

Saison
2024-2025



MJC

Centre d'Animations et de Loisirs

Colmar

80
ans

**Plus de 80 activités enfants ados
adultes et séniors**

Osez vos envies !

**Inscriptions
à partir du
21 août 2024**



Rejoins toi aussi Saint André !

Vous souhaitez inscrire votre enfant en 6^e
au collège Saint André auprès
d'une équipe engagée et motivée,
contactez-nous au

03 89 21 75 09

École de SAVOIR

- Classe **AVEC iPad** et classe non numérique
- Bilangue** Anglais/Allemand ou Anglais/Espagnol
- Étude ou aide aux devoirs tous les soirs jusqu'à 17h45 **sans frais supplémentaires**
- Accompagnement personnalisé** renforcé en français et en maths (1h/semaine)
- Mission deutsch**, enrichir sa culture allemande

École d' ÉPANOUISSEMENT

- Prise en compte du bien-être des élèves** : infirmière DE, prévention routière, prévention réseau sociaux, prévention harcèlement
- Foyer des collégiens** (animations et activités ludiques)
- Accueil privilégié en 6^e** journée d'intégration

École de VIE

- Proposition pendant le temps de midi** : petits chanteurs de Saint André, atelier chanson, handball, association sportive (UNSS)
- Elèves acteurs** : éco-délégué, délégué de classe, bureau des collégiens, médiateur
- Un cadre sécurisant**, un environnement de travail serein



COLLÈGE SAINT ANDRÉ
19 rue Rapp - COLMAR - www.st-andre.com

Permettez-moi d'abord de vous souhaiter la bienvenue dans notre maison des jeunes et de la culture pour cette nouvelle saison 2024/2025. Cette maison est la vôtre et notre vœu le plus cher est que chacun d'entre vous se sente accueilli personnellement.

Nous sommes toujours en progression : 1750 adhérents, 73 activités et presque autant d'animateurs (56).

Nous avons essayé de ne pas augmenter nos tarifs, d'autant que l'inflation régresse, et ce malgré l'accroissement de nos charges.

2024 voit la création d'un partenariat avec l'ALEP pour l'activité cuisine et pâtisserie, ce qui permet en réunissant nos outils et nos compétences de multiplier les créneaux horaires et les thèmes.

La collaboration avec le CMPP en faveur des enfants présentant des fragilités s'est poursuivie cette année à notre plus grande satisfaction.

Plus généralement, un grand merci à l'ensemble de nos animateurs pour leur engagement, leur professionnalisme et leur dévouement.

Fin 2025 nous fêterons notre 80^{ème} anniversaire : en effet c'est en décembre 1945 que la MJC a été portée sur les fonts baptismaux. Une commission ad hoc travaille sur cette commémoration.

Ainsi avec notre expérience et votre fidélité essayons ensemble de faire de la MJC un lieu fraternel d'éducation, de formation et de loisirs.

Le Président du Conseil d'Administration

Marc GERRER

Rétrospective 2023/2024

Cette dernière saison a permis aux adhérents de pouvoir reprendre leurs activités dans des conditions que l'on a voulu les plus optimales possibles.

La MJC a investi dans la mise en place d'un nouveau tapis de danse et dans la réfection du parquet du hall de la villa.

Nous sommes toujours agréablement surpris de vous voir aussi nombreux lors de vos activités, encadrées par des animateurs professionnels ou bénévoles dévoués à l'animation et l'enseignement de leur discipline. En effet vous êtes cette saison plus de 50 adhérents de plus à rejoindre la MJC.

Nous espérons vivement que l'année prochaine vous reviendrez, avec plaisir et tout aussi nombreux, fréquenter la MJC Colmar.

Les inscriptions commenceront le 21 août à 9h.

Le Directeur
Philippe LEBERT

Convocation à l'Assemblée Générale

le 26 juin 2025 à 18h30 à la MJC.

(sous réserve d'impératifs imprévus)

A l'ordre du jour:

1. Emargement de la liste de présence
2. Adoption de l'ordre du jour
3. Adoption du PV de l'AG 2024
4. Rapport financier
5. Rapport du Commissaire aux comptes
6. Budget prévisionnel 2026
7. Rapport d'activité
8. Rapport moral
9. Election au Conseil d'Administration
10. Divers

Saison 2024/2025

La nouvelle saison annoncera les 80 ans de la MJC qui est la plus vieille de France en activité.

Lors de cette année, plusieurs moments vous seront proposés et sont à l'études par le CA et la Direction. Nous communiquerons sur ceux-ci dès qu'ils seront concrétisés.

Notamment la conception d'une fresque sur un des murs de la MJC. Plusieurs artistes sont pressentis pour concevoir celle-ci.

Une plus petite sera conçue par les participants du cours d'arts plastiques et BD mangas près de la salle d'activité.

Nous aurons toujours nos différents spectacles de fin d'année et le théâtre nous accueillera mi-juin sur 2 soirées pour le gala de danse.

Une réflexion globale a lieu avec les services de la Mairie sur la rénovation énergétique de la Villa ce qui devrait engendrer des travaux qui risquent de perturber le fonctionnement de la MJC.

Par avance nous nous en excusons.

Par ailleurs certains animateurs nous quittent et d'autres reviennent ou nous rejoignent ce qui montre le dynamisme de la MJC.

Le Directeur
Philippe LEBERT

Accueil - Administration

L'accueil du public et téléphonique est assuré le lundi, mardi et jeudi de 14h à 20h15, le mercredi de 8h15 à 12h et de 14h à 20h15 et le vendredi de 14h à 20h. (17h00 hors période d'activité).

Les activités se déroulent aux jours et heures indiqués par les informations données pour chaque discipline. Le calendrier prévisionnel des dates se trouve à la fin de la plaquette. Celui-ci pourra être modifié.

Les activités ont lieu à la MJC - 17 rue Camille Schlumberger, à l'exception du tennis de table qui a lieu à la Maison des Associations - 6 route d'Ingersheim - 68000 COLMAR - Bâtiment E.

Les activités reprendront la semaine du 9 septembre 2024 (sauf indication contraire notée sur les renseignements de l'activité).

Pour participer

Comment s'inscrire

L'inscription est possible à partir du mercredi 21 août 2024 à 9h, sur notre site internet ou directement à la MJC.

Pour participer aux activités de la MJC, il faut s'acquitter:

- d'une adhésion (14€ pour les moins de 18 ans - 19€ pour les majeurs)
- d'une cotisation pour les séances d'activité
- d'une licence obligatoire pour les activités sportives avec certificat médical.

La MJC se réserve le droit d'annuler une activité si le nombre d'inscrits est insuffisant. Les séances sont organisées selon un calendrier prévisionnel que vous trouverez à la fin de ce programme. La MJC se réserve le droit de le modifier si une situation particulière venait à arriver, permettant d'utiliser ainsi les vacances scolaires ou à partir de mi-juin pour combler d'éventuelles séances n'ayant pas été effectuées. Par ailleurs, la MJC se réserve également le droit de changer d'intervenant si celui-ci ne donnait pas satisfaction ou d'organiser les cours par visio-conférence.

À quelles conditions?

La cotisation est annuelle, mais l'encaissement peut être fractionné en plusieurs fois uniquement par chèque. La MJC ne rembourse pas la cotisation en cas d'arrêt ou de suspension de son activité par l'adhérent.

Dans le cas d'une absence de l'élève, l'animateur n'a pas obligation de rattraper la séance. Toutes les autres conditions générales de vente et de pratique de l'activité sont à regarder sur mjc-colmar.fr.

Tarifs réduits à partir de 3 activités par foyer

Une remise de 5% pour les cours individuels, à 2 ou à 3 et une remise de 10% pour les cours collectifs. Signalez votre situation lors de l'inscription.

Déductions possibles: Chèques vacances ANCV, Coupons sport ANCV, C.E. et Pass'sport.

Tarifs danse: pour 2 activités de danse par personne, l'activité la moins chère ne coûtera que 50% du tarif annoncé. Non cumulable avec les tarifs réduits.

PRÉSENTATION DU CENTRE DE LOISIRS DE LA MJC DE COLMAR

La MJC de Colmar propose pour les enfants de 6 à 12 ans, un Centre de Loisirs, ouvert à 18 enfants de 8h15 à 17h45 (repas et goûters compris), les mercredis et durant les vacances scolaires à partir du 04 septembre 2024. **Les inscriptions pour le Centre de loisirs se feront uniquement à la MJC à partir du 21/08/24 à 13h. Aucune inscription ne sera prise dans la matinée du 21/08.**

Les parents devront déposer les enfants de 8h15 à 9h et pourront les récupérer de 17h à 17h45. La MJC se réserve le droit de facturer 5€ toutes les 5 min de retard.

Le repas est fourni par un traiteur bio et écoresponsable. Le projet pédagogique est disponible sur le site internet de la MJC.

LES LIEUX D'ACCUEIL

La structure se compose de nombreuses salles «multi activités», d'un foyer, d'une cuisine pédagogique, d'un réfectoire, de sanitaires ainsi que d'un espace extérieur.

Différents espaces sont mis en place pour faciliter les activités: espace calme avec livres, espace jeux de sociétés et tables pour les activités...

PRINCIPES ÉDUCATIFS ET PÉDAGOGIQUES

L'équipe d'animation, composée d'un responsable, de deux à trois animateurs diplômés et de stagiaires BAFA si besoin, propose en accord avec le projet pédagogique une grande diversité d'activités essentiellement culturelles où les enfants pourront s'essayer aux activités thématiques de la MJC (percussions, théâtre, danses, arts plastiques, cuisine, MAO, sorties, spectacles, ...)

Les mercredis et les vacances scolaires sont des moments particuliers de la vie de l'enfant, c'est l'occasion de tout mettre en œuvre pour répondre aux besoins et aux aspirations des parents et de l'enfant. L'équipe d'animation s'emploiera à proposer des activités variées et attrayantes. Elle contribuera au respect des rythmes de l'enfant dans le cadre d'une pédagogie de groupe permettant d'accueillir des enfants ordinaires ou porteurs de handicap. Les repas proposés par un traiteur permettront d'avoir un menu varié avec une nourriture saine et équilibrée, et vérifié par un diététicien.

ALSH 2024/2025 - Tarifs Mercredis et Vacances scolaires

		Journée avec repas et goûter		
Inscriptions au trimestre		Tarifs standards	Non Imposables	
1 ^{er} trimestre sept-décembre	J14	370€	356€	
2 ^{ème} trimestre janv-mars	J10	264€	254€	
3 ^{ème} trimestre avril-juillet	J12	317€	305€	
Inscription à l'année (-10%)	J36	856€	823€	
Vacances scolaires	J5	132€	127€	Vacances d'Hiver (2 ^{ème} semaine)
Vacances scolaires	J4	106€	102€	Vacances de Toussaint, de Noël et de Printemps (2 ^{ème} semaine)
Vacances d'été: du 07/07/2025 au 01/08/2025				

Aquarelle



Initiation et approfondissement des différentes techniques d'aquarelle. Dessins à partir de modèles, de photos, etc. Prévoir un tablier.

Par: Anne WEREY - 30 séances max./an

Adultes et Adolescents - Inscription annuelle - hors adhésion

Mardi	20h00 à 21h30	268€	CAQ
-------	---------------	------	-----

Peinture à l'huile



Amateurs, amatrices d'Art, initiez-vous au cours de peinture à l'huile. Le professeur vous fera partager son savoir-faire mais également sa passion pour l'Art pour vous accompagner au mieux, pas à pas, vers votre aspiration.

Il vous sera proposé un programme d'apprentissage complet avec suivi, correction et coaching. Vous explorerez les multiples possibilités offertes par les techniques de peinture à l'huile les plus polyvalentes en créant une composition du début à la fin. A la fin, vous pourrez faire face à tout futur projet artistique. Découvrez des méthodes claires et infaillibles qui vous permettront de révéler votre fibre artistique. La saison se clôtura par une exposition des œuvres réalisées.

Matériel fourni uniquement pour la 1^{re} séance.

Par: Adel DAAS - 30 séances max./an

Adultes et Adolescents - à partir de 15 ans - Inscription annuelle - hors adhésion

Samedi	9h30 à 12h00	490€	CPH
--------	--------------	------	-----

Arts Plastiques



Découverte de différents moyens d'expression tels que: dessin, peinture, volume, terre... afin de rendre le pratiquant autonome dans la création. Formation au dessin d'art et pratique de la couleur. Prévoir un tablier.

Par: Anne WEREY - 30 séances max./an

Enfants - de 6 à 13 ans - Inscription annuelle - hors adhésion

Lundi	17h00 à 18h30	212€	CAPE
-------	---------------	------	------

Bande Dessinée et Mangas



Mangas, jeux vidéo, bandes dessinées: apprenez à dessiner vos univers favoris et à créer les vôtres. Apprentissage des techniques de base, proportions, clair-obscur, perspectives, créations de personnages, storyboard...

Par: Anne WEREY - 30 séances max./an

Enfants et Adolescents - à partir de 11 ans - Débutants - Inscription annuelle - hors adhésion			
Lundi	18h35 à 20h35	263€	CMAN1
Enfants et Adolescents - à partir de 11 ans - Avancés - Inscription annuelle - hors adhésion			
Vendredi	18h00 à 20h00	263€	CMAN2

Peinture (toutes techniques)



Apprendre les bases de la peinture et du dessin à travers l'apprentissage de diverses techniques: acrylique, pastels secs, encres, brou de noix, ... (pas de peinture à l'huile), afin de rendre le pratiquant autonome dans la création.

Par: Anne WEREY - 30 séances max./an

Adultes et Adolescents - Inscription annuelle - hors adhésion			
Lundi	14h00 à 16h00	272€	CPT1
Mercredi	19h00 à 21h00	272€	CPT2

LE GÉANT DES BEAUX-ARTS



VOS 3 MAGASINS 100% BEAUX-ARTS EN ALSACE

STRASBOURG

KÖENIGSHOFFEN
91 route des Romains
67200 Strasbourg

STRASBOURG

GARE
7-9 rue Kuhn
67000 Strasbourg

MULHOUSE

CENTRE
40 av du Président Kennedy
68100 Mulhouse

geant-beaux-arts.fr

Tout pour l'Artiste

Poterie



Voir la terre prendre forme sous ses doigts, la faire monter, l'élargir, l'affiner, lui donner vie, c'est tout simplement magique. Le modelage, le colombin, la plaque, le façonnage dans la masse, sont autant de techniques qui apportent des sensations différentes. Il n'y a pas de tour à disposition. Attention, les pièces ne seront pas disponibles immédiatement après la fabrication. Il faut compter le temps de séchage, 1^{er} four à 950°, émaillage des pièces, 2^e four à 1050° ou 1250°. En raison des températures élevées, le four est immobilisé à chaque cuisson pendant environ 3 jours.

Par: Attale JOGGERST - 30 séances max./an

Enfants de 8 à 12 ans - Inscription annuelle - hors adhésion			
Mardi	16h30 à 18h00	250€	CPOE
Adultes et Adolescents - Inscription annuelle - hors adhésion			
Mardi	18h00 à 20h00	300€	CPOA
Adultes et Adolescents - Inscription annuelle - hors adhésion			
Jeudi	18h00 à 20h00	300€	CPOA1

Photo Numérique



Ce cours de photographie numérique vous permettra d'apprendre les techniques essentielles pour capturer de magnifiques photos. Nous aborderons les notions de base telles que l'exposition, la composition et la mise au point, ainsi que l'utilisation de Lightroom pour améliorer vos images. Vous apprendrez également à exprimer votre créativité personnelle à travers vos photos. Ce cours est ouvert à tous les niveaux, et il suffit simplement d'avoir un appareil photo ou un téléphone portable pour y participer. Rejoignez-nous pour une expérience photographique passionnante et enrichissante!

Par: Eliana ZAGHIS - 30 séances max./an

Adultes et Adolescents - Inscription annuelle - hors adhésion			
Lundi	19h00 à 20h30	220€ adultes 191€ adolescents	CPHON1

Maximum 12 places.

Photo Argentique



Une initiation au domaine du noir et blanc, système argentique. Développement de films et tirages sur papier. Possession d'un appareil photo (film) souhaitée.

Par: Christian WAGNER - 30 séances max./an

Adultes et Adolescents - Inscription annuelle - hors adhésion

Mardi	20h00 à 22h00	148€	CPHOA
-------	---------------	------	-------

Théâtre



Nos ateliers théâtre se déroulent d'abord dans la convivialité et dans le partage. Les séances ont pour but de développer et d'améliorer le potentiel d'action et d'expression artistique de chacun. En proposant des moments de jeux à partir de consignes et en abordant des textes d'auteurs dramatiques. Ensuite, en fin de saison, il sera proposé de présenter le travail «théâtral» de l'année en public.

Par: Laurent DOLCI - 30 séances max./an

Enfants de 9 à 11 ans - Inscription annuelle - hors adhésion

Mercredi	15h00 à 16h30	240€	CTE1
----------	---------------	------	------

Enfants de 12 à 15 ans - Inscription annuelle - hors adhésion

Mercredi	16h30 à 18h00	240€	CTE2
----------	---------------	------	------

Adultes - Inscription annuelle - hors adhésion

Mercredi	19h30 à 21h30	297€	CTA
----------	---------------	------	-----

Théâtre d'improvisation



Monter sur scène sans savoir à l'avance ce qu'on va faire ou dire, voilà le défi que relèvent les improvisateurs de théâtre. En improvisant sans plan ni texte, on fait émerger sur scène des univers, des histoires et des personnages uniques et éphémères.

Sans cesse lancé sur un sol instable, on entre sans filet dans une création au présent et on semble prendre le risque de la découverte et du renouveau permanent. Le temps de l'action devient alors un terrain de jeu et d'imagination collectif où chaque scène émerge spontanément pour ne plus jamais être reproduite.

Par: Stéphane SCIALOIA - 30 séances max./an

Débutants - à partir de 15 ans (min. 10 pers.) - Inscription annuelle - hors adhésion

Mardi	18h30 à 20h00	139€	CTI1
-------	---------------	------	------

Avancés - à partir de 15 ans (min. 10 pers.) - Inscription annuelle - hors adhésion

Mardi	20h00 à 21h30	139€	CTI2
-------	---------------	------	------

Anglais pour voyager

NEW



Introduction au vocabulaire de voyage comme savoir demander des directions, effectuer des réservations, commander de la nourriture. Discuter des différences culturelles et des coutumes lors des voyages. Enseignement du vocabulaire lié aux situations d'urgence. Exercices et conseils sur la préparation d'un voyage, les conversations de voyage, la présentation d'un itinéraire, etc.

Par : Laura NOFAL - 12 séances max./an

Adultes et Adolescents - à partir de 15 ans - Inscription annuelle - hors adhésion

Atelier du 30/01/25 au 05/06/25

Jeudi	18h30 à 19h50	100€	CAV
-------	---------------	------	-----

Conversation en anglais

WHAT?

Se rencontrer toutes les 2 semaines pour discuter et échanger de vive voix en anglais. Présentations et discussions autour de thèmes d'actualité, d'histoire, d'activités, de loisirs ou tout autre sujet d'intérêt.

Par: William ZIMMERMAN - 15 séances max./an

Adultes et Adolescents - Inscription annuelle - hors adhésion

Jeudi	10h00 à 11h30	59€	CCAN
-------	---------------	-----	------

Première date le jeudi 12 septembre 2024, une fois tous les quinze jours.

Jeux de rôles



Venez découvrir les jeux de rôles, à travers l'univers de Tolkien, de Lovecraft, à l'époque des années 1920 ou encore dans l'espace lointain. Vous pourrez incarner un elfe, un gentilhomme, un enquêteur, un mercenaire de l'espace ou encore un pirate. Vous participerez à des aventures épiques où la gloire, l'honneur mais aussi le respect et convivialité cohabiteront. Forum de l'activité: jdr-mjc.superforum.fr.

Par: Geoffroy DUBS, Pierre Olivier PECCOZ et Pascal RIVIERE

30 séances max./an

Adultes et Adolescents - à partir de 16 ans - Inscription annuelle - hors adhésion

Vendredi	20h00 à 1h00	37€	CJR1
Samedi	14h00 à 19h00	37€	CJR2
Formule 2 séances		53€	CJRD

Couture



Cet atelier proposera des cours de couture et de coupe pour débutant et permettra d'apprendre à se servir d'une machine à coudre. Chaque participant bénéficiera d'un suivi personnalisé en fonction de son projet qu'il aura lui-même choisi. Il sera vu le modélisme, la création et la customisation de vos vêtements, comment faire une retouche et savoir utiliser un patron existant. **Prévoir de ramener sa propre machine.**

Par: Irena BRANCEVIC - 30 séances max./an

Adultes et Adolescents - à partir de 13 ans - Débutants - Inscription annuelle - hors adhésion			
Lundi	18h00 à 19h45	209€	CCO1
Adultes et Adolescents - à partir de 13 ans - Avancés - Inscription annuelle - hors adhésion			
Lundi	19h45 à 21h30	209€	CCO2

Auto-Maquillage



Dans une ambiance conviviale et dynamique, apprenez toutes les techniques de maquillage adaptées à votre morphologie et colorimétrie en fonction des circonstances. Maquillage de jour, de soirée, travail de la bouche et du sourcil, tri de votre trousse de maquillage, adaptation des produits en fonction de votre type de peau (normale, sèche, grasse, mature). Apportez vos propres pinceaux pour le premier cours, Lydie saura vous recommander les indispensables pour la suite.

Par: Lydie IERACE - 1 atelier de 10 séances max./an

Adultes et Adolescents - à partir de 14 ans - Inscription annuelle - hors adhésion			
Atelier du 10/09/24 au 26/11/24			
Mardi	19h00 à 20h30	125€	CAM1

Cuisine



Cours de cuisine destinés à apprendre à cuisiner plus sainement, avec des produits végétaux, de saison, locaux et bio ou tout simplement à égayer la cuisine au quotidien. Prévoir de ramener un tablier, des couteaux de cuisine et une boîte hermétique pour le transport des réalisations.

Par: Haiyan JIN, Christian GRAND et Armelle GRAND-GARCIA

Adultes et Adolescents - Débutants - Atelier Cuisine Asiatique - hors adhésion			
du 07/10/24 au 13/01/25	Lundi de 19h00 à 21h00	211€	CCU2
Adultes et Adolescents - Avancés* - Atelier Cuisine Asiatique - hors adhésion			
du 08/10/24 au 07/01/25	Mardi de 19h00 à 21h00	211€	CCU1
Goûter des enfants - hors adhésion			
les 12/10/24, 16/11/24 et 14/12/24	Samedi 9h00 à 12h00	90€	CCU3
Cuisine Mexicaine - hors adhésion			
les 11/01/25, 01/02/25 et 08/03/25	Samedi 9h00 à 12h00	90€	CCU4

* Réservé à ceux ayant déjà participé à la session débutant à la MJC

Oenologie



Dans le cadre de cette formation, nous aborderons plusieurs facettes de l'oenologie : de la dégustation aux techniques d'élaboration des vins et la découverte des terroirs viticoles de France et d'ailleurs. Des sorties découvertes dans le vignoble ou des dégustations dans des domaines alsaciens pourront ponctuer ces rendez-vous au cours de l'année. Le tout dans une ambiance décontractée.

Au menu pour les débutants : initiation à la dégustation, savoir reconnaître les 5 saveurs et apprécier la complexité d'un vin, les grandes étapes de la fabrication du vin et découverte de terroirs viticoles au travers de dégustations.

Au menu des confirmés : approfondissement des techniques de dégustation : analytique et sensorielle, élaboration des vins blancs, rouges, rosés et effervescents, dégustations autour des principaux terroirs de France (+ quelques surprises) et présentations des techniques culturales viticoles.

Par: Antoine PELLETIER - 10 séances max./an

Adultes - Débutants - Inscription annuelle - hors adhésion			
Jeudi	18h30 à 20h00	258€	COE1
Adultes - Confirmés - Inscription annuelle - hors adhésion			
Jeudi	20h15 à 21h45	279€	COE2
Date des séances pour les 2 niveaux:			
26/09 ; 17/10 ; 21/11 ; 19/12 ; 23/01 ; 27/02 ; 20/03 ; 24/04 ; 22/05 ; 19/06.			



Musique

Au mois de juin un grand concert réunissant les élèves et professeurs des ateliers musicaux de la MJC sera organisé au Grillen de Colmar. Et toujours les auditions de chaque instrument à la fin des cours. Dans le cas d'une absence de l'élève, l'animateur n'a pas obligation de rattraper la séance.

Formation musicale (gratuite)



C'est un cours ouvert à tous les élèves du pôle musical de la MJC. Cela permet d'acquérir des notions musicales adaptées à tous les niveaux par des méthodes différentes. Lecture de notes, rythme, harmonie musique actuelle, étude de partitions, grilles, etc. Jour et horaire seront à définir en début de saison.

Par: Patrice FILLOL - 30 séances max./an

MAO (Musique Assistée par Ordinateur)



Que vous soyez musicien ou non, ce cours vous permettra de découvrir ou d'approfondir la pratique de la Musique Assistée par Ordinateur.

Avec votre propre matériel ou sur les plate-formes équipées de la MJC, vous apprendrez à composer et à enregistrer de la musique dans vos styles favoris. Ce cours vous apportera autant une maîtrise des outils spécifiques à la MAO, que des savoirs musicaux fondamentaux.

Par: Nicolas UHLEN - 30 séances max./an

Adultes et Adolescents - Inscription annuelle - hors adhésion			
Mercredi	19h30 à 21h30	168€	MMAO

Eveil Musical



Pour découvrir le monde de la musique et de nombreux instruments de façon ludique à travers des jeux, des histoires et des chants.

Par: Jeff IMBACH-DRAGO - 30 séances max./an

Enfants de 4 à 6 ans - Inscription annuelle - hors adhésion			
Mercredi	11h00 à 12h00	212€	MEV

Chant



Cours de chant et coaching vocal (pédagogie de Richard Cross et Seth RIGGS). Voix parlée et chantée. Tous répertoires du classique à la musique actuelle. Cours individuels de 30 min ou d'une heure par groupe de 2, 3 ou 4.

Par: Daria KONAKOVA - 30 séances max./an

De 6 à 17 ans (30 mn) - Inscription annuelle - hors adhésion		
Du lundi au samedi	515€	MCHJ
A partir de 18 ans (30 mn) - Inscription annuelle - hors adhésion		
Du lundi au samedi	555€	MCHA
GROUPE (1 h)		
Enfants à partir de 6 ans, Adolescents et Adultes - Inscription annuelle - hors adhésion		
Groupe de 2	460€	MCHG2
Groupe de 3	360€	MCHG3
Groupe de 4	258€	MCHG4

Inscription aux cours: Jeudi 5 septembre à partir de 17h pour les anciens élèves et à partir de 18h pour les nouveaux élèves.

Guitare / Chant



Cours collectif à 3 de 1h pour les guitaristes chanteurs. Apprendre à accompagner son chant à la guitare en développant les différentes techniques. Niveau requis: pratiquer des accords (barrés en voie d'acquisition).

Par: Jeff IMBACH-DRAGO et Patrice FILLOL - 30 séances max./an

Adultes et Enfants - Inscription annuelle - hors adhésion		
Du lundi au vendredi	470€	MGC

Inscription aux cours: Lundi 2 septembre à partir de 17h pour les anciens élèves et à partir de 18h pour les nouveaux élèves.

LE SPÉCIALISTE DES ASSURANCES PROFESSIONNELLES

43 Grand'Rue 68000 COLMAR - Tél: 03 89 24 25 24



ASSURANCES
SPIESSER



Guitare



Guitare acoustique et électrique, enseignement moderne. Débutants ou avancés. Cours individuels: 30 min; progression par groupe de 2 personnes ou de 3 personnes (sous réserve): 45 min.
Par: Jeff IMBACH-DRAGO et Patrice FILLOL - 30 séances max./an

Groupe de 2 élèves à partir de 9 ans - Inscription annuelle - hors adhésion		
Du lundi au vendredi	430€	MGUG2
Groupe de 3 élèves à partir de 9 ans - Inscription annuelle - hors adhésion		
Du lundi au vendredi	355€	MGUG3
Individuel jusqu'à 17 ans - Inscription annuelle - hors adhésion		
Du lundi au vendredi	490€	MGUE
Individuel à partir de 18 ans - Inscription annuelle - hors adhésion		
Du lundi au vendredi	530€	MGUA

Inscription aux cours: Lundi 2 septembre à partir de 17h pour les anciens élèves et à partir de 18h pour les nouveaux élèves.

Guitare Basse / Contrebasse



Apprendre ou approfondir la pratique de la basse électrique et de la contrebasse, acquérir une bonne maîtrise des réflexes musicaux et techniques, développer une culture musicale large et variée, donner les moyens à l'élève de développer sa propre personnalité musicale. Cours individuels de 30 min, cours en groupe de 45 min.

Par: Jeff IMBACH-DRAGO - 30 séances max./an

Individuel jusqu'à 17 ans - Inscription annuelle - hors adhésion		
Mardi	490€	MGBE
Individuel à partir de 18 ans - Inscription annuelle - hors adhésion		
Mardi	530€	MGBA
Groupe de 2 élèves - Inscription annuelle - hors adhésion		
Mardi	430€	MGBG2
Groupe de 3 élèves - Inscription annuelle - hors adhésion		
Mardi	355€	MGBG3

Inscription aux cours: Lundi 2 septembre à partir de 17h pour les anciens élèves et à partir de 18h pour les nouveaux élèves.

Batterie



Tous niveaux (débutants à avancés), tous styles musicaux (rock, jazz, reggae, electro, métal, funk, afro-cubain...). Cours individuels de 30 mn ou 1h à 2.

Par: Nicolas UHLEN - 30 séances max./an

Jusqu'à 17 ans (30 mn) - Inscription annuelle - hors adhésion		
Du mardi au samedi	515€	MBATE
A partir de 18 ans (30 mn) - Inscription annuelle - hors adhésion		
Du mardi au samedi	555€	MBATA
Adultes et Enfants - Groupe 2 (1 h) - Inscription annuelle - hors adhésion		
Du mardi au samedi	560€	MBATG

Inscription aux cours: Mardi 3 septembre à partir de 17h pour les anciens élèves et à partir de 18h pour les nouveaux élèves.



MICHELSONNE

300 M² D'EXPOSITION

POUR TROUVER L'INSTRUMENT DE VOS RÊVES

GUITARES | PIANOS NUMÉRIQUE
 PERCUSSIONS | SONORISATION | INSTRUMENTS À VENT
 LOCATION D'ÉQUIPEMENTS SCÉNIQUES

Violon



Initiation (mémorisation, travail de l'oreille, jeu rythmique...). Approfondissement de l'interprétation musicale et de la technique instrumentale par le biais des pièces du répertoire et du support CD. Musique traditionnelle (irlandais). Approche du jazz (sur partition). Cours individuels de 30 min ou une heure à 2 ou à 3.

Par: Béatrice BEKAERT - 30 séances max./an

Jusqu'à 17 ans (30 mn) - Inscription annuelle - hors adhésion		
Lundi et samedi	515€	MVIE
A partir de 18 ans (30 mn) - Inscription annuelle - hors adhésion		
Lundi et samedi	555€	MVIA
Jusqu'à 17 ans - Groupe 2 (1 h) - Inscription annuelle - hors adhésion		
Lundi et samedi	580€	MVIEG2
A partir de 18 ans - Groupe 2 (1 h) - Inscription annuelle - hors adhésion		
Lundi et samedi	620€	MVIAG2
Jusqu'à 17 ans - Groupe 3 (1 h) - Inscription annuelle - hors adhésion		
Lundi et samedi	410€	MVIEG3
A partir de 18 ans - Groupe 3 (1 h) - Inscription annuelle - hors adhésion		
Lundi et samedi	460€	MVIAG3

Inscription aux cours: Lundi 2 septembre à 18h.

INSTITUT DE
L'ASSOMPTION
de la maternelle au collège

DEVELOPPER SA MOTIVATION

"Découvrez l'excellence éducative alliant la solidité des fondamentaux, et l'ouverture à l'international !"

03.89.41.23.48
www.assumptioncolmar.fr

LABEL
**OUVERTURE
INTERNATIONALE**
ENSEIGNEMENT CATHOLIQUE

COLLEGE

ECOLE

Piano



Enseignement ouvert à tous styles musicaux. Pour les débutants, les notions de solfège sont intégrées au cours. Cours individuels de 30 minutes.

Par: Anne-Sophie SCHWEIGER - 30 séances max./an

Jusqu'à 17 ans - Inscription annuelle - hors adhésion

Lundi au vendredi	515€	MPIE
-------------------	------	------

A partir de 18 ans - Inscription annuelle - hors adhésion

Lundi au vendredi	555€	MPIA
-------------------	------	------

Inscription aux cours: Jeudi 5 septembre à partir de 17h pour les anciens élèves et à partir de 18h pour les nouveaux élèves.

Synthétiseur



Développer une technique pianistique et explorer l'univers sonore de manière ludique. Mettre en place un répertoire. Découvrir de manière différente le monde des claviers. Cours individuels de 30 mn.

Par: Jeff IMBACH-DRAGO - 30 séances max./an

Individuel jusqu'à 17 ans - Inscription annuelle - hors adhésion

Mardi	490€	MSYE
-------	------	------

Individuel à partir de 18 ans - Inscription annuelle - hors adhésion

Mardi	530€	MSYA
-------	------	------

Inscription aux cours: Lundi 2 septembre à partir de 17h pour les anciens élèves et à partir de 18h pour les nouveaux élèves.

Atelier Jazz et Musiques actuelles



Venez explorer le répertoire électrique du 20^{ème} et 21^{ème} siècle!!!! Rock Blues Soul Funk et bien d'autres!!!

Par: Jeff IMBACH-DRAGO - 30 séances max./an

Adultes et Adolescents à partir de 14 ans - Inscription annuelle - hors adhésion

Mardi	20h00 à 21h30	79€ si autre activité musicale (instrument-chant) à la MJC, 182€ si pas d'autre activité musicale à la MJC.	MAJ
-------	---------------	--	-----

*Yamaha
Fazer
Pearl River
Ritmüller
Hoffman
W. Steinberg*

PIANOS

ADES PRESTEL

METZ | COLMAR | STRASBOURG

www.pianos-ades-prestel.fr



ADES PRETEL,
*au quotidien, nous construisons
avec vous votre jeu*

COLMAR

Exposition 200m²
Vente neuf ou occasion, location
Accord, entretien, réparation

183, route de Colmar 68 040 Ingersheim
Du mardi au vendredi : 9h-12h et 14h-19h
Samedi : 9h-12h et 14h-18h
+33(0)3 89 27 36 77
pianos.ades@wanadoo.fr

Danse Parent Enfant



Cet atelier de danse permettra de redécouvrir la connivence gestuelle entre la mère et son enfant; ce sera une découverte, une démarche, une approche individuelle et collective de l'émotion physique.

Des mouvements harmonieux et des exercices accessibles à tous, permettront un travail sans appréhension. Le côté ludique et humoristique offrira aux participants une approche différente de la danse au travers de sensations, d'émotions, d'envies,...

Par: Philippe VALLOTTON - 30 séances max./an - Gala le 13 ou 14 juin 2025

Enfants de 4 à 6 ans - Inscription annuelle - hors adhésion

Mercredi	18h00 à 19h00	192€ (pour les 2)	DPE
----------	---------------	-------------------	-----

Danse Eveil corporel



Ces ateliers chorégraphiques proposent une approche de la danse par des mouvements du quotidien, ainsi qu'une démarche ludique faisant appel à la création, l'imagination, l'écoute. Ils développeront la pratique de la danse dans son ensemble sans spécialisation.

Par: Serap YILMAZ RIGAULT - 30 séances max./an - Gala le 13 ou 14 juin 2025

Enfants de 4 à 5 ans - Débutants - Inscription annuelle - hors adhésion

Jeudi	16h30 à 17h30	199€	DDEC
-------	---------------	------	------

Enfants de 6 à 7 ans - Initiation - Inscription annuelle - hors adhésion

Jeudi	17h30 à 18h30	199€	DDEC1
-------	---------------	------	-------

Danse Hip-Hop



La danse hip hop est une culture, un mode de vie, un moyen de s'exprimer et une manière d'être. C'est aussi un univers enrichissant entre chorégraphies techniques et fondamentaux, cette danse vous apportera beaucoup d'expériences corporelles et une certaine liberté d'être soi-même. Chaussures de salle obligatoires.

Par : Suzakudance - 30 séances max./an - **Gala le 13 ou 14 juin 2025**

Enfants de 7 à 10 ans - Débutants - Inscription annuelle - hors adhésion			
Mercredi	10h15 à 11h15	136€	DHHD1
Enfants de 7 à 11 ans - Avancés - Inscription annuelle - hors adhésion			
Mercredi	11h15 à 12h30	156€	DHHA1
Adolescents de 11 à 17 ans - Avancés - Inscription annuelle - hors adhésion			
Mercredi	13h25 à 14h55	186€	DHHA2
Adolescents de 11 à 17 ans - Débutants - Inscription annuelle - hors adhésion			
Mercredi	16h45 à 18h00	156€	DHHD2
Adultes - Inscription annuelle - hors adhésion			
Mercredi	20h30 à 22h00	202€	DHHA3



**INSTITUT DE
l'ASSOMPTION**
de la maternelle au collège

A l'Assomption, développer sa motivation

Solidité des fondamentaux

Un projet pour tous !

Bilingue Français Allemand

Ecole d'anglais - 6e Euro Anglais

Aide aux devoirs - Activités Sportives



De la Maternelle au Collège !

Inscription sur rendez-vous au 03.89.41.23.48

<https://www.assomptioncolmar.fr/>



-50% sur le 2^{ème} cours le moins cher par danseur.

Danse Modern Jazz



Modernes ou traditionnelles, les danses jazz puissent leurs influences et leurs inspirations dans les cultures musicales du jazz qui sont liées au gospel, blues, soul, funk mais aussi dans les musiques latines, africaines et électro-acoustiques. Tout comme le chanteur qui aborde ses gammes et ses couleurs, le danseur se plie aux mêmes règles afin de connaître les principes de la danse et du danser jazz. Chaussons de danse obligatoires.

Par: Tetiana BARDADYM - 30 séances max./an - Gala le 13 ou 14 juin 2025

Enfants de 8 à 12 ans - Inscription annuelle - hors adhésion			
Lundi	17h10 à 18h10	227€	DJE
Adolescents à partir de 13 ans - Inscription annuelle - hors adhésion			
Lundi	18h10 à 19h25	237€	DJJ
Adultes - Inscription annuelle - hors adhésion			
Lundi	19h30 à 21h00	242€	DJA1

Danse Orientale



Cours de danse orientale pour toutes les femmes à partir de 14 ans. Tonique, sensuelle et raffinée, la danse orientale implique le corps tout entier et réconcilie la grâce, le sentiment et l'énergie créatrice féminine.

Cette danse aide la femme à accepter son corps tel qu'il est et à lui faire confiance pour un mieux-être physique et psychologique dans une ambiance conviviale. Chaussures de salle obligatoires.

Par: Serap YILMAZ RIGAULT - 30 séances max./an - Gala le 13 ou 14 juin 2025

Adultes et Adolescents - Inscription annuelle - hors adhésion			
Jeudi	19h30 à 21h00	202€	DOD

Danse classique



Avec une approche poétique, ludique et rythmique, l'enfant apprend à se situer, se mouvoir dans l'espace et à développer sa créativité à travers l'improvisation. Par la suite, s'y ajoutent des notions techniques, placement du corps, exercices à la barre, indispensables à la pratique de la danse classique. Les justaucorps seront commandés en groupe par Stéphanie.

Par: Stéphanie DURELLI - 30 séances max./an - Gala le 13 ou 14 juin 2025

Eveil 1 + 2 (4-5 ans) - Inscription annuelle - hors adhésion			
Lundi	16h40 à 17h25	181€	DEC1
Initiation (6-7 ans) - Inscription annuelle - hors adhésion			
Vendredi	16h45 à 17h45	237€	DIC1
Préparatoire (7-8 ans) - Inscription annuelle - hors adhésion			
Mardi	16h45 à 17h45	237€	DPC1
Elémentaire 1 (8-9 ans) - Inscription annuelle - hors adhésion			
Mercredi	9h00 à 10h00	237€	DCLE1
Elémentaire 2 (9-10 ans) - Inscription annuelle - hors adhésion			
Vendredi	17h45 à 18h45	237€	DCLE2
Moyens 1 (10-12 ans) - Inscription annuelle - hors adhésion			
Lundi	17h25 à 18h25	237€	DCLEM1
Moyens 2 (12-13 ans) - Inscription annuelle - hors adhésion			
Mercredi	14h30 à 15h45	247€	DCLEM2
Avancés 1 (13-14 ans) - Inscription annuelle - hors adhésion			
Mercredi	15h45 à 17h00	247€	DCLAV1
Avancés 2 (14-15 ans) - Inscription annuelle - hors adhésion			
Mercredi	17h00 à 18h30	247€	DCLAV2
Avancés 3 (15-16 ans) - Inscription annuelle - hors adhésion			
Mardi	18h00 à 19h30	247€	DCLAV3
Adultes (à partir de 16 ans) Niveau moyen - Inscription annuelle - hors adhésion			
Vendredi	18h45 à 20h00	247€	DCLA
Pointes (4 ans de danse classique minimum) - Inscription annuelle - hors adhésion			
Les samedis 14/09; 28/09; 12/10; 09/11; 23/11; 07/12; 11/01; 25/01; 01/02; 01/03; 15/03; 29/03; 26/04; 17/05 et 24/05	Pointes 1 pour moyens (11-12 ans)		
	10h00 à 11h00	150€	DCLP1
	Pointes 2 pour avancés (12-17 ans)		
	11h00 à 12h00	150€	DCLP2

-50% sur le 2^{ème} cours le moins cher par danseur.

Danse Contemporaine



C'est une danse basée sur le ressenti propre du corps et du mouvement. Elle est liée à l'émotion du geste, à sa respiration. Par de nombreux exercices techniques, nous explorerons toutes les possibilités de cette danse... dans ses dynamiques, son rapport au sol et ses différentes qualités corporelles. Le tout, dans l'énergie et la bonne humeur.

Par: Philippe VALLOTTON - 30 séances max./an - Gala le 13 ou 14 juin 2025

Adultes et Adolescents à partir de 14 ans - Inscription annuelle - hors adhésion			
Mercredi	19h15 à 20h30	176€	DCON

Danse Country



Venez découvrir la danse country, vous apprendrez à danser sur des styles de musiques très variés. On privilégiera les danses des playlists des orchestres country de la région et de l'inter-clubs country du Grand Est. Les cours intermédiaires s'adressent aux danseurs pratiquants déjà régulièrement des danses débutantes et novices. Vous perfectionnerez vos connaissances et votre technique dans la bonne humeur du groupe. Chaussures de salle obligatoires.

Par: Philippe FUGER - 30 séances max./an - Gala le 13 ou 14 juin 2025

Adultes et Adolescents à partir de 15 ans Débutants - Inscription annuelle - hors adhésion			
Mardi	18h30 à 19h45	171€	DCOU1
Adultes et Adolescents à partir de 15 ans Intermédiaires - Inscription annuelle - hors adhésion			
Mardi	19h45 à 21h15	202€	DCOU2

Vialis

POUR VOTRE MIEL,
CE SONT LES RUCHES DE MARIE,
DANS LE VILLAGE D'À CÔTÉ.

ET POUR VOTRE
ABONNEMENT TÉLÉCOMS ?

TELECOMS.VIALIS.NET

TV, INTERNET
ET TÉLÉPHONIE

RCIS Colmar B 451 279 848 - Code APE 35142 - 03/2024

-50% sur le 2^{ème} cours le moins cher par danseur.

Danse Caraïbes



La danse Caraïbes c'est la culture, les rythmes et danses originaires des Antilles mais d'inspiration africaine, un pur voyage musical et dansé! On travaillera la coordination, la posture, le style et l'élégance tout en développant le sens du rythme, la souplesse, la prise de conscience et l'écoute de son corps. Une belle découverte sensorielle et corporelle! Une discipline chorégraphique qui s'adresse à tous sur des rythmes de zouk, gwoka, maloya et africains.

Par: **Cynthia BOESCH** - 30 séances max./an - Gala le 13 ou 14 juin 2025

Adultes et Adolescents à partir de 16 ans - Inscription annuelle - hors adhésion

Mardi	19h30 à 20h45	214€	DLC
-------	---------------	------	-----

Danse Glam'Dance



Le glam'dance est un cours qui vous permet de varier les plaisirs tout au long de l'année, pour explorer toutes les facettes de sa sensualité. Peu importe votre niveau de danse et votre sexe, il est ouvert à tous. Avec des inspirations variées telles que la chair dance (danse sur chaise), les danses latines, le cabaret, le street jazz, vous vibrerez la sensualité, la douceur, le sexy, l'affirmation de soi, tout cela dans une ambiance détendue et bienveillante. Chaussures de salle obligatoires.

Par: **Olivia SOMEIL** - 30 séances max./an - Gala le 13 ou 14 juin 2025

Adultes et Adolescents à partir de 16 ans - Inscription annuelle - hors adhésion

Mardi	12h20 à 13h40	176€	DGD
-------	---------------	------	-----

Danse Rock



Le rock trouve ses origines dans le rock'n'roll qui devient populaire dans les années 40 et 50. Celui-ci est issu de la rencontre de la musique afro-américaine (blues, gospel) et la musique country. Venez découvrir cette danse énergétique, indémodable et incontournable. Ce cours vous permettra d'apprendre un nouveau style de danse dans une ambiance conviviale, d'acquérir des nouvelles bases, de vous rythmer et de pratiquer des figures et des jeux de jambes. Le rock vous permettra de danser en beaucoup d'occasions sociales et festives.

Par: **ZOLI** - 30 séances max./an - Gala le 13 ou 14 juin 2025

Adultes et Adolescents à partir de 14 ans Débutants - Inscription annuelle - hors adhésion

Vendredi	18h00 à 19h15	195€	DRO1
----------	---------------	------	------

Adultes et Adolescents à partir de 14 ans Avancés - Inscription annuelle - hors adhésion

Vendredi	19h15 à 20h30	195€	DRO2
----------	---------------	------	------

-50% sur le 2^{ème} cours le moins cher par danseur.

Danse Salsa Portoricaine



1,2,3 5,6,7. Commencez à faire quelques pas de Salsa et entrez dans la grande famille des Salseros et Salseras où vous combinerez plaisir de la danse et musique. Que vous soyez en couple, entre amis ou solo vous découvrirez cette danse latine de couple.

Nous vous proposons des cours de salsa portoricaine de différents niveaux. Le style portoricain se distingue par une danse dite en ligne avec de nombreux jeux de jambes, appelés «shines». Vous aurez des moments en solo et en duo.

Chaussures de salle obligatoires. L'inscription par couple n'est pas obligatoire.

Par: Adel DASS AMIOUR - 30 séances max./an - Gala le 13 ou 14 juin 2025

Adultes et Adolescents à partir de 13 ans Avancés - Inscription annuelle - hors adhésion			
Lundi	19h00 à 20h30	217€	DSA1
Adultes et Adolescents à partir de 13 ans Débutants - Inscription annuelle - hors adhésion			
Mardi	19h00 à 20h30	217€	DSA2

Danse Bachata



La bachata est un rythme dansant originaire de la République Dominicaine. Le mouvement de danse est simple. Il s'agit d'une série de pas simples sur 8 temps, reproduisant un mouvement d'avant en arrière, ou d'un côté à l'autre. Cette danse latine de couple véritablement amusante et sensuelle, pleine de bonne humeur et de chaleur vous invitera à découvrir ses différents styles (traditionnel, sensuel, moderne ou dominicain). Chaussures de salle obligatoires. L'inscription par couple n'est pas obligatoire.

Par: Adel DASS AMIOUR - 30 séances max./an - Gala le 13 ou 14 juin 2025

Adultes Avancés - Inscription annuelle - hors adhésion			
Lundi	20h30 à 22h00	217€	DBA1
Adultes Débutants - Inscription annuelle - hors adhésion			
Mardi	20h30 à 22h00	217€	DBA2

Danse de Salon



Pour s'initier ou se perfectionner aux danses de société: salsa cubaine, rock, chacha, valse, tango... Inscription par couple. Chaussures de salle obligatoires.

Par: Arnaud BARSCH - 30 séances max./an - Gala le 13 ou 14 juin 2025

Avancés - Inscription annuelle - hors adhésion

Mercredi	19h30 à 20h30	156€	DDSA
----------	---------------	------	------

Débutants - Inscription annuelle - hors adhésion

Mercredi	20h30 à 21h30	156€	DDSD
----------	---------------	------	------

Danse Lindy Hop



Venez découvrir cette danse de couple. Vous n'avez jamais dansé le lindy hop, mais vous souhaitez apprendre les bases de ce chef de file des danses swing. Ce cours est fait pour vous! C'est la danse de couple Swing par excellence. Elle se danse sur de la musique Jazz, Swing et Rhythm & Blues.

Ce sont des musiques très enjouées et dynamiques qui vous accompagnent tout au long de vos cours. Chaussures de salle obligatoires. L'inscription par couple n'est pas obligatoire.

Par: Vincenzino LANZAFAME - 30 séances max./an - Gala le 13 ou 14 juin 2025

Adultes et Adolescents à partir de 13 ans - Inscription annuelle - hors adhésion

Mercredi	20h00 à 21h00	170€	DLH
----------	---------------	------	-----

Danse West Coast Swing



Venez découvrir cette danse pratiquée par toutes les générations. Une danse de couple qui permet l'interprétation de la musique et qui laisse libre cours à la sensualité par son adaptation à tous les styles musicaux tels que le blues, le funky, le disco, la Pop, le R'n'B ainsi que le jazz. Chaussures de salle obligatoires. L'inscription par couple n'est pas obligatoire.

Par: Vincenzino LANZAFAME - 30 séances max./an - Gala le 13 ou 14 juin 2025

Adultes et Adolescents à partir de 13 ans - Inscription annuelle - hors adhésion

Mercredi	21h00 à 22h00	170€	DWCS
----------	---------------	------	------

Stage Cabaret



Quand on dit «cabaret» on pense aux plumes et aux strass, au chapeau claque et à la canne, ou aux mouvements chaloupés. Bien sûr c'est tout cela, mais pas que. C'est aussi visiter des airs qui vont de la comédie musicale d'après-guerre à nos jours; des musiques du monde (ballet russe, oriental ou flamenco) ou à thème (années 60,80, carnavalesques) et bien sûr les musiques actuelles. La danse de cabaret permet un répertoire multiple et connu du grand public. Chaussures de salle obligatoires.

Par: Liliane TAGLANG

Adultes et Adolescents à partir de 16 ans - Pas d'adhésion			
Dimanche 19 janvier 2025	13h45 à 15h15	15€	DSC

Stage Effeuillage Burlesque



Vous apprendrez toutes les bases de l'effeuillage à savoir comment enlever un gant avec humour, l'autre avec glamour, comment ôter ses bas, les mimiques et autres expressions du visage des pin-ups, les démarches, etc... Il sera vu aussi de la danse avec des éventails de plumes géants (façon burlesque). Ainsi qu'une chorégraphie simple qui reprend tout ce que vous aurez appris. **Tenue à prévoir** : des gants longs, un ensemble de lingerie bas-porte jarretelle-culotte-soutien-gorge, une paire de caches tétons ou 2 soutiens-gorge pour les plus pudiques, une jupe et un chemisier. (Eventails fournis).

Stage réservé aux femmes et effectué dans une salle sans vis-à-vis.

Par: Luna MOKA

Adultes - Pas d'adhésion			
Dimanche 19 janvier 2025	15h30 à 18h30	35€	DSEB

Stage Rock



Venez faire vos premiers pas de rock et apprendre des passes que vous assemblerez selon votre composition. L'objectif est d'acquérir une base solide, qui associée au guidage, vous apporteront rapidement le plaisir de danser le rock'n roll dans une ambiance conviviale et détendue. Niveau débutant. L'inscription par couple n'est pas obligatoire. Chaussures de salle obligatoires.

Par: ZOLI

Adultes et Adolescents à partir de 14 ans - Pas d'adhésion			
Dimanche 25 mai 2025	10h à 12h et de 13h à 15h	40€	DSR

-50% sur le 2^{ème} cours le moins cher par danseur.

Qi Gong



Arts de santé millénaire, le Qi Gong offre une palette d'exercices statiques et dynamiques, de respiration, d'auto-massages, de relaxation... C'est un trésor où chacun peut aller puiser, sans restriction d'âge ou de condition physique.

Par : **Yolande GONZALEZ** - 30 séances max./an

Adultes - Inscription annuelle - hors adhésion

Mardi	9h00 à 10h30	217€	BEQ1
Jeudi	14h00 à 15h30	217€	BEQ2

Yoga



Le yoga proposé est basé sur un travail postural, des enchaînements et la maîtrise du souffle. Cette technique corporelle développe l'aisance physique, la concentration et libère la circulation d'énergie. La régularité de la pratique du yoga entraîne le retour au calme intérieur favorisé par un temps de relaxation en fin de cours.

Le cours spécial dos permettra de placer une attention particulière au bien-être du dos.

Par: **Florence OSMONT** - 30 séances max./an

Adultes et Adolescents à partir de 15 ans - Inscription annuelle - hors adhésion

Lundi	18h30 à 19h45	195€	BEYO1
Lundi	19h45 à 21h00	195€	BEYO2
Jeudi	19h00 à 20h30	232€	BEYO3
Vendredi	10h00 à 11h30	232€	BEYO4

Spécial Dos - Inscription annuelle - hors adhésion

Vendredi	14h00 à 15h30	232€	BEYO5
----------	---------------	------	-------

*Jean-Marc
Boeckler
Architecte Dplg*



13, route de Wintzenheim

68000 Colmar

tél. 03 89 80 39 61 / 06 07 99 52 14

jeanmarc.boeckler@orange.fr

Yoga Vinyasa



Vinyasa signifie synchronisation du mouvement sur la respiration. «Nyasa» se traduit par placer, «Vi» d'une manière spécifique. Le yoga vinyasa repose sur les principes traditionnels du yoga et permet de composer la séance (Sadhana) en fonction du public, du niveau de pratique et de personnaliser les cours.

Ainsi il sera proposé des séances avec des thèmes (bhavana) très variés, comme par exemple: l'ancrage, la confiance en soi, le renforcement du dos, le travail sur la ceinture abdominale, le travail sur le souffle (pranayama). Le yoga Vinyasa de la lignée de Sri Krishnamarcharia permet de réduire les tensions et d'être en bonne santé: le mental devient notre serviteur, le mouvement du corps prenant progressivement appui sur le souffle, les tensions se dénouent, on acquiert force, légèreté et stabilité. Une règle d'or: «Ce n'est pas la personne qui doit s'adapter au yoga, mais le yoga qui doit s'adapter à la personne». Prévoir une serviette.

Par: Sandrine VERWAERDE - 30 séances max./an

Adultes et Adolescents à partir de 16 ans - Inscription annuelle - hors adhésion			
Mercredi	11h00 à 12h00	156€	BEYV

Méditation en yoga



La méditation proposée s'appuie sur l'attention à la respiration pour entrer en contact avec son corps et s'installer dans la pleine présence de soi. Plusieurs exercices respiratoires seront proposés afin de diminuer le flux des pensées. Prévoir une serviette et une tenue souple de préférence.

Par: Florence OSMONT - 30 séances max./an

Adultes et Adolescents à partir de 16 ans - Inscription annuelle - hors adhésion			
Lundi	12h20 à 13h20	156€	BEM



Tél. 03 89 24 38 97 - www.huskyfrance.com

Yoga - Danse



Le yoga danse est une discipline dans laquelle on travaille diverses qualités: souplesse, grâce, renforcement et travail cardio-vasculaire. Le cours se compose en 3 parties: d'abord un échauffement mêlant techniques de renforcement, type pilates, assouplissements et postures de yoga.

Ensuite la partie chorégraphique, qui consiste à apprendre puis enchaîner des postures de yoga qui sont liées entre elles de façon fluide par des mouvements de danse. Puis on termine le cours par quelques minutes de relaxation. Prévoir une serviette.

Par : **Lucie DOLMAIRE - 30 séances max./an**

Adultes et Adolescents à partir de 16 ans - Inscription annuelle - hors adhésion			
Mardi	17h55 à 18h55	166€	BEYD

Sophrologie / Gestion du stress



La sophrologie est une méthode d'entraînement basé sur des techniques de relaxation, d'activation du corps et du mental: renforcement des attitudes positives, gestion des émotions négatives, développement de nos capacités. Nous apprenons à développer un mieux-être.

Nous découvrons comment nous entraîner à mieux gérer notre stress personnel et professionnel au quotidien.

Par: **Annie LEMIRE - 30 séances max./an**

Adultes - Inscription annuelle - hors adhésion			
Lundi	17h55 à 18h55	166€	BES1

Tai Ji Quan



Le Tai Ji Quan (ou Tai Chi Chuan) est un art martial chinois interne. Cette discipline n'implique aucune compétition ou comparaison, elle est une attention à soi et à l'autre. La forme Yang en 81 mouvements composée de 3 parties est une série de gestes qui équilibre l'ensemble du corps par la perception des ressentis, la conduite du souffle et celle de notre énergie interne. Il renforce notre lien avec notre environnement ;

Par : **Danièle BAUMANN - 30 séances max./an**

Adultes et Adolescents à partir de 16 ans - Inscription annuelle - hors adhésion			
Débutants			
Vendredi	18h30 à 20h00	186€	BETJ1
Intermédiaires			
Vendredi	20h15 à 21h45	186€	BETJ2

Gymnastique Fitness

Zumba



Les cours de Zumba offrent des rythmes exotiques sur fond de rythmes latins et internationaux bourrés d'énergie. Avant même de vous en rendre compte, vous retrouverez la forme et ferez le plein d'énergie! C'est facile, efficace et absolument exaltant. Chaussures de salle obligatoires. Certificat médical obligatoire. Par:

Anaïs LUDWIG - 30 séances max./an

Adultes et Adolescents - Inscription annuelle - hors adhésion			
Jeudi	12h20 à 13h20	166€	GFZ

C.A.F. (Cuisses, Abdos, Fessiers)



Le CAF est un cours de renforcement musculaire où l'on va tonifier les cuisses, les abdominaux et les fessiers dans une ambiance dynamique et conviviale. Aucun niveau de départ n'est requis. Tenue de sport et baskets propres sont obligatoires. Certificat médical obligatoire.

Par: Rislène SALOMON - 30 séances max./an

Adultes et Adolescents - Inscription annuelle - hors adhésion			
Lundi	12h20 à 13h20	166€	NEW GFCAF1
Adultes et Adolescents - Inscription annuelle - hors adhésion			
Vendredi	12h20 à 13h20	166€	GFCAF2

Intervalles Training



Cours intensif permettant de brûler un maximum de calories grâce à des séries d'exercices cardio-vasculaires entrecoupées par des temps de poses variables. On retrouve également des enchaînements favorisant le renforcement musculaire et la tonification de l'ensemble du corps. Prévoir une bouteille d'eau et une serviette. Chaussures de salle obligatoires. Certificat médical obligatoire.

Par : Lucie DOLMAIRE - 30 séances max./an

Adultes et Adolescents - Inscription annuelle - hors adhésion			
Jeudi	19h30 à 20h30	166€	GFIT

Step



Le step est une activité chorégraphique où l'on utilise la musique comme un support pédagogique.

Les bienfaits du cours de step sont nombreux: amélioration cognitives (mémorisation, interprétation des infos, logique), amélioration de la psycho-motricité (coordination, proprioception, rythme), dépense énergétique de façon ludique, permet d'améliorer la capacité cardio-respiratoire (meilleure soutenance à l'effort et meilleure récupération), prévention de la sédentarité, activité exutoire.

Cours accessible à tous quel que soit le niveau sportif. Chaussures de salle obligatoires. Certificat médical obligatoire.

Par : Lucie DOLMAIRE - 30 séances max./an

Adultes et Adolescents à partir de 15 ans Débutants - Inscription annuelle - hors adhésion			
Jeudi	18h30 à 19h30	166€	GFS1
Adultes et Adolescents à partir de 15 ans Intermédiaires - Inscription annuelle - hors adhésion			
Jeudi	20h30 à 21h30	166€	GFS2

Gymnastique/Stretching



Gymnastique: une gym d'entretien, d'intensité modérée, axée sur le renforcement musculaire, la souplesse, l'équilibre et la coordination. Mobilisation globale du corps par des exercices variés, contrôlés, accessibles à tous. Utilisation de matériel (bâtons, anneaux de renforcement musculaire «pilates ring»).

Stretching: S'étirer est un geste naturel, une façon simple et efficace de détendre les muscles et de revigorer le corps. Le stretching est une excellente façon d'améliorer sa forme et son agilité en gagnant en énergie et concentration. Assouplissement des muscles, amélioration de la posture, libération des tensions, prévention des maladies chroniques, le stretching est à consommer sans modération! Chaussures de salle obligatoires. Certificat médical obligatoire.

Par: Lucie DOLMAIRE et Rislène SALOMON puis Sarah CAPPELLO -30 séances max./an

Inscription annuelle - hors adhésion			
Gymnastique	Mardi 08h30 à 09h30	166€	GFGY1
Stretching	Mardi 09h35 à 10h35	166€	GFGY2
Gymnastique	Jeudi 17h30 à 18h30	166€	GFGY3

Gymnastique Fitness

Pilates



C'est une méthode de renforcement qui se pratique au sol sur tapis et qui a pour objectif de renforcer les muscles profonds basé sur le Centre, responsable de notre posture. Elle améliore la conscience de son corps. Tenue souple et confortable, se pratique en chaussettes. Prévoir une bouteille d'eau et une serviette.

Certificat médical obligatoire.

Par: Lucie DOLMAIRE et Marie José CABERO - 30 séances max./an

Adultes et Adolescents à partir de 15 ans Débutants - Inscription annuelle - hors adhésion				
Mardi		13h40 à 14h40	166€	GFPIL
Mardi	NEW	16h55 à 17h55	166€	GFPIL1
Mercredi		10h00 à 11h00	166€	GFPIL2
Adultes et Adolescents à partir de 15 ans Intermédiaires - Inscription annuelle - hors adhésion				
Mardi		11h00 à 12h00	166€	GFPIL3

«Une énergie propre
pour un développement durable»

SOCIETE COLMARIENNE DE CHAUFFAGE URBAIN



16 rue Henry Wilhelm - 68027 COLMAR cedex

Tél. : 03 89 41 01 57 – Fax : 03 89 23 90 83

mail: info@sccu-colmar.fr



«Une énergie propre
pour un développement durable»

**SOCIETE COLMARIENNE
DE CHAUFFAGE URBAIN**



16 rue Henry Wilhelm - 68027 COLMAR cedex
Tél. : 03 89 41 01 57 – Fax : 03 89 23 90 83
mail: info@sccu-colmar.fr



Être utile, c'est accompagner 8 champions du Grand Est jusqu'au bout de leurs rêves.

Clients, collaborateurs, administrateurs, nous sommes tous derrière eux pour les Jeux Olympiques et Paralympiques de Paris 2024.

 **CAISSE D'EPARGNE**
Grand Est Europe

Communication à caractère publicitaire et sans valeur contractuelle.

Caisse d'Epargne et de Prévoyance Grand Est Europe, Banque coopérative régie par les articles L512-65 et suivants du Code Monétaire et Financier, société anonyme à Directoire et Conseil d'Orientation et de Surveillance au capital de 681.876.700 € - siège social à STRASBOURG 67100, 1, avenue du Rhin - 775 618 622 RCS STRASBOURG - immatriculée à l'ORIAS sous le n° 07 004 738. De gauche à droite : Jules Ribstein - Tom Henrionnet - Clémence Beretta - Sara Balzer - Léopold Cavalière - Cytelle Lefèvre - Abel Aher - Chloé Valentini. Photo : Vincent Muller.

Cardio Pilates



Séances alternant exercices d'endurance d'intensité modérée à soutenue et mouvements de Pilates. Combinaison parfaite pour améliorer l'endurance cardio vasculaire ainsi que la force et l'endurance des muscles stabilisateurs pour une bonne posture. Activité complète qui offre une dépense calorique supérieure à celle du cours traditionnel de Pilates. Prévoir une serviette. Chaussures de salle obligatoires. Certificat médical obligatoire.

Par: Marie José CABERO -30 séances max./an

Adultes et Adolescents - Inscription annuelle - hors adhésion			
Mardi	12h20 à 13h20	166€	GFCP

Pilates-Yoga Mix



Cours mélangeant les méthodes de travail du pilates et du yoga permettant un renforcement des muscles profonds ainsi que des étirements afin d'améliorer sa posture et son bien-être. Cours tous niveaux. Prévoir une serviette et bouteille d'eau. Chaussures de salle obligatoires. Certificat médical obligatoire.

Par: Anaïs LUDWIG - 30 séances max./an

Adultes et Adolescents - Inscription annuelle - hors adhésion			
Jeudi	10h30 à 11h30	166€	GFPY

Alsacolor
Entreprise de Peinture
Intérieur & Extérieur

ENTREPRISE QUALIFIÉE
RGE
QUALIBAT

PEINTURE - DÉCORATION - REVÊTEMENTS SOLS & MURS
RAVALEMENT DE FAÇADES - CRÉPIS
ISOLATION EXTÉRIEURE - LOCATION D'ÉCHAFAUDAGE

COLMAR
alsacolor@orange.fr

Port. 06 17 80 02 98
Tél./Fax 03 89 80 71 21

Gymnastique Fitness

Spécial Séniors



Ce cours est composé d'exercices type gymnastique rythmique douce et d'exercices de renforcement musculaire.

Le cours est construit pour tenir compte des éventuelles limites physiques liées à l'âge et adapté en fonction des éventuelles pathologies des participants. L'objectif est de favoriser l'assouplissement articulaire et le maintien de la masse musculaire pour diminuer les éventuelles douleurs physiques. Travailler l'équilibre et la coordination en prévention des chutes. Favoriser le maintien des capacités cognitives et des réflexes à travers des exercices ludiques. Chaussures de salle obligatoires. Certificat médical obligatoire.

Par: Rislène SALOMON puis Sarah CAPPELLO - 30 séances max./an

Adultes - Inscription annuelle - hors adhésion			
Jeudi	9h30 à 10h30	166€	GFSS

Body tonic (renforcement tonic)



Renforcement musculaire et cardio vasculaire. Une discipline pour ceux qui veulent tonifier toutes les parties du corps avec ou sans matériel. Améliore l'endurance musculaire, la force et la résistance à l'effort. Affiner et muscler son corps. Tenue de running recommandée. Prévoir une bouteille d'eau et une serviette.

Certificat médical obligatoire. Chaussures de salle obligatoires.

Par: Rislène SALOMON puis Sarah CAPPELLO - 30 séances max./an

Adultes et Adolescents à partir de 15 ans - Inscription annuelle - hors adhésion			
Jeudi	12h20 à 13h20	166€	GFBT

Self Défense Ju Jutsu Contact



Cette méthode s'appuie sur l'utilisation de techniques de défense visant à neutraliser une tentative d'agression, cela contre une grande variété d'attaques, qu'elles soient armées ou non. Le combat rapproché ou «close combat» est également enseigné.

Pour les enfants, nous avons adapté notre méthode basée sur le Ju-Jutsu pour permettre une initiation et une découverte de la Self Défense. Le côté martial du Ju-Jutsu, permet l'apprentissage de techniques de défense, par le biais de Katas, combats souples, et autres exercices ludiques adaptés à un public jeune.

Par: Claude BAEHREL, 3^{ème} Dan de Ju-Jutsu Self Défense, Damien BAEHREL - 30 séances max./an

Enfants de 8 à 14 ans - Inscription annuelle - hors adhésion			
Jeudi	18h00 à 19h15	158€	SSE2
Adultes - Inscription annuelle - hors adhésion			
Jeudi	19h30 à 21h30	202€	SSA4

Tarifs licences comprises.

PEINTURE & Décoration

DEPUIS 1986

GUTH
PEINTURE

03 89 79 88 56

17 rue Erckmann-Chatrian • 68000 COLMAR
www.peinture-guth.fr • peinture.guth@wanadoo.fr

Judo



Le judo c'est:

- un sport pour tous, quels que soient les aptitudes et âges
- une éducation qui allie politesse, courage, sincérité, honneur, modestie, respect, contrôle de soi, amitié
- un entraînement progressif sous le contrôle d'un animateur diplômé
- un des meilleurs moyens d'expression pour les enfants à partir de 7 ans dont il canalise l'énergie.

Par: François BURDLOFF, Ceinture noire 3^{ème} Dan - Nbre de séances/an max.: 30

Enfants à partir de 7 ans - Débutants - Inscription annuelle - hors adhésion			
Mercredi	14h00 à 15h30	192€	SJE1
Enfants à partir de 7 ans - Avancés - Inscription annuelle - hors adhésion			
Mercredi	15h30 à 17h00	192€	SJE2

Tarifs licences comprises.

Ki Shin Tai Jutsu



Méthode de self défense et sport de combat issu du Jujutsu (art martial), basé sur des techniques de pieds-poings, de clefs et de projections, mains-nues ou armées. C'est une activité physique et sportive complète, accessible à toutes et tous.

Par: Romain WINKELMULLER, Ceinture noire 3^{ème} degré, Michel RIVIERE - 30 séances max./an

Enfants de 7 à 14 ans - Inscription annuelle - hors adhésion			
Mercredi	18h00 à 19h15	158€	SSE1
Adultes - Inscription annuelle - hors adhésion			
Lundi et/ou Mercredi	19h30 à 21h30	202€	SSA2

Tarifs licences comprises.

Karaté



Une véritable école de vie pour notre société actuelle, où chacun trouvera sa place selon ses affinités et ses capacités tant physiques que morales.

Par: Sonia DEFRAZNE, Ceinture noire 2^{ème} Dan - 30 séances max./an

Enfants/Ados à partir de 6 ans - Débutants - Inscription annuelle - hors adhésion			
Mardi	18h00 à 19h15	213€	SKE
Enfants/Ados à partir de 6 ans - Avancés - Inscription annuelle - hors adhésion			
Mardi	19h15 à 20h30	213€	SKA

Tarifs licences comprises.

Aikido



Venez découvrir l'Aïkido, un art martial basé sur la non-violence et l'absence de compétition. L'étude des techniques à mains nues et aux armes, ont pour but de maîtriser l'attaquant tout en s'efforçant de préserver son intégrité. L'Aïkido est également un bon moyen d'évacuer le stress et d'augmenter la confiance en soi.

30 séances max./an

Enfants de 7 à 13 ans - Inscription annuelle - hors adhésion			
Vendredi	18h00 à 19h15	194€	SAE
Adultes et Adolescents à partir de 14 ans - Inscription annuelle - hors adhésion			
Vendredi	19h15 à 20h45	220€	SAJ
Formule 2 ^e séance - Lundi	17h45 à 19h15	60€	SAJ1

Tarifs licences comprises.



Structure associative privée, La Maison de la Famille de Colmar accueille les enfants de **10 semaines à 6 ans**, vacances scolaires et mercredis compris, de 7h30 à 18h30.

- > Multi-accueil 0-2 ans
- > Multi-accueil 2-3 ans
- > Jardins d'enfants 3-6 ans

Elle est également dotée d'une cheffe cuisinière.

SON PROJET PÉDAGOGIQUE s'articule autour du bien-être, de l'épanouissement, de l'autonomie et du respect de l'individualité de l'enfant.

SES ACTIVITÉS PROPOSÉES sont riches et variées (bilinguisme, médiation animale, éveil musical, psychomotricité, langage des signes, jardin pédagogique, médiathèque...) et ponctuées d'événements forts au courant de l'année.



RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS :

Maison de la Famille de Colmar
3 Rue Paul-Jacques Kalb
68000 Colmar
03 89 41 26 65
www.maisondelafamille-colmar.fr



Tennis de Table



De l'initiation à la compétition, sans oublier le loisir, cette activité est encadrée par des entraîneurs de tennis de table diplômés.

Lieu d'activité :

Maison des Associations - 6 route d'Ingersheim - Colmar - Bât. E

Inscriptions uniquement sur place :

Mardi 3 septembre, jeudi 5 septembre, mardi 10 septembre et jeudi 12 septembre de 18h30 à 20h00. Pour toute inscription ultérieure à ces dates, merci d'envoyer votre demande avec vos coordonnées à l'adresse mjccolmartt@gmail.com.

Par : Guy BURGUN, Fabien GILSON, Thierry SCHWINDENHAMMER et Claude SPIEKER

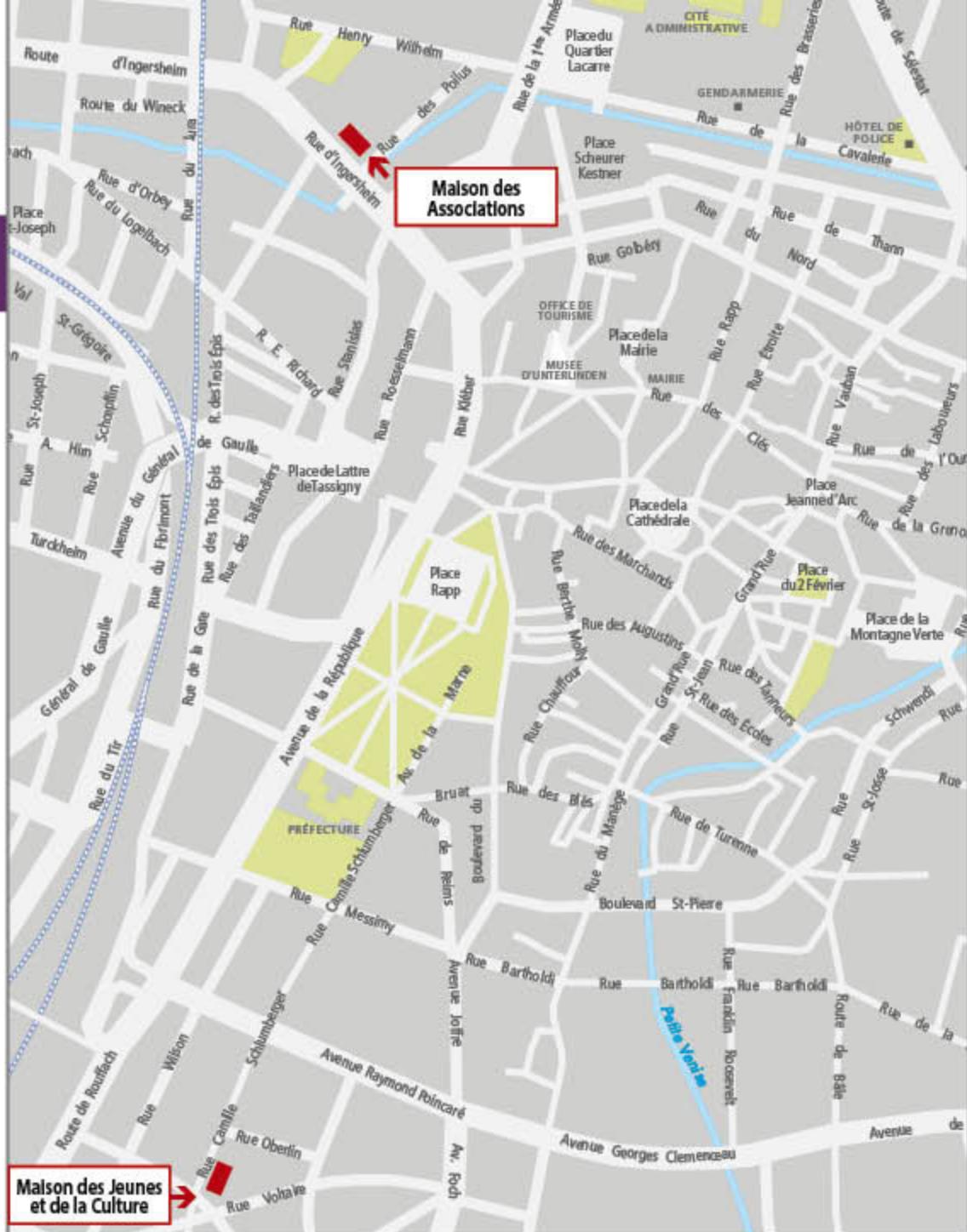
30 séances max./an

Groupe Débutants à partir de 7 ans - Inscription annuelle - hors adhésion			
Initiation au tennis de table			
Mercredi	14h30 à 16h15	140€	STTD
Groupe Perfectionnement à partir de 7 ans - Inscription annuelle - hors adhésion			
Jeunes maîtrisant déjà les bases du tennis de table			
Mardi	18h00 à 19h45	150€	STTP
Mercredi	16h15 à 17h45	150€	STTP
Jeudi	18h15 à 19h45	150€	STTP
Groupe Compétition à partir de 7 ans - Inscription annuelle - hors adhésion			
Jeunes ayant une pratique régulière de la compétition			
Mardi	18h00 à 19h45	160€	STTC
Jeudi	18h00 à 19h45	160€	STTC
Compétiteurs Confirmés - Inscription annuelle - hors adhésion			
Adultes et jeunes ayant un niveau confirmé et une pratique régulière de la compétition			
Mardi	20h00 à 21h30	165€	STTA
Jeudi	20h00 à 21h30	165€	STTA
Loisirs à partir de 16 ans - Inscription annuelle - hors adhésion			
Pratique du tennis de table en amateur			
Mardi	20h00 à 21h30	135€	STTL

Tarifs licences comprises.

SEPTEMBRE		OCTOBRE		NOVEMBRE		DÉCEMBRE		JANVIER		FEVRIER		MARS		AVRIL		MAI		JUIN								
D	1	M	1	4	V	1	Toussaint	D	1	M	1	Noël	S	1	17	S	1	19	M	1						
L	2	M	2	4	S	2	Toussaint	L	2	J	2	Noël	D	2	D	2	M	2	V	2						
M	3	J	3	4	D	3	Toussaint	M	3	V	3	Noël	L	3	17	L	3	J	3	S	3					
M	4	V	4	4	L	4	7	M	4	S	4	Noël	M	4	18	M	4	V	4	24	24					
J	5	S	5	4	M	5	7	J	5	D	5	Noël	M	5	18	M	5	S	5	20	20					
V	6	D	6	M	6	7	V	6	11	L	6	13	J	6	18	J	6	D	6	Printemps	M					
S	7	L	7	5	J	7	7	S	7	M	7	11	V	7	14	V	7	L	7	Printemps	M					
D	8	M	8	5	V	8	7	D	8	M	8	14	S	8	18	S	8	M	8	Printemps	J					
L	9	1	M	9	S	9	7	L	9	J	9	14	D	9	Hiver	D	9	M	9	Printemps	V					
M	10	1	J	10	5	D	10	M	10	V	10	14	L	10	Hiver	L	10	J	10	Printemps	S					
M	11	1	V	11	5	L	11	Armistice	M	11	S	11	14	M	11	Hiver	M	11	V	11	Printemps	D				
J	12	1	S	12	5	M	12	8	J	12	D	12	M	12	Hiver	M	12	S	12	Printemps	L					
V	13	1	D	13	M	13	8	V	13	12	L	13	14	J	13	Hiver	J	13	D	13	Printemps	M				
S	14	1	L	14	6	J	14	8	S	14	12	M	14	15	V	14	Hiver	V	14	L	14	Printemps	M			
D	15	M	15	6	V	15	8	D	15	M	15	15	S	15	Hiver	S	15	M	15	Printemps	J					
L	16	2	M	16	6	S	16	8	L	16	12	J	16	15	D	16	Hiver	D	16	M	16	Printemps	V			
M	17	2	J	17	6	D	17	M	17	13	V	17	15	L	17	Hiver	L	17	J	17	Printemps	S				
M	18	2	V	18	6	L	18	8	M	18	13	S	18	15	M	18	Hiver	M	18	V	18	Printemps	D			
J	19	2	S	19	6	M	19	9	J	19	13	D	19	M	19	Hiver	M	19	S	19	Printemps	L				
V	20	2	D	20	Toussaint	M	20	9	V	20	13	L	20	15	J	20	Hiver	J	20	D	20	Printemps	M			
S	21	2	L	21	Toussaint	J	21	9	S	21	13	M	21	16	V	21	Hiver	V	21	L	21	Lundi Pâques	M			
D	22	M	22	Toussaint	V	22	9	D	22	Noël	M	22	16	S	22	Hiver	S	22	M	22	25	J	22	27	D	
L	23	3	M	23	Toussaint	S	23	9	L	23	Noël	J	23	16	D	23	Hiver	D	23	M	23	25	V	23	29	L
M	24	3	J	24	Toussaint	D	24	M	24	Noël	V	24	16	L	24	18	L	24	J	24	25	S	24	29	M	
M	25	3	V	25	Toussaint	L	25	9	M	25	Noël	S	25	16	M	25	19	M	25	V	25	25	D	25	M	
J	26	3	S	26	Toussaint	M	26	10	J	26	Noël	D	26	M	26	19	M	26	S	26	25	V	27	30	J	
V	27	3	D	27	Toussaint	M	27	10	V	27	Noël	L	27	16	J	27	19	J	27	D	27	30	M	27	30	Assemblée Générale
S	28	3	L	28	Toussaint	J	28	10	S	28	Noël	M	28	17	V	28	19	V	28	L	28	24	M	28	30	S
D	29	M	29	Toussaint	V	29	10	D	29	Noël	M	29	17	J	29	17	S	29	M	29	26	J	29	Ascension	D	
L	30	4	M	30	Toussaint	S	30	10	L	30	Noël	J	30	17	M	31	Noël	V	31	L	31	23	V	30	Pont	L
		J	31	Toussaint																	S	31	Pont			

Indépendamment de notre volonté, certaines modifications pourraient être apportées dues à d'éventuels changements du calendrier scolaire



17, rue Camille Schlumberger
 68000 COLMAR
 Tél. 03 89 41 26 87
 contact@mjc-colmar.fr • www.mjc-colmar.fr
 Facebook: mjc colmar

