pour les associations.

Adhérer à l'association, c'est soutenir son projet et ses valeurs. C'est aussi pouvoir bénéficier du tarif réduit pour les stages, profiter des nombreuses activités proposées tout au long de l'année et pendant les vacances : sorties famille/adultes, soirées,...

STATIONNEMENT A PROXIMITÉ DU SCOUBIDOU

Afin de faciliter la circulation et l'accès à leur logement pour nos voisins, nous vous demandons de bien vouloir utiliser le parking rue de l'Europe...à 3 minutes à pieds !

Cette disposition est obligatoire pour les cours de fin de journée. **Voir le plan page 9.**

QUELLES SONT LES PIÈCES JUSTIFICATIVES NÉCESSAIRES AUX INSCRIPTIONS ?

- Le bulletin d'adhésion
- L'attestation CAF pour les justificatifs de réduction
- Le règlement

Pour les mineurs, ne pas oublier :

- La photocopie du carnet de vaccinations à jour
- La photocopie du certificat « savoir nager » ou test d'aisance aquatique.

Attention, votre inscription sera validée uniquement à réception de votre dossier complet.

CALENDRIER DES ACTIVITÉS

Les activités débutent le lundi 14 septembre 2026 et se terminent le 12 juin 2027. Il n'y a pas de cours pendant les vacances scolaires.

QUELQUES RÈGLES

Les inscriptions sont fermes et définitives après une séance d'essai. Pas de remboursement en cours d'année, sauf sur présentation d'un justificatif médical ou au motif d'un déménagement hors du département des Côtes-d'Armor. Attention cependant, ces possibles remboursements ne concernent que la cotisation d'activités au prorata des séances non effectuées. L'adhésion à l'association reste quant à elle non remboursable.

Aucun remboursement ne sera effectué sur les activités hebdomadaires en cas d'absence du professeur pour arrêt maladie ou autre cause non imputable à la MJC.

Un cours ou un stage peut être modifié ou annulé si le nombre de participants est insuffisant ; dans ce cas, un remboursement est effectué.

CONTRE LES VIOLENCES ET HARCELEMENT SEXISTES ET SEXUELS

Chaque adhérent.e doit être respecté.e dans son intégrité physique et psychologique. Aucun comportement sexiste, harcèlement ou violences sexuelles tels que définis par la loi ne seront tolérés au sein de l'ensemble des activités de la MJC. Lors de votre adhésion, une charte vous sera transmise. En adhérant à l'association, vous vous engagez à la respecter.

Pour les personnes en situation de handicap Vous êtes en situation de handicap autonome et vous avez envie de rejoindre un cours ? Contactez-nous au 02 96 61 94 58 afin que nous échangions pour préparer votre accueil. Des séances d'essai pourront être organisées.

APPEL À GÉNÉROSITÉ

Au moment de votre inscription, vous avez la possibilité de faire un don. Il sera versé dans une bourse dédiée aux projets de jeunes.

CONSEIL D'ADMINISTRATION

Sanae ALJOUS
Maïwenn CHILLON
Ines DANIEL
Manael FORGET
Dimitri Hautière
Pierre LE MEE
Nicolas LE MOIGNE
Kisme MALLA
Malan MALLA
Pascale MARTIN
Kelig MIGNARDOT
Filipe Novais
Haydan PECHEU
Lucie PERDREAU
Mireille PERDREAU
Noémie TARIN
Tamara WASTEELS ABOUT



MJC DU PLATEAU

02 96 61 94 58

accueil@mjcduplateau.fr

Adresse postale

1 avenue Antoine-Mazier

22000 Saint-Brieuc

Adresse bureaux (Scoubidou)

2 place d'Alsldorf

22000 Saint-Brieuc

VENIR EN BUS

Ligne TEO : Arrêt Lisbonne ou Arrêt P+R Avenir

Ligne E : Arrêts Prague ou Genève ou Venise

Lignes C / 10 / 40 / 201 / R / M3 / N3 / DF3 : Arrêt Europe

Lignes 70 / TE70 / DF4 / TE6 / TE7 / TE20 / TE71 : Arrêt P+R Avenir

 MJCduPlateau  mjcduplateaustb

www.mjcduplateau.fr

Merci à nos partenaires



Côtes d'Armor
le Département



La MJC du Plateau fait partie du réseau regroupant 1000 "MJC de France". Elle est également affiliée à la Fédération régionale des MJC de Bretagne et Pays-de-la Loire. Elle est agréée par le ministère de la Jeunesse et des Sports.

Ne pas jeter sur la voie publique

Conception et mise en page : @ervannfest.fr