

LA
2023-2024
ROUETTE
MJC
CORPS-NUDS

ÉDITO

Notre association est portée par le désir de proposer à tous et à toutes des moments de rencontres, de solidarité, d'initiatives collectives et d'expressions sous toutes ses formes. A travers des animations, des spectacles, des activités de pratiques, des ateliers en famille, des expositions, des discussions, la MJC est un lieu où l'on se rassemble dans un esprit d'accessibilité et de mixité.

Découvrez ici nos rencontres pour cette année qui démarre : de nouvelles propositions d'activités avec de l'art plastique pour les enfants et les adultes, de la danse africaine et contemporaine pour les enfants, des cours collectifs d'anglais adulte, du théâtre classique ou d'improvisation pour les ados. Également, retrouvez les rendez-vous culturels et conviviaux du « Barouette », café associatif porté par un collectif de bénévoles, s'ajoutant à la programmation culturelle qui s'étoffe avec votre complicité, tout au long de l'année. Et bien sûr, les activités autour de la parentalité seront soutenues et développées avec le collectif de parents de la « Pause Famille », tout comme les activités proposées par le collectif « Touchatout ».

Nous souhaitons également vous permettre d'utiliser au mieux le dispositif « Sortir ! ». Sous conditions de revenus, vous pourrez bénéficier de réductions pour toutes les activités régulières ou les spectacles que nous proposons. Nous espérons que vous pourrez profiter de toutes ces opportunités pour tisser des liens, garder la forme, cultiver l'ouverture et vous amuser !

Belle rentrée

Les bénévoles du Bureau La Rouette MJC

CONSEIL D'ADMINISTRATION

Présidente : **Isabelle DOLE** - Trésorière : **Elise BEGOS** - Secrétaire adjointe : **Christèle RUPIN**
Membre du bureau : **Mayalen GOUST** - Membres du CA : **Sophie ARHIMANN, Christine BANNIER, Virginie BONNEAU, Jordan BRUYÈRE, Louise CORNÉE, Marie-Laure CURMI, Martin Di FELIC, Céline DUVAL, Annie GEFFARD, Yann MONFORT, Emelyne ROBERT, Hélène YVEN.**

Membres de droit : **Stéphanie ARNAUD et Vincent SEVAER** (Mairie),
André ROUSSEL (Fédération Régionale des MJC - Bretagne et Pays de la Loire).

ÉQUIPE PROFESSIONNELLE PERMANENTE

Coordinatrice générale : **Pauline Durand** - 06 61 84 04 32 - pdurand.larouettemjc@gmail.com
Animatrice socioculturelle : **Maude Khalil-Lortie** - 07 49 26 10 11 - anim.larouettemjc@gmail.com
Assistante administrative et comptable : **Karine GUILLOU** - 02 99 44 01 58 - compta.larouettemjc@gmail.com

Et toutes et tous les intervenant-es professionnelles ou bénévoles des activités hebdomadaires

**DATES À
NE PAS
MANQUER !**

**FORUM DES ASSOCIATIONS
VEN. 8 SEPT. 2023
18H30-21H ♡ HUBERDIÈRE**

**ASSEMBLÉE GÉNÉRALE
VEN. 12 AVRIL 2024
♡ LA ROUETTE MJC**

INFOS PRATIQUES



ÊTRE ADHÉRENT

Être adhérent c'est faire partie d'une organisation associative pour laquelle nous partageons des valeurs, du vivre et faire ensemble, de l'expression sous toutes ses formes dans un esprit de solidarité. Moyennant une cotisation annuelle de 7€ (mineurs) ou 18€ (majeurs), l'adhésion permet de pratiquer une activité, d'agir en votant lors de l'assemblée générale, de prendre part aux décisions en étant élu.e au conseil d'administration et de bénéficier de réductions aux spectacles et festivités de la MJC. Une partie de l'adhésion sert à financer notre affiliation à la Fédération Régionale des MJC de Bretagne et Pays de la Loire.

ÊTRE BÉNÉVOLE

Si un projet vous plaît et que vous souhaitez donner de votre temps, faites-le nous savoir ! Nous recherchons toujours des personnes pour nous aider dans des domaines très divers, ponctuellement ou tout au long de l'année.

PRATIQUER UNE ACTIVITÉ RÉGULIÈRE

Les inscriptions et le règlement s'effectuent en ligne ! Rendez-vous dès le mardi 29 août 2023 sur larouettemjc.com. Vous pouvez aussi vous rendre à la MJC si vous souhaitez vous inscrire et régler par chèque, chèque vacances ou avec la Carte Sortir !

DÉBUT DES ACTIVITÉS

À partir du **18 septembre 2023**. La MJC se réserve le droit de modifier ou d'annuler un atelier si le nombre d'inscriptions est insuffisant et de déplacer exceptionnellement certains ateliers à l'occasion de manifestations importantes. **Les deux premières séances sont ouvertes pour des cours d'essai.**

REMBOURSEMENT

Le remboursement d'une activité peut s'effectuer pour raison médicale ou en cas de mutation professionnelle, sur justificatif. Il sera effectué au prorata des séances non pratiquées. Dans tous les cas, l'adhésion n'est pas remboursée.

NOUVEAU !

Sur présentation de la **CARTE SORTIR !**, vous pouvez bénéficier d'une réduction sur l'activité que vous avez choisie à la MJC. Pour son obtention (sous conditions de ressources), il suffit au préalable de vous rendre au CCAS de Corps-Nuds (Mairie).

PORTER UNE INITIATIVE OU UN PROJET COLLECTIF

Vous souhaitez organiser un concert, un événement, des actions solidaires, culturelles, artistiques, pédagogiques ou tout autre projet que vous voulez mettre en place ? N'hésitez pas à venir vers nous ! La MJC est un lieu qui peut vous accompagner et vous soutenir dans cette réalisation.

LOUER UNE SALLE DE LA MJC

La MJC met à disposition la grande salle sur les périodes de week-end, voire en semaine selon les disponibilités. Elle comprend une scène, un bar, une cuisine avec frigo, lave-vaisselle (vaisselle non fournie), des chaises et tables. Capacité 100 places assises. Les adhérents bénéficient d'un tarif préférentiel.

Pour compléter les propositions des différents collectifs et initiatives, la MJC constitue un groupe « programmation culturelle ». Il s'agira de participer à la sélection de spectacles, de visionner des documentaires ou courts métrages et de poser les rendez-vous sur le calendrier.

Et pourquoi pas participer à des projets de création avec des compagnies professionnelles ! Nous souhaitons également intégrer les jeunes et jeunes adultes dans l'organisation d'événements dédiés.

Merci de nous faire part de votre volonté de participer.

LES EXPOSITIONS

LES OISEAUX MARINS

**DU LUNDI 27 NOVEMBRE
AU VENDREDI 1^{ER} DÉCEMBRE**
📍 HALL DE LA MJC



Cette exposition est consacrée aux oiseaux marins pélagiques. Il s'agit de ces étonnants oiseaux qui passent la plus grande partie de leur vie en haute mer et sont donc peu connus du public. Quatre thématiques abordées : se déplacer, se nourrir, se reproduire, se protéger.

Exposition issue de l'Espace des sciences de Rennes
Tout public - Gratuit
Visite et atelier de découverte en scolaire possible

SCULPTEUR D'HISTOIRE(S)

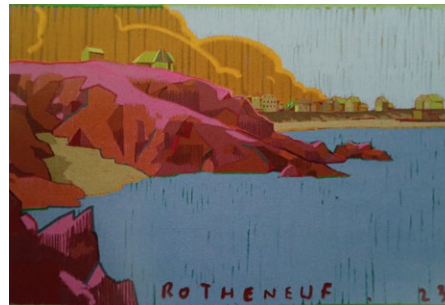
LA VIE ET L'ŒUVRE DE L'ABBÉ FOURÉ

**DU LUNDI 12 FÉVRIER
AU VENDREDI 1^{ER} MARS**
📍 HALL DE LA MJC

Cette exposition invite à découvrir l'abbé Fouré devenu sculpteur (1839-1910), auteur des rochers sculptés de Rothéneuf. Dans une scénographie reprenant les codes de la bande dessinée, vous découvrirez les documents d'archives et les illustrations inédites réalisées pour cette exposition par l'artiste BIMS.

Exposition prêtée par les Archives départementales d'Ille-et-Vilaine

À partir de 6 ans - Gratuit - Visite et atelier de découverte en scolaire possible



J'Y CROIS, J'Y CROIS PAS

DU LUNDI 15 AU VENDREDI 26 AVRIL
📍 HALL DE LA MJC



L'exposition itinérante *J'y crois, j'y crois pas* offre différentes perceptions des pratiques magiques et sorcellaires en terres bretonnes. Des facettes plutôt rassurantes ou parfois inquiétantes

de cet univers complexe sont abordées grâce aux objets et à l'iconographie du musée de Bretagne et du Mucem. Abordant tour à tour les représentations que l'on se fait des sorciers, les rituels d'envoûtement, les dons de guérison et plein d'autres faits mystérieux, l'exposition *J'y crois, j'y crois pas* se veut dénuée de tout jugement, offrant à chacun les ingrédients d'une réflexion sur ce domaine de l'étrange.

Exposition prêtée par le Musée de Bretagne

À partir de 6 ans - Gratuit - Visite et atelier de découverte en scolaire possible

EXPOSITION DES ADHÉRENTS

JUIN - JUILLET - AOÛT
📍 HALL DE LA MJC

Les productions de l'année des adhérents des activités Arts plastiques et Touchatout sont mises à l'honneur dans la MJC ! Venez découvrir les œuvres installées pour la fin de saison : peintures, dessins, modelages, etc...

Tout public - gratuit

LES INITIATIVES ET FÊTES



LE BAROQUETTE

LE BAROQUETTE, C'EST QUOI ?
C'est le café associatif de la Rouette MJC tenu par un collectif de bénévoles motivés

LE BAROQUETTE, C'EST QUAND ?
Chaque premier vendredi du mois, du 6 octobre au 5 juillet de 17H30 à 23h

LE BAROQUETTE, C'EST OÙ ?
Aux beaux jours : côté jardin, guinguette
Par temps breton : bar intérieur

ET ON Y FAIT QUOI ?

Décompresser, papoter, échanger, partager, rigoler... Laissez votre canapé et venez déguster des boissons vitaminées à prix équitable !

FÊTE DE LA MJC EN JUIN

Moment privilégié dans l'année pour faire la part belle aux restitutions des ateliers menés tout au long de l'année du côté de la forme, de la culture, de la famille, de la jeunesse, de la création, des loisirs, de la danse.

FÊTE DU JEU WEEK-END DU 1^{ER} ET 2 JUIN 9 TERRAIN MJC

Ludikos et la MJC s'associent pour proposer une fête du jeu en famille le week-end du 1^{er} et 2 juin en extérieur selon le temps. Vous pourrez jouer à de nombreux jeux de société et jeux en bois ou vous essayer à une Murder Party ou encore tenter de trouver les réponses aux énigmes d'un Escape Game !

ATOUT'ÂGE SAMEDI 6 AVRIL 9 SALLE DES SPORTS

La MJC organise cet événement avec différentes structures de Corps-Nuds telles que les écoles Jacques-Yves Cousteau et Saint Joseph, l'EHPAD la Résidence de l'Yze, la Maison Helena, la médiathèque l'Odysée, les services Enfance et Jeunesse et d'autres encore. Tout un programme d'animations intergénérationnelles autour de la thématique du sport vous sera proposé au cours de l'année 2023-2024. Atout'âge vous réserve une belle journée de clôture samedi 6 avril, moment festif et convivial à partager !



LES SPECTACLES ET CONCERTS

INAUGURATION DU « BAROQUETTE »

VENDREDI 6 OCTOBRE / À PARTIR DE 17H30 9 MJC - CÔTÉ JARDIN

Pour cette soirée d'inauguration, vous retrouverez le groupe **Memento Maurice**, chansons françaises teintées de rock qui vous mettra dans l'ambiance !

Tout public / Au chapeau



LA GALETTE DES REINES

PAR LA COMPAGNIE KF

VENDREDI 20 OCTOBRE / 20H30 9 SALLE DE LA MJC



À l'heure de la collation se joue un dialogue au micro entre deux comédiennes tour à tour journaliste et interviewée. À partir de trois reportages fidèlement retranscrits, elles nous offrent des paroles de femmes rebelles qui cultivent un art de la débrouille. **Elles nous interrogent sur notre relation à l'argent, nos besoins et nos plaisirs, nos certitudes et nos choix.** Elles témoignent de leur liberté d'agir et de penser. Un hommage est ainsi rendu à la poésie du langage parlé.

*Durée 65 mn / À partir de 15 ans
5€ tarif Carte Sortir ! 10€ tarif réduit et adhérent
13€ tarif plein et non-adhérent*

THÉÂTRE D'IMPROVISATION

PAR LA TROUPE
LES CORNUTHORYNQUES

SAMEDI 9 DÉCEMBRE / 20H30 ♡ SALLE DE LA MJC
SAMEDI 23 MARS / 20H30 ♡ SALLE DE LA MJC

Les Cornuthorynques jouent un spectacle théâtral entièrement improvisé. **Les comédien·nes sont des cascadeur·ses sans filet : aucune réplique n'est apprise à l'avance, aucune action n'est répétée, aucune histoire n'est écrite.** Surprise, humour, émotion, complicité et participation du public sont les ingrédients d'une soirée inattendue où les petites comme les grandes y trouvent leur compte.

Tout public / Gratuit – 12 ans
2.5€ tarif Carte Sortir ! 5€ tarif réduit et adhérent
7€ tarif plein et non-adhérent



FEST NOZ

SAMEDI 27 JANVIER / 20H30
♡ LA HUBERDIÈRE



En co-organisation avec le Bagad Kadoudal de Vern-sur-Seiche, la Rouette MJC vous propose un Fest Noz dans une ambiance conviviale où vous pourrez venir écouter et danser sur les airs traditionnels du Bagad et de leurs jeunes formations. En attendant de connaître la liste de tous les groupes de musique, vous pouvez déjà vous inscrire auprès de la MJC comme bénévole, de nombreux postes sont à tenir au cours de cette soirée !

En partenariat avec le Cercle Celtique de Rennes, nous vous proposons aussi un stage de danses bretonnes ce même jour, matin et après-midi salle de la MJC.

Tout public - Payant.

SPECTACLE VIRILITÉ ?

PAR GAËL LE GUILLOU CASTEL
DE LA CARAVANE COMPAGNIE

VENDREDI 19 AVRIL / 20H30
♡ SALLE DE LA MJC



© Titouan Ligeron

Virilité ? C'est l'histoire d'un garçon qui devient un homme, mais qui sent bien qu'il y a un truc qui coince. Le monde semble attendre quelque chose de lui en tant qu'homme, mais il a du mal à comprendre quoi... Alors il réfléchit à vue, entre humour, questionnement et prises de conscience sérieuses : à son corps, à son comportement, aux modèles avec lesquels il a grandi, aux cadres qu'on lui a posés. Il se demande d'où ça vient. Et ce que ça veut dire. Au fil de la réflexion qui le mène de YouTube au néolithique, ce qui lui semblait être un problème personnel prend un tour plus politique.

Durée 90 mn / À partir de 15 ans
5€ tarif Carte Sortir ! 10€ tarif réduit et adhérent
13€ tarif plein et non-adhérent

Séance scolaire possible
à la MJC ou dans l'établissement scolaire

CONCERT DE LA CHORALE HARMON'YSE ET DE L'ORCHESTRE AS DE PIQUE

VENDREDI 31 MAI / 20H30
♡ LA HUBERDIÈRE

Catherine Fégar, cheffe de chœur de la *Chorale Harmon'Yse* s'associe à l'*Orchestre As de pique* composé d'une quinzaine de violoncellistes amateur·rices dirigé par Anne-Marie Vanheule. L'orchestre *As de pique* est né au sein de l'école de musique de La Flume où il répète chaque mois. Ensemble, ils et elles vont explorer un répertoire des plus variés allant de la musique baroque aux musiques actuelles en passant par le gospel et la chanson française. En deuxième partie, l'ensemble à cordes jouera quelques morceaux choisis. L'énergie communicative des cordes et des chanteurs saura ravir son auditoire !

Tout public
2.5€ tarif Carte Sortir ! 5€ tarif réduit et adhérent
7€ tarif plein et non-adhérent



LES SPECTACLES JEUNE PUBLIC

SPECTACLE HÉLÈNE, EXPLORATRICE DES MERS

PAR CATHERINE FÉGAR
DE LA COMPAGNIE MARMOUSSE

JEUDI 12 OCTOBRE / 9H (SPÉCIAL SCOLAIRE)
📍 SALLE DE LA MJC

Théâtre musical fantastique inspiré de l'œuvre de Jules Verne. Hélène, exploratrice, prend la suite des aventures d'Alfred son cousin, l'inventeur de la machine à propulsion sensorielle de leur sous-marin mécanique, appelé le « Morvach ». Hélas cette machine est en panne et le sous-marin ne peut naviguer. Pour repartir il faut aider Hélène à trouver une pierre de géant sur l'île d'Ys, un poisson-lune en plongeant dans les profondeurs de la mer et des globules lumineux.

A partir de 3 ans



BOUM DES BOUMBOXEURS

AVEC DA TITCHA,
BBOY FRENETIK OU
NADOO ET MACLARNAQUE

VENREDI 29 MARS / 18H30
📍 SALLE DE LA MJC



Une boum pour petit-es et grand-es pour se défouler, se dépenser et danser sur du bon son : « clubber » et se retrouver en famille sur une musique funky et entraînante en allant de Krs One, George Clinton en passant par Jackson Five et Kriss Kross jusqu'à bouger sur du Dabrye et Chromeo. **Attendez-vous à lâcher prise : cette boum est une suite d'animations explosives pour vous faire bouger quel que soit votre âge, le tout sur un air frais et groovy.**

Durée 60 mn / Dès 3 ans accompagné
2.5€ tarif Carte Sortir !
5€ tarif réduit et adhérent
7€ tarif plein et non-adhérent

LES PROJECTIONS

LET'S WALK THE PATH TOGETHER



RETOUR SUR
UN PROJET DE JUMELAGE
AVEC LA ROUMANIE

SAMEDI 23 SEPTEMBRE / 20H30
📍 SALLE DE LA MJC

En lien avec Corps-Nuds Sibiel Amitiés, l'association Solidarité 35 Roumanie a permis à 16 jeunes de différentes communes du département jumelées avec le Judet de Sibiu, de réaliser un chantier éco-environnemental cet été 2023. Venez visionner le film qu'ils et elles ont réalisé et discuter de leur expérience ! Le projet « Let's walk the path together » est financé par l'Union européenne et les différentes associations impliquées dans le projet.

Tout public – Gratuit

LE MOIS DU FILM DOCUMENTAIRE

VENREDI 17 NOVEMBRE / 20H
📍 SALLE DE LA MJC

Le Mois du Doc est un rendez-vous organisé par Comptoir du doc en Ille-et-Vilaine pour découvrir des films documentaires rares ou habituellement peu diffusés et pour partager des moments de convivialité autour de projections-rencontres. Le choix du film est en cours mais nous savons d'ores et déjà qu'un-e membre de l'équipe de réalisation sera présent-e pour échanger.

*A partir de 13 ans – Tarif unique 3€
Séance scolaire possible*

FÊTE DU COURT MÉTRAGE



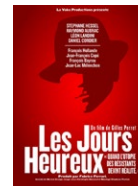
Manifestation annuelle, La Fête du court métrage est née de la volonté de mieux faire connaître le court métrage au plus grand nombre. Pendant une semaine en mars 2024, cinéphiles ou néophytes, jeunes publics, familles et passionné-es, explorent la magie du court, partout en France et à l'international, à l'occasion de cette grande fête gratuite et ouverte à tous. La MJC proposera une séance tout public et en scolaire, nous recherchons des volontaires pour visionner et établir la sélection !

Séances scolaires par âge possibles à la MJC

FILM DOCUMENTAIRE LES JOURS HEUREUX

RÉALISÉ PAR GILLES PERRET

VENREDI 9 FÉVRIER / 20H
📍 SALLE DE LA MJC



Quand l'utopie des Résistants devient réalité... Entre mai 1943 et mars 1944, sur le territoire français encore occupé, seize hommes appartenant à tous les partis politiques, tous les syndicats et tous les mouvements de résistance vont changer durablement le visage de la France. Ils vont rédiger le programme du Conseil National de la Résistance intitulé magnifiquement : « Les jours heureux ». Ce programme est encore au cœur du système social français puisqu'il a donné naissance à la sécurité sociale, aux retraites par répartition, aux comités d'entreprises, etc.

*Durée : 1h37 – À partir de 13 ans
Gratuit – Séance scolaire possible*

DU CÔTÉ DE LA FAMILLE



LES MATINÉES D'ÉVEIL

LES MARDIS MATINS
9H30-11H30 ♡ MJC

A partir du 19 septembre, La Rouette MJC accueille les bébés et leurs parents dans un espace aménagé avec des jeux libres pour profiter d'un moment avec son enfant en dehors de chez soi et pour rencontrer d'autres familles.

Venez prendre un moment pour vous ressourcer.

L'accès est libre, gratuit et sans inscription

LA PAUSE FAMILLE

La Pause Famille est un collectif de parents bénévoles soutenu par la MJC qui organise des actions en lien avec la parentalité tout au long de l'année : café-parents, après-midi jeux, ateliers parents enfants, sorties en famille, réflexions sur le rôle de parent,

bibliothèque partagée... Rejoignez-nous, le programme à partir de janvier se fait avec vous !

Ouvert à tous-tes, gratuit

APÉRO DES PARENTS

• **VENDREDI 13 OCTOBRE**
18H30 ♡ MJC

« Autour du Post Partum »

Animé par Gwenola Picard

• **VENDREDI 10 NOVEMBRE**
18H30 ♡ MJC

« Comprendre mon adolescent »

Animé par Caroline Baillif

• **VENDREDI 8 DÉCEMBRE**
18H30 ♡ MJC

« Désaccords éducatifs
dans le couple parental »

Animé par Raphaëlle Hermellin

ATELIER PARENTS / ENFANTS

• **SAMEDI 14 OCTOBRE**
10H ♡ MJC

« Atelier portage de bébé »

Animé par Gwenola Picard

• **SAMEDI 25 NOVEMBRE**
10H ♡ MJC

« Atelier de gravure »

Animé par Gaëlle Caiveau

SORTIE EN FAMILLE

• **SAMEDI 21 OCTOBRE**
9H30 ♡ DÉPART MJC

Balade en forêt.

*« En lien avec la
Pause Famille,
les Ludikos
s'installent un ou
deux dimanches
dans l'année à la
MJC pour vous faire
jouer en famille ! »*

DU CÔTÉ DE LA JEUNESSE

SOIRÉE CONCERT

Pour celles et ceux de plus de 16 ans qui souhaitent organiser une soirée-concert dans l'année à la MJC, retrouvons-nous dès octobre pour sa mise en place !

On vous accompagne dans le choix des artistes, le budget, l'accueil, la billetterie, la technique, la communication... bref, tout un programme nous attend.

STAGES DE PRATIQUES ARTISTIQUES

A chaque période de vacances scolaires, la MJC propose des stages sur 2 ou 3 jours autour d'une pratique : écriture rap, DJing, magie, sculpture, composition de son électro, danse, bande dessinée, création d'un podcast, etc. Vos idées sont les bienvenues !

K'EST-CE T'EN SEXE ?

Le jeu « K'est-ce t'en Sexe » est un jeu de plateau collaboratif à destination des jeunes à partir de 15 ans. Il permet d'engager des discussions liées à la sexualité et à la vie affective.

Séances programmées en petit groupe dans l'année à la MJC ou en collaboration avec les établissements scolaires

PARCOURS FESTIVAL

A destination des jeunes de 16 à 25 ans, *Parcours* est un dispositif qui ouvre les portes aux jeunes qui veulent porter un projet en lien avec un festival rennais : festival TNB en novembre (théâtre), Travelling en février (cinéma), Mythos en mars avril (musique et théâtre), festival national du film d'animation en avril. Votre projet peut prendre plusieurs formes (expositions, carnets de bord, courts-métrages... tout est imaginable !) et vous permet d'accéder aux coulisses, de rencontrer des professionnels du spectacle ou des artistes. La MJC vous accompagne dans votre initiative et sa réalisation.

N'hésitez pas à nous contacter !

LES ACTIVITÉS DE PRATIQUES HEBDOMADAIRES

| 4-5 ans | JUDO | Dojo | MARDI / 17H-18H |
|-----------------------|---------------------------------------------|--------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 4-6 ANS | DANSE AFRICAINE ET CONTEMPORAINE | MJC | MERCREDI / 10H15-11H NOUVEAU |
| 5-6 ANS | JUDO | DOJO | VENDREDI / 17H-18H |
| 5-7 ANS | ARTS PLASTIQUES | MJC | MERCREDI / 15H30-16H30 NOUVEAU |
| 6-9 ANS | ROLLER | SALLE DES SPORTS | MERCREDI / 14H30-15H45 |
| 6-9 ANS | CIRQUE | DOJO | MERCREDI / 17H15-18H15 |
| 7-9 ANS | JUDO | DOJO DOJO | MARDI / 18H-19H VENDREDI / 18H-19H |
| 7-10 ANS | DANSE MODERNE | MJC | MERCREDI / 16H-17H |
| 7-11 ANS | DANSE AFRICAINE ET CONTEMPORAINE | MJC | MERCREDI / 11H-12H NOUVEAU |
| 7-11 ANS | THÉÂTRE | MJC | JEUDI / 16H45-17H45 |
| À PARTIR DE 8 ANS | HIP HOP | MJC | LUNDI / 19H35-20H35 |
| 8-11 ANS | ARTS PLASTIQUES | MJC | MERCREDI / 16H30-18H NOUVEAU |
| À PARTIR DE 10 ANS | JUDO | DOJO DOJO | MARDI / 19H-20H30 VENDREDI / 19H-20H30 |
| 10-14 ANS | ROLLER | SALLE DES SPORTS | MERCREDI / 15H45-17H |
| 11-14 ANS | THÉÂTRE D'IMPROVISATION | MJC | MARDI / 17H30-19H NOUVEAU |
| 11-14 ANS | THÉÂTRE | MJC | JEUDI / 17H45-19H |
| 11-15 ANS | DANSE MODERNE | MJC | MERCREDI / 17H-18H NOUVEAU |
| 12-15 ANS | FITNESS | MJC | MERCREDI / 18H30-19H30 |
| 12-15 ANS | ARTS PLASTIQUES | MJC | MERCREDI / 18H15-19H45 NOUVEAU |
| 14-16 ANS | THÉÂTRE | MJC | JEUDI / 19H-20H30 NOUVEAU |
| DÈS 16 ANS ET ADULTES | PILATES | MJC MJC MJC MJC | LUNDI / 17H20-18H20 LUNDI / 18H20-19H20 MARDI / 12H15-13H15 MERCREDI / 9H-10H NOUVEAU |
| DÈS 16 ANS ET ADULTES | STEP | HUBERDIÈRE | LUNDI / 19H30-20H30 |
| DÈS 16 ANS ET ADULTES | DANSE FITNESS | HUBERDIÈRE | LUNDI / 20H30-21H30 |
| DÈS 16 ANS ET ADULTES | SOPHROLOGIE MÉDITATION | ECOLE PUBLIQUE | MARDI / 20H-21H15 |
| DÈS 16 ANS ET ADULTES | GYM DYNAMIQUE | MJC | MERCREDI / 19H30-20H30 |
| DÈS 16 ANS ET ADULTES | ARTS PLASTIQUES | MJC | MERCREDI / 20H-22H NOUVEAU |
| DÈS 16 ANS ET ADULTES | RENFORCEMENT MUSCULAIRE | MJC | MERCREDI / 20H30-21H30 |
| DÈS 16 ANS ET ADULTES | YOGA | DOJO DOJO | JEUDI / 19H-20H15 JEUDI / 20H15-21H30 |
| ADULTES | YOGA DOUX | MJC | LUNDI / 10H20-11H35 |
| ADULTES | ANGLAIS CONVERSATION | MJC | LUNDI / 12H30-13H30 NOUVEAU |
| ADULTES | DANSE BRETONNE ET MUSIQUE TRADITIONNELLE | MJC | LUNDI / 20H30-22H |
| ADULTES | GYM DOUCE | DOJO | MARDI / 14H30-15H30 |
| ADULTES | THÉÂTRE D'IMPROVISATION | MJC | MARDI / 19H-20H30 |
| ADULTES | TROUPE D'IMPROVISATION LES CORNUTHORYNIQUES | MJC | MARDI / 20H30-22H30 |
| ADULTES | TROUPE DE THÉÂTRE CÔTÉ JARDIN | MJC | JEUDI / 20H30-22H30 |
| ADULTES | CHORALE | HUBERDIÈRE | JEUDI / 19H15-20H45 |
| ADULTES | ATELIER TOUCHATOUT | MJC | VENDREDI / 14H-16H30 |
| ADULTES | CUISINE VÉGÉTARIENNE | MJC | 5 VENDREDIS DANS L'ANNÉE 19H-22H30 (dont 1 avec l'œnologie) |
| ADULTES | GÉOLOGIE | MJC | 5 VENDREDIS DANS L'ANNÉE 20H30-22H30 (dont 1 avec la cuisine) |
| ADULTES | PARCOURS DANSÉ | MJC | SAMEDI / 10H-12H NOUVEAU |
| ADULTES | RANDONNÉE | MJC | LES 1 ^{ERS} SAMEDIS ET 3 ^{ÈMES} DIMANCHES DE CHAQUE MOIS |

JUDO

DAVID LOSSOUARN

Véritable sport éducatif, le judo permet à chacun-ne de devenir plus adroite, plus souple mais aussi d'apprendre à respecter les règles, de découvrir l'entraide, d'évaluer ses forces et ses faiblesses pour progresser.

MARDI / 17H00-18H00

BABY JUDO (2019 ET 2018 DÉBUTANT-ES)
♀ DOJO PÔLE ENFANCE

130 €*

VENDREDI / 17H00-18H00

MINIS POUSSINS (2018 CONFIRMÉ-ES ET 2017)
♀ DOJO PÔLE ENFANCE

177 €*

MARDI & VENDREDI / 18H00-19H00

POUSSINS (2016/2015/2014)
♀ DOJO PÔLE ENFANCE

182 €*

MARDI & VENDREDI / 19H00-20H30

BENJAMINS/MINIMES (À PARTIR DE 2013)
♀ DOJO PÔLE ENFANCE

185 €*

* La licence de 40 € est incluse dans le tarif

La Rouette MJC est affiliée
au dispositif Pass'Sport pour le judo.

ROLLER

CHRISTOPHE MONNIER

Apprentissage et perfectionnement
des techniques de roller.

MERCREDI / 14H30-15H45

6-9 ANS ET DÉBUTANT-ES
♀ SALLE DES SPORTS

127 €

MERCREDI / 15H45-17H00

10-14 ANS DÉBUTANT-ES ET INITIÉ-ES
♀ SALLE DES SPORTS

127 €

RANDONNÉE

ISABELLE LANOË

L'atelier permet de découvrir
notre région dans la détente et
la convivialité.

LE 1^{ER} SAMEDIS ET

3^E DIMANCHE
DE CHAQUE MOIS

26 €

FITNESS

LYDIA GRUEL

Renforcement musculaire,
step et danse fitness.

MERCREDI / 18H30-19H30

12-15 ANS
♀ SALLE DE LA MJC

121 €

DANSE FITNESS

Chorégraphies alliant tous les bienfaits de la
danse et du fitness sur des musiques rythmées.

LUNDI / 20H30-21H30

ADULTES - DÈS 16 ANS
♀ SALLE DE LA HUBERDIÈRE

GYM DYNAMIQUE

Entraînement cardio qui développe
l'endurance, la coordination et l'agilité.
Brûlez un max de calories !

MERCREDI / 19H30-20H30

ADULTES - DÈS 16 ANS
♀ SALLE DE LA MJC

STEP

Entraînement fitness avec marche.

LUNDI / 19H30-20H30

ADULTES - DÈS 16 ANS
♀ SALLE DE LA HUBERDIÈRE

RENFORCEMENT MUSCULAIRE

Activité qui tend à exercer les muscles de
manière à faire évoluer son corps, à le rendre
plus résistant et mobile.

MERCREDI / 20H30-21H30

ADULTES - DÈS 16 ANS
♀ SALLE DE LA MJC

LYDIA GRUEL

TARIF POUR 1 COURS 121 €

TARIF UNIQUE POUR 2 A 4 COURS 186 €

GYM DOUCE

ARNAUD LOUAISIL

Un travail basé sur la conscience du corps
à travers des exercices d'étirement, de
relaxation, de tonification et de respiration :
bien-être assuré.

MARDI / 14H30-15H30

ADULTES
♀ SALLE DE LA MJC

130 €

SOPHROLOGIE- MÉDITATION

EMMANUELLE BOTTREAU

Ces deux disciplines proches associent par
thématique, des mouvements corporels,
des exercices de respiration et des pratiques
méditatives. L'ensemble de manière ludique et
facile à refaire au quotidien pour un mieux-être.

MARDI / 20H-21H15

ADULTES - DÈS 16 ANS
♀ ÉCOLE PUBLIQUE

162 €

DU CÔTÉ DE LA FORME

YOGA

DELPHINE BOIRON

Le yoga associe, dans le respect de chacun, renforcement musculaire, souplesse, travail du souffle, concentration. Il conduit vers la maîtrise du corps et du mental et favorise la détente et la conscience de soi.

LUNDI / 10H20-11H35
COURS DOUX
♀ SALLE DE LA MJC

172 €

JEUDI / 19H00-20H15
ADULTES - DÈS 16 ANS
♀ DOJO PÔLE ENFANCE

172 €

JEUDI / 20H15-21H30
ADULTES
♀ DOJO PÔLE ENFANCE

172 €

PILATES

Basé sur une respiration latérale thoracique, il s'agit d'un ensemble de postures qui vise à renforcer les muscles profonds.

PAMÉLA TSENG AH WANG
LUNDI / 17H20-18H20
ADULTES - DÈS 16 ANS
♀ SALLE DE LA MJC

155 €

PAMÉLA TSENG AH WANG
LUNDI / 18H20-19H20
ADULTES - DÈS 16 ANS
♀ SALLE DE LA MJC

155 €

JULIEN COLLIN
MARDI / 12H15-13H15
ADULTES - DÈS 16 ANS
♀ DOJO PÔLE ENFANCE

155 €

LYDIA GRUEL
MERCREDI / 9H-10H
ADULTES - DÈS 16 ANS
♀ SALLE DE LA MJC

155 €

NOUVEAU

DANSE HIP-HOP

ANGELO RAZAFINDRAZOARY

A tous et toutes les passionné-es de danse urbaine ! Angelo vous propose de plonger dans l'univers dynamique de la danse hip-hop et breakdance. Niveaux débutantes et initié-es.

LUNDI / 19H35-20H35
À PARTIR DE 8 ANS ♀ SALLE DE LA MJC

135 €

DANSE MODERNE

BABETH BRAUD

De l'éveil au perfectionnement, Babeth propose de transmettre des techniques spécifiques sur des rythmes soutenus tout en s'amusant.

MERCREDI / 16H-17H
7-10 ANS ♀ SALLE DE LA MJC

126 €

MERCREDI / 17H-18H
11-15 ANS ♀ SALLE DE LA MJC

126 €

NOUVEAU

PARCOURS DANSÉ

Découverte de 4 styles de danse très différents tout au long de l'année : swing, rock, folk et brésilien dans une ambiance joyeuse et animée (20 séances).

SAMEDI / 10H-12H
ADULTES DÈS 16 ANS
♀ SALLE DE LA MJC

170 € pour la totalité.

● Ou entre **41 €** et **59 €** selon les danses et les périodes.

DANSE BRETONNE

Un moment de convivialité, tous les 15 jours, à passer ensemble pour danser et faire danser.

20H30-22H00
ADULTE ♀ SALLE DE LA MJC
2ÈME ET 4ÈME LUNDIS DU MOIS

26 €

NOUVEAU

DANSE AFRICAIN ET CONTEMPORAINE

CÉLINE RÉJAUD

Eveil et découverte de ces deux danses au sein d'un même cours.

MERCREDI / 10H15-11H
4-6 ANS ♀ SALLE DE LA MJC

126 €

MERCREDI / 11H-12H
7-11 ANS ♀ SALLE DE LA MJC

126 €

NOUVEAU

Danse swing / Constance Arnaud / Sept.-Oct.
Danse rock / Antoine Scipion / Nov.-Déc.
Danse folk / Marion Robert / Janv.-Fév.
Danse du Brésil / Amélie Dalibert / Mars-Avril

ATELIER CUISINE VÉGÉTARIENNE

M^{LE} POTIRON

Partez à la découverte de nouveautés gastronomiques avec M^{LE} Potiron, cuisinière. Cinq rendez-vous sur l'année pour un beau moment de convivialité et d'échanges ! Confection du repas et partage du dîner à la suite. Engagement pour toute l'année.

VENDREDI (5 SÉANCES)

19H00-22H30

♀ SALLE DE LA MJC

155 €

TROUPE DE THÉÂTRE COTÉ JARDIN

PIERRICK JARNAULT

L'atelier théâtre s'adresse à des adultes qui souhaitent faire du théâtre pour leur plaisir. L'objectif est de monter des pièces qui seront jouées au cours de la saison. Nous travaillons des auteurs contemporains et seulement du travail d'interprétation.

JEUDI / 20H30-22H30

ADULTES

♀ SALLE DE LA MJC

26 €

THÉÂTRE

DIDIER BARTH

Découvrir un art et expérimenter le plaisir de jouer ensemble. L'atelier théâtre permet d'aller à la rencontre de soi et de l'autre, de tisser des liens, de raconter des histoires, d'incarner des personnages dans un cadre ludique et de travail autour de la voix, du corps, des émotions.

JEUDI / 16H45-17H45

À PARTIR DE 7 ANS

♀ SALLE DE LA MJC

130 €

JEUDI / 17H45-19H

À PARTIR DE 11 ANS

♀ SALLE DE LA MJC

135 €

JEUDI / 19H-20H30

À PARTIR DE 14 ANS

♀ SALLE DE LA MJC

142 €

THÉÂTRE D'IMPROVISATION

TUGDUAL DENEZ

Débutant·es ou confirmé·es, venez pratiquer le théâtre d'improvisation. Découvrez ou renforcez les techniques qui permettent de jouer du théâtre de façon totalement improvisée. Explorez les possibilités de votre corps, votre voix et votre imagination pour partager ensemble des moments de création complice !

MARDI / 17H30-19H

11-14 ANS ♀ SALLE DE LA MJC

135 €

MARDI / 19H-20H30

ADULTES ♀ SALLE DE LA MJC

155 €

ARTS PLASTIQUES

THÉO TANAKA

Développer sa créativité et expérimenter les techniques des arts plastiques et des arts visuels : volume, photo, dessin, couleur. Débutant·es bienvenu·es, découverte des usages de base.

MERCREDI / 15H30-16H30

5-7 ANS ♀ SALLE DE LA MJC

160 €

MERCREDI / 16H30-18H

8-11 ANS ♀ SALLE DE LA MJC

175 €

TROUPE DE THÉÂTRE D'IMPROVISATION

LES CORNUTHORYNQUES

Séance en autonomie, sans animateur·rice. Ouvert aux comédien·nes ayant déjà pratiqué le théâtre d'improvisation. L'objectif de la troupe est de travailler des spectacles de théâtre d'impro (cabaret, match, forme longue, expérimentations...).

MARDI / 20H30-22H30

ADULTES

♀ SALLE DE LA MJC

26 €

NOUVEAU

NOUVEAU

DU CÔTÉ DE LA
CREATION

ATELIER ŒNOLOGIE

Débutant.e ou expert.e, venez découvrir ou vous perfectionner dans l'art de la dégustation du vin. Cinq rencontres animées par cinq intervenant.es cavistes ou sommelier.es pour cinq approches différentes !

VENDREDI (5 SÉANCES)
20H30-22H30 ♡ **SALLE DE LA MJC**
107 € OU **30 € LA SÉANCE**

CONVERSATION EN ANGLAIS

TRACY HUDSON

En petit groupe, chacun.e pourra s'exprimer à l'oral en anglais, à son rythme. Des thèmes de conversation sous forme d'atelier pour engager la discussion seront choisis par le groupe.

LUNDI / 12H30-13H30
ADULTES ♡ **SALLE DE LA MJC**
155 €

MUSIQUE TRADITIONNELLE

Un moment de convivialité, tous les 15 jours, à passer ensemble pour danser et faire danser.

20H30-22H00
ADULTE ♡ **SALLE DE LA MJC**
1^{ER} ET 3^{ÈME} LUNDIS DU MOIS
26 €

ATELIER « TOUCHATOUT »

Dans un esprit d'échange et de partage, l'atelier « Touchatout » propose un programme par trimestre, conçu avec les adhérents. Création artistique, sorties culturelles, visites du patrimoine, ateliers cuisine ou simplement se retrouver autour d'un café pour discuter...

VENDREDI / 14H00-16H30
♡ SALLE DE LA MJC
26 €

CIRQUE BEN WEBER

L'école Vents de cirque de Janzé vous propose de découvrir l'univers du cirque par une pratique des différentes disciplines circassiennes, à savoir, jonglerie, rouleau américain, boule d'équilibre, acrobatie, arts clownesques, mimes...

MERCREDI / 17H15-18H15
6-9 ANS (2014/2015/2016/2017)
♡ DOJO PÔLE ENFANCE
186 €

CHORALE HARMON'YSE

CATHERINE FEGAR

Chorale basée sur l'emploi d'un ensemble de techniques : la respiration, la décontraction musculaire et l'imagerie mentale. Ouverture artistique, détente, rires pour partir à la découverte de soi et des autres. Répertoire varié sans barrière musicale !

JEUDI / 19H15-20H45
ADULTES ♡ **SALLE DE LA HUBERDIÈRE**
98 €

Sport étude excellence Ludovic LEYGUE

COURS du baby poney à la compétition poney et cheval

Les Écuries du Launay

STAGES vacances scolaires

2 MANÈGES COUVERTS (dont un de 2100 m²)

CARRIÈRE 50 x 90 m sable blanc

La Beucheraie (RD 37) - Route Corps-Nuds/Amanlis
35150 CORPS-NUDS Tél. **02 99 44 15 34** - Port. **06 61 84 42 39**
ludoleyg@gmail.com - www.lesecuriesdulaunay.fr

Caillies de Chanteloup
Volailles Chapon

Caillies, pigeons, perdris, faisans, poules soies, poulets, poules pondeuses, canards, pintades, oies, dindes...
Vivant ou prêt à cuire, plus d'infos sur nos sites internet.

Les particuliers sont les bienvenus
104 Vélobert 35150 Corps-Nuds

02 99 44 12 83 / 06 62 75 95 22
www.cailliesdechanteloup.fr
www.volailleschapon.fr

Antiquités Brocante

Coiffes
Costumes
Meubles
Objets anciens
Bijoux bretons



Launay-Péan
35150 CORPS-NUDS
02 99 44 08 00
joelleado@wanadoo.fr

Cap **AJIMATÉRIEL**
ALLIANCE QUALITÉ - SERVICES

(35) CORPS-NUDS - 02 99 47 13 11

OUTILLAGE QUAD AGRICOLE

QR code

Hypnose Énergétique

L'élégance du changement

Tabagisme, stress, surpoids, douleurs, traumatismes, colère, confiance en soi ...

07 49 15 74 71
Place Kildare | Corps - Nuds

Antoine Scipion

VENTE AUX PARTICULIERS SUR SITE - RESTAURATION DU MIDI

LES SAULES
artisan breton depuis 1936

za du grand sillon - Corps Nuds
www.lessaules.fr 02.99.44.10.65

Foie gras...
Saumon fumé...
Sushi...

MagnétismeVotre
STÉPHANIE TEXIER

MAGNÉTISEUSE
ÉNERGÉTICIENNE
ESTHÉTICIENNE

07.83.84.97.66
35150 CORPS NUDES
WWW.MAGNETISSEMENTVOTRE.FR

1000 Ty Services
Menuiserie et travaux d'isolation

Portes d'entrée - Porte de garage - Portail - Fenêtre - Pergola
Volets - Isolation par l'intérieur - Soufflage

Rue Pierre Bérégovoy - Corps-Nuds
02 99 47 07 89

26 bd François Mitterrand à **CORPS-NUDS**

AUTOSÉCURITAS
CONTRÔLE TECHNIQUE
Coopérative

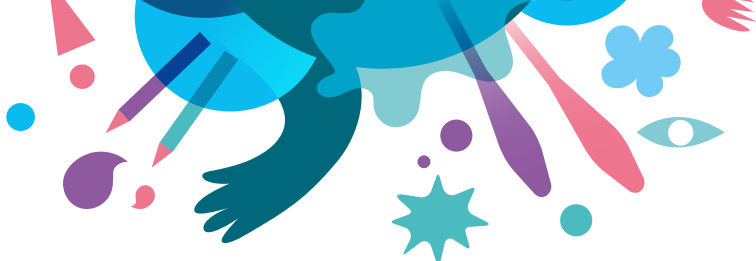
VENTE FLASH SUR RENDEZ-VOUS EN LIGNE

A partir de **65€***

* Selon le type de véhicule, réservé aux particuliers

02 23 08 75 98
Prise de rendez-vous 24h/24, en ligne

autosecuritas-ct-corpsnuds.fr
OUVERT DU LUNDI AU SAMEDI



LA ROUETTE MJC

La Rouette MJC
8 rue des Loisirs 35150 CORPS-NUDS
02 99 44 01 58
larouettemjc@gmail.com

larouettemjc.com



Horaires d'accueil au public

Les mardis, mercredis et vendredis de 9h30 à 13h et de 14h à 19h.

Les samedis de 9h30 à 13h du 2 septembre au 14 octobre.

Fermé les lundis et jeudis.

La Rouette MJC est soutenue par :



La Rouette MJC est affiliée à :