

Catalogue des activités 2025-2026

mjc Auxerre

Maison des Jeunes et de la Culture



Venez découvrir ou redécouvrir la MJC !

La MJC c'est aussi

des concerts, expositions, stages...

Un lieu convivial au centre-ville d'Auxerre

ouvert à toutes et à tous.



5, impasse Saint Pierre 89000 AUXERRE
www.mjcauxerre.org / 03 86 52 35 71



FDVA
FONDS POUR LE
DÉVELOPPEMENT
DE LA VIE
ASSOCIATIVE

AUXERRE



Reprise des activités : lundi 15 septembre 2025

• **Maison des jeunes et de la culture** •

5, impasse Saint Pierre 89000 Auxerre • www.mjcauxerre.org • 03 86 52 35 71

Libérer son esprit créatif avec...

- Enfants :** Dessin BD & Manga
Poterie modelage
Eveil artistique et moteur
Atelier créatif collage-mandala
- Ados :** Dessin bande dessinée – mangas
Atelier créatif collage-mandala
- Adultes :** Arts plastiques
Aquarelle
Poterie modelage • Tournage

Pratiquer la musique avec...

- Enfants :** Choeur d'enfants Onlymômes
Musique et mouvement
Guitare • Basse • Batterie
Harmonica
- Ados :** Chants actuels
Guitare • Basse • Batterie
Harmonica
Percussions africaines
Autour du piano
Création de chansons
Chant Gospel
- Adultes :** Chants actuels
Choeur mixte Ysalis
Chant Gospel
Guitare • Basse • Batterie
Percussions africaines
Harmonica
Autour du piano
Création de chansons

Monter sur scène avec...

Théâtre enfants / ados / adultes

Pratiquer la danse avec...

- Enfants :** Danse africaine
Modern'jazz
Hip-hop
- Ados :** Danse africaine
Modern'jazz
Hip-hop
Dum danse
- Adultes :** Danse africaine
Dum danse
Modern'jazz
Hip-hop
Zumba
Bachata
Danse intuitive

Apprendre une langue étrangère avec...

Ados / Adultes : Anglais ludique niveau débutant / intermédiaire / avancé

Libérer son énergie avec...

- Enfants :** Energie en mouvement
- Ados :** Pilates
- Adultes :** Tai chi
Qi gong
Qi gong danse
Gym douce
Hatha Yoga Vedanta
Pilates
Cross Training & confiance

Découvrir des savoir-faire avec...

- Adultes :** Tapisserie ameublement
Œnologie

Arts plastiques



Pour qui ? : Adultes

**Quand ? : Jeudi de 18 h 30 à 20 h 30
(20 séances dans l'année – planning vu
à la rentrée avec le groupe)**

Avec qui ? : Colette CHAUFFOURIER

Où ? : Salle de dessin

Tout le monde peut essayer !

Réalisez vos propres tableaux, découvrez et manipulez des techniques et outils divers pour développer votre inventivité : vous allez vous surprendre !

Vous serez porté par des séquences-challenges dont les thèmes seront choisis ensemble.

Vous serez guidé individuellement, les conseils techniques vous seront donnés au fil des besoins. L'histoire de l'art, les grands peintres, seront nos compagnons de route.

Esprit positif, solidarité, convivialité, sérénité, détente seront nos précieux alliés.

TARIFS :

Moins 25 ans	25 ans et plus
170 €	210 €

Conditions générales :

L'adhésion à la M.J.C. est obligatoire. 18– 24 ans : 12 €, 25 ans et plus : 20 € et non remboursable

• maison des jeunes et de la culture •

5, impasse Saint Pierre 8900 Auxerre • www.mjcauxerre.org • 03 86 52 35 71

Aquarelle



Pour qui ? : Adultes

**Quand ? : Mardi de 9 h 30 à 12 h 00
de 14 h 00 à 16 h 30**

Avec qui ? : Veronique DAVIES-GIARRUSSO

Où ? : Salle 8 (2ème étage)

L'eau, la couleur, et l'aventure commence !

Il suffit d'avoir envie et d'oser le geste.

Un atelier créatif dans une ambiance sympathique, ouvert à toutes et à tous, débutants ou confirmés. Développer le regard et la créativité à travers des thèmes variés tels que paysages, portraits, nature morte... Expérimenter à travers plusieurs techniques d'aquarelle tout en s'inspirant d'oeuvres d'artistes du passé comme du contemporain.

TARIFS :

Moins 25 ans	25 ans et plus
295 €	330 €

Conditions générales :

L'adhésion à la M.J.C. est obligatoire. 18– 24 ans : 12 €, 25 ans et plus : 20 € et non remboursable

• maison des jeunes et de la culture •

5, impasse Saint Pierre 8900 Auxerre • www.mjcauxerre.org • 03 86 52 35 71

Poterie



Pour qui ? : Adultes

Quand ? : mardi (modelage et tournage) 18 h à 20 h
mercredi (modelage) 18 h à 20 h

Avec qui ? : Lisanne CAUGANT

Où ? : Salle de poterie

Alternativement au cours de l'année, venez tester les deux techniques de tournage (travail de la terre au tour) et modelage (travail de la terre à la main).. Venez jouer avec les formes, librement ou sur des thèmes, exprimez-vous en utilisant différentes techniques (modelage, travail à la plaque, colombinage,...) et différentes argiles.

TARIFS :

Moins 25 ans	25 ans et plus
320 €	370 €

Conditions générales :

L'adhésion à la M.J.C. est obligatoire. 18– 24 ans : 12 €, 25 ans et plus : 20 € et non remboursable

• maison des jeunes et de la culture •

5, impasse Saint Pierre 8900 Auxerre • www.mjcauxerre.org • 03 86 52 35 71

Poterie - Tournage



Pour qui ? : Adultes

Quand ? : Jeudi 18 h à 20 h

Avec qui ? : Pascal GALICIER-AMELIN

Où ? : Salle de poterie

Atelier individuel / Pour qui ? : Adultes

Quand ? : Samedi 14 h à 17 h

Découvrez les secrets de la céramique et laissez-vous séduire par la magie de l'argile sur le tour de potier. Dans un atelier équipé et animé par un céramiste passionné, apprenez à tourner, émailler et cuire vos propres créations.

TARIFS :

Moins de 25 ans	25 ans et plus	Atelier individuel samedi
320 €	370 €	A voir avec l'animateur

Conditions générales :

L'adhésion à la M.J.C. est obligatoire. 18– 24 ans : 12 €, 25 ans et plus : 20 € et non remboursable

• maison des jeunes et de la culture •

5, impasse Saint Pierre 8900 Auxerre • www.mjcauxerre.org • 03 86 52 35 71

Poterie enfants



Pour qui ? : Enfants 6-10 ans

Quand ? : Mercredi 10 h – 11 h 30 ou 15 h 30 – 17 h

Avec qui ? : Marie SARDI

Où ? : Salle de poterie

Découvrez la magie de la céramique !

Votre enfant déborde d'imagination et aime créer avec ses mains ?

Offrez-lui une expérience unique et ludique grâce aux ateliers de céramique animés par Marie Sardi, céramiste professionnelle.

Dans une ambiance conviviale et bienveillante, j'inviterai les enfants à explorer le monde fascinant de l'argile. À travers des techniques simples et adaptées à leur âge, ils apprendront à modeler, sculpter, et transformer cette matière vivante en objets uniques et personnalisés : petites sculptures, animaux fantastiques, bols, ou encore décorations... les possibilités sont infinies !

Chaque participant pourra laisser libre cours à sa créativité tout en développant sa motricité fine, sa concentration et son sens artistique. C'est aussi une merveilleuse occasion de s'exprimer, de gagner en confiance et de repartir fier avec ses réalisations.

Rejoignez-nous pour une aventure créative et tactile où l'imagination n'a pas de limites !

Tarif : 280 €

Conditions générales :

L'adhésion à la M.J.C. est obligatoire. 18– 24 ans : 12 €, 25 ans et plus : 20 € et non remboursable

• maison des jeunes et de la culture •

5, impasse Saint Pierre 8900 Auxerre • www.mjcauxerre.org • 03 86 52 35 71

Dessin bande dessinée - Mangas

Pour qui ? : Enfants (8-10 ans) / Ados (11-17 ans)

Quand ? : Enfants : mercredi de 14h à 15h30
Ados : mercredi de 14h à 16h00

Avec qui ? : Thierry GAUFILLET

Où ? : Salle de dessin



Enfants

Entrer dans le monde de la BD et du Manga par des jeux et des techniques ludiques pour créer des histoires simples en s'amusant.

Ados

Aborder la BD sous toutes ses formes par l'écrit, l'histoire, la technique, le découpage ou le sens de lecture... Tout se raconte, se dessine, avec des images, des mots, des silences...

Vous dessinez dans les marges de vos cahiers, sur les murs de votre chambre, le mur du fond de la classe ou sur la table ? Venez concrétiser votre talent, explorer vos envies : manga, comics, romans graphiques, franco-Belge, strips.

TARIFS :

Enfants	Ados
215 €	280 €

Conditions générales :

L'adhésion à la M.J.C. est obligatoire. 18- 24 ans : 12 €, 25 ans et plus 20 € et non remboursable,

• maison des jeunes et de la culture •

5, impasse Saint Pierre 8900 Auxerre • www.mjcauxerre.org • 03 86 52 35 71

Eveil artistique et moteur



Pour qui ? : Enfants

Quand ? : Samedi
Tout petits (marcheurs – 3 ans) : 9 h 30 – 10 h 30
4-6 ans : 11 h – 12 h

Avec qui ? : Sophie BAUCHET

Où ? : Petit Studio pour la motricité et Salle 8 pour l'éveil artistique

Alternance de deux activités :

• **EVEIL ARTISTIQUE** : Passe par les sens et l'exploration. Je propose des situations en lien avec des artistes et des reproductions d'oeuvres d'art.

Le tout-petit peut observer ou oser toucher, il est accompagné d'un parent.

Les 3-6 ans explorent également mais en autonomie. Ils vont également utiliser leurs sens et vont avoir davantage une intention dans leurs créations.

• **MOTRICITE** : L'éveil moteur passe par le jeu (parcours moteurs, danse libre ou chantée et yoga ou wobbel yoga sur planche incurvée). J'adapte et sécurise les espaces en fonction des activités.

Plus de 20 ans d'expérience avec les enfants, professeur des écoles, éducatrice Montessori et animatrice en Relais Petite enfance.

Tarif : 180 €

Conditions générales :

L'adhésion à la M.J.C. est obligatoire. 18– 24 ans : 12 €, 25 ans et plus : 20 € et non remboursable

• maison des jeunes et de la culture •

5, impasse Saint Pierre 8900 Auxerre • www.mjcauxerre.org • 03 86 52 35 71

Atelier créatif collage-mandala

Pour qui ? : Enfants/Ados 8-14 ans

Quand ? : Samedi de 10 h à 12 h

Avec qui ? : Hélène DENIS

Où ? : Salle de dessin



Si tu aimes couper, coller, créer ou encore peinturlurer, te faire plaisir !
Alors viens tester le collage avec moi !
Nous ferons toute sorte de créations, comme notamment les mandalas.
Si tu aimes les paillettes, alors tu es au bon endroit !
Cette activité est là pour que tu passes un chouette moment, dans la bonne humeur
et le respect de chacun.
Je suis là pour te conseiller, pas besoin d'aptitude particulière, tu n'as qu'à te laisser
porter.

Tarif : 215 €

Conditions générales :

L'adhésion à la M.J.C. est obligatoire. 18– 24 ans : 12 €, 25 ans et plus : 20 € et non remboursable

• maison des jeunes et de la culture •

5, impasse Saint Pierre 8900 Auxerre • www.mjcauxerre.org • 03 86 52 35 71

Chants actuels



Pour qui ? : Ados (à partir de 12 ans) / Adultes

Quand ? : mercredi : 14h -15h et 15h30 -16h30

Avec qui ? : Camille GREPIER

Où ? : Salle 7 (2ème étage)

Vous aimez chanter ? Vous voudriez chanter avec des musiciens ? Venez découvrir ou perfectionner votre technique à travers les musiques actuelles (pop, pop-rock, variétés françaises et internationales). Venez nous rejoindre !

TARIFS :

Moins 25 ans	25 ans et plus
210 €	240 €

Conditions générales :

L'adhésion à la M.J.C. est obligatoire. 18– 24 ans : 12 €, 25 ans et plus :20 € et non remboursable

• maison des jeunes et de la culture •

5, impasse Saint Pierre 8900 Auxerre • www.mjcauxerre.org • 03 86 52 35 71

Musique & mouvement

Pour qui ? : Enfants de 3 à 6 ans

Quand ? : Mercredi de 10 h à 11 h ou 11 h à 12 h

Avec qui ? : Annick BACOT

Où ? : Salle 7 (2ème étage)



Vous souhaitez donner à vos enfants la possibilité d'apprendre la musique tout en s'amusant ? Venez nous rejoindre ! Apprendre la musique dès le plus jeune âge améliore la mémoire, le comportement, le sens des responsabilités et rend plus constant dans la vie. Dans mes cours ils apprendront à jouer des chansons en s'accompagnant, en dansant, mais aussi ils développeront leur créativité.

Tarif : 180 €

Diplôme de Pédagogie Musique et Mouvement ORFF

Conditions générales :

L'adhésion à la M.J.C. est obligatoire. 18– 24 ans : 12 €, 25 ans et plus : 20 € et non remboursable

• **maison des jeunes et de la culture** •

5, impasse Saint Pierre 8900 Auxerre • www.mjcauxerre.org • 03 86 52 35 71

Choeur d'enfants ONLYMÔMES

- Pour qui ?** : Enfants 7-10 ans
Quand ? : Mercredi de 13h30 à 14h30
Avec qui ? : Annick BACOT
Où ? : Salle 7 (2ème étage)



Chanter fait du bien au corps et à l'esprit, il a le pouvoir magique de rassembler. Vivre cette expérience sera formateur pour tous et surtout depuis le plus jeune âge. Venez nous rejoindre pour vivre cette expérience unique.

Tarif : 175 €

(30 € si l'enfant est inscrit à une ou plusieurs activités de la MJC)

Conditions générales :

L'adhésion à la M.J.C. est obligatoire. 18– 24 ans : 12 €, 25 ans et plus : 20 € et non remboursable

• maison des jeunes et de la culture •

5, impasse Saint Pierre 8900 Auxerre • www.mjcauxerre.org • 03 86 52 35 71

Chant Gospel



Pour qui ? : Ados - Adultes

Quand ? : Mercredi de 18 h à 19 h

Avec qui ? : Sarah TETELBOM

Cet atelier propose d'étudier des oeuvres polyphoniques d'inspiration Gospel et negro spiritual (répertoire sacré).

Nous accueillons des voix féminines et masculines de tous niveaux , débutants et confirmés.

Si vous adorez l'énergie qu'infusent les rythmes afro-américains, cet atelier est fait pour vous.

TARIFS :

Moins 25 ans	25 ans et plus
150 €	180 €

Diplôme de DEM de direction de chœur CRR Chalon sur Saône

Conditions générales :

L'adhésion à la M.J.C. est obligatoire. 18– 24 ans : 12 €, 25 ans et plus : 20 € et non remboursable

• maison des jeunes et de la culture •

5, impasse Saint Pierre 8900 Auxerre • www.mjcauxerre.org • 03 86 52 35 71

Chœur mixte « Ysalis »



Pour qui ? : Adultes

Quand ? : Mercredi de 19 h 15 à 20 h 45

Avec qui ? : Sarah TETELBOM

L'ensemble vocal Ysalis est un chœur composé d'une vingtaine de choristes, de niveau confirmé, qui aborde un répertoire varié allant d'oeuvres classiques, contemporaines et chants du monde.

Il recrute des voix de ténors et de basse sous audition.

TARIFS :

Moins 25 ans	25 ans et plus
190 €	220 €

Diplôme de DEM de direction de chœur CRR Chalon sur Saône

Conditions générales :

L'adhésion à la M.J.C. est obligatoire. 18– 24 ans : 12 €, 25 ans et plus : 20 € et non remboursable

• maison des jeunes et de la culture •

5, impasse Saint Pierre 8900 Auxerre • www.mjcauxerre.org • 03 86 52 35 71

Guitare, basse, batterie



Pour qui ? : Enfants, Ados, Adultes

Quand ? : mardi (soirée), mercredi (journée),
vendredi (soirée), samedi matin,
horaires à définir avec l'animateur en
début d'année.

Avec qui ? : Francisco MAFRA

Où ? : salle 4 (2ème étage)

Vous aimez le rock, la pop, le blues, le jazz ? Venez vous initier ou vous perfectionner dans un cadre convivial et avec des méthodes simples.

TARIFS :

	Moins 25 ans	25 ans et plus
Duo 40 min	350 €	380 €
Collectif 1 h	320 €	350 €

Conditions générales :

L'adhésion à la M.J.C. est obligatoire. 18– 24 ans : 12 €, 25 ans et plus : 20 € et non remboursable

• maison des jeunes et de la culture •

5, impasse Saint Pierre 8900 Auxerre • www.mjcauxerre.org • 03 86 52 35 71

Percussions africaines



Pour qui ? : Ados / adultes

Quand ? : Débutants : mercredi de 19 h à 20 h 30
Avancés : jeudi de 19 h à 20 h 30

Avec qui ? : Jalil TOUKJA

Où ? : Cave

L'art des percussions africaines : autant de méthodes d'apprentissage que de personnalités, chacun y trouve son compte. Venez profiter de l'excellence pédagogique de Jalil, diplômé de l'école Tamtam Mandingue par le maître Mamady Keïta.

Charme et vitalité, ces instruments soulèvent de profondes émotions. Au-delà du phénomène de mode, venir à l'atelier de djembe est devenu pour certains quelque chose de vital. Venez faire sortir le rythme qui est en vous en vous libérant de vos tensions.

Ouverture d'un atelier pour débutants.

TARIFS :

Moins 25 ans	25 ans et plus
300 €	330 €

Conditions générales :

L'adhésion à la M.J.C. est obligatoire. 18– 24 ans : 12 €, 25 ans et plus : 20 € et non remboursable

• maison des jeunes et de la culture •

5, impasse Saint Pierre 8900 Auxerre • www.mjcauxerre.org • 03 86 52 35 71

Harmonica



Pour qui ? : Enfants, ados, adultes

Quand ? : Mercredi – durée : 1 h
(horaire à convenir en début d'année
avec le responsable d'atelier)

Avec qui ? : Joël HANRIOT

Où ? : Salle 6 (2ème étage)

Apprendre à jouer d'un instrument emblématique de la culture populaire dès la fin du 19^{ème} siècle qui rentre avec bonheur dans le registre des créations modernes blues ou jazz.

Un instrument qui relie les cultures des différents continents, facile à avoir sur soi par sa taille, faisant de vous un soliste ou un membre d'un orchestre : apprenez l'harmonica à la MJC avec Joël Hanriot, musicien expérimenté et passionné par la transmission des savoirs.

TARIFS :

Moins 25 ans	25 ans et plus
180 € / 30 € si déjà inscrit à une ou plusieurs activités	250 €

**Médaille d'or festival international d'harmonica 1995
catégories folk/country et blues/rock**

Conditions générales :

L'adhésion à la M.J.C. est obligatoire. 18– 24 ans : 12 €, 25 ans et plus : 20 € et non remboursable

• maison des jeunes et de la culture •

5, impasse Saint Pierre 8900 Auxerre • www.mjcauxerre.org • 03 86 52 35 71

Autour du piano



Pour qui ? : Ados / Adultes avec expérience d' instrument de musique à vent, à cordes, chant

Quand ? : le 1^{er} lundi de chaque mois
de 15h à 16h30 ou de 19h30 à 21h (à voir avec l'animatrice)

Avec qui ? : Laurence GEMBLE

Où ? : Salle 8 (2ème étage)

Cet atelier est ouvert à toutes celles et ceux qui chantent ou qui jouent d'un instrument transportable. Quel que soit votre niveau, votre âge et le style de musique que vous aimez, il y aura toujours un ou une pianiste pour vous accompagner. 1 fois ou 10 fois dans l'année venez essayer, on y trouve que du bonheur. Au plaisir de vous rencontrer.

Tarif : 50 €

(30 € si inscription à une ou plusieurs activités de la MJC)

Conditions générales :

L'adhésion à la M.J.C. est obligatoire. 18– 24 ans : 12 €, 25 ans et plus : 20 € et non remboursable

Création de chansons : de la plume à la scène



Pour qui ? : Ados à partir de 15 ans / Adultes

Quand ? : Mardi de 19 h 30 à 20 h 30

Avec qui ? : Fred FURCY

Où ? : Salle 8 (2ème étage)

Vous rêvez d'écrire une chanson, de raconter une histoire en musique, et peut-être même de la partager sur scène ? Cet atelier est fait pour vous !

Pendant un an, nous allons créer ensemble un spectacle musical original, nourri par les idées, les mots et les voix de chacun. L'objectif : porter un message fort, sensible ou joyeux, toujours porteur d'un élan positif.

Pas besoin de savoir chanter, jouer d'un instrument ou d'avoir fait de la scène, vous pouvez écrire pour être chanté, ou simplement déclamer, slammer, parler en rythme. Tout est possible ! Les plus timides sont les bienvenus : on peut tout à fait écrire sans monter sur scène. Les participants pourront collaborer ponctuellement avec les autres ateliers de la MJC pour enrichir la création.

TARIFS :

Moins 25 ans	25 ans et plus
170 €	200 €

Conditions générales :

L'adhésion à la M.J.C. est obligatoire. 18– 24 ans : 12 €, 25 ans et plus : 20 € et non remboursable

Théâtre enfants / ados



Pour qui ? : Enfants / Ados

Quand ? : Mercredi

Avec qui ? : Ludovic FEMENIAS

Où ? : Salle 8 (2ème étage)

Partir de rien, apprendre à se connaître. Etre à l'écoute, travailler la voix, le corps, son imaginaire, sa fantaisie. Car tout est possible dans l'atelier : la chaise est un stylo, le sol est l'espace et je deviens un autre. Exercices, improvisations et travail de scène seront les bases de notre création.

TARIFS et HORAIRES :

âges	jours	horaires	durée	tarifs
7-8 ans	mercredi	10h30 – 11h30	1h	200 €
9-11 ans	mercredi	11h30 – 12h30	1h	200 €
12-14 ans	mercredi	14h15 – 15h30	1h15	220 €
12-14 ans	mercredi	15h45 – 17h	1h15	220 €
15-17 ans	mercredi	17h30 – 19h	1h30	250 €

Conditions générales :

L'adhésion à la M.J.C. est obligatoire. 18– 24 ans : 12 €, 25 ans et plus: 20 € et non remboursable

• maison des jeunes et de la culture •

5, impasse Saint Pierre 8900 Auxerre • www.mjcauxerre.org • 03 86 52 35 71

Théâtre adultes



Pour qui ? : Adultes

Quand ? : Jeudi de 20 h à 22 h 30

Avec qui ? : Gérald BOUCHER

Où ? : Salle 8 (2ème étage)

Allier fantaisie, détente et travail sérieux en suivant de véritables cours organisés autour d'activités portant sur le corps, la voix, différentes improvisations et travail sur texte en vue de présenter un spectacle en fin d'année.

Tarifs :

Moins de 25 ans	25 ans et plus
280 €	330 €

Conditions générales :

L'adhésion à la M.J.C. est obligatoire. 18– 24 ans : 12 €, 25 ans et plus: 20 € non remboursable

• **maison des jeunes et de la culture** •

5, impasse Saint Pierre 8900 Auxerre • www.mjcauxerre.org • 03 86 52 35 71

Danse africaine



Pour qui ? : Enfants / Ados-Adultes

Quand ? : Mardi, mercredi et vendredi

Avec qui ? : Noëlle DOURNEAU (enfants) et Layba KOUROUMA (adultes)
et leurs musiciens de la compagnie ZAÏA

Où ? : Grand Studio (1^{er} étage)

DANSEZ AU SON DES TAMBOURS AFRICAINS !

Danser au son des tambours “LIVE”, mêler son énergie à celle du groupe et se laisser porter dans une ambiance joyeuse et accueillante.

TARIFS :

âges	jours	horaires	durée	enfants	- 25 ans	+ 25 ans
5 -10 ans	mercredi	15h à 16h	1h00	180 €		
Ados-Adultes 1	mardi	19h15 à 20h45	1h30		290 €	320 €
Ados-Adultes 2	vendredi	19h15 à 20h45	1h30		290 €	320 €

Conditions générales :

L'adhésion à la M.J.C. est obligatoire. 18– 24 ans : 12 €, 25 ans et plus : 20 € non remboursable

• maison des jeunes et de la culture •

5, impasse Saint Pierre 8900 Auxerre • www.mjcauxerre.org • 03 86 52 35 71

Dum danse



Pour qui ? : Ados à partir de 12 ans / Adultes

Quand ? : Vendredi de 18 h 15 à 19 h 15

Avec qui ? : Layba KOUROUMA

Où ? : Grand Studio (1^{er} étage)

Fondateur du groupe « Les Amazones », percussionniste, danseur, Layba saura vous faire jouer du tambour avec vos 2 baguettes et danser en même temps... Si, si, c'est possible, venez essayer !

On fait sonner les tambours, on apprend des rythmes en engageant son corps, une énergie puissante, une joie communicative.

Tarifs :

Moins de 25 ans	25 ans et plus
180 €	200 €

Conditions générales :

L'adhésion à la M.J.C. est obligatoire. 18– 24 ans : 12 €, 25 ans et plus : 20 € non remboursable

• maison des jeunes et de la culture •

5, impasse Saint Pierre 8900 Auxerre • www.mjcauxerre.org • 03 86 52 35 71

Danse urbaine HIP - HOP



Pour qui ? : Enfants / ados / adultes

Avec qui ? : Soulimane CHABOUNI

Où ? : Grand studio (1er étage)

Viens te défouler avec Souli pour découvrir et maîtriser une variété de styles, de la fluidité du Breakdance à l'énergie du Popping, tout cela dans dans la bonne humeur, le rythme et la tolérance.

TARIFS et HORAIRES :

âges	jours	horaires	durée	mineurs	< 25 ans	> 25 ans
Enfants	mercredi	16 h 30 – 17 h 30	1h00	180 €		
Ados Niveau 1	mercredi	17 h 45 – 19 h	1h15	260 €		
Ados Niveau 2	mercredi	19 h – 20 h 30	1h30	290 €		
Adultes	mardi	19 h 30 – 20 h 30	1h		270 €	300 €

Conditions générales :

L'adhésion a la M.J.C. est obligatoire. 18– 24 ans : 12 €, 25 ans et plus : 20 € et non remboursable

• maison des jeunes et de la culture •

5, impasse Saint Pierre 8900 Auxerre • www.mjcauxerre.org • 03 86 52 35 71

Danse modern'jazz



Pour qui ? :

Eveil : moyenne et grande section
Initiation : CP-CE1 /
Enfants : CE2-CM2
Ados : collège-lycée
Adultes

Avec qui ? : Lola BONDON

Où ? : Grand studio (1er étage)

La danse Modern 'Jazz est une danse technique alliant rigueur, coordination et rythmicité, aux références jazz, pop, disco, en passant par les musiques du monde entier jusqu'aux musiques actuelles. Spectacle de fin de saison.

TARIFS et HORAIRES :

âges	jours	horaires	durée	mineurs	< 25 ans	> 25 ans
Eveil	mercredi	9 h 30 – 10h 15	45 min	145 €		
Initiation	mercredi	10 h 15 – 11 h	45 min	180 €		
Enfants	mercredi	11 h – 12 h	1h	220 €		
Ados Niveau 1	mercredi	13 h 30 – 14 h 45	1h15	280 €		
Ados Niveau 2	mercredi	14 h 45 – 16 h	1h15	280 €		
Adultes	lundi	19 h 30 – 21 h	1h30		300 €	330 €

Diplôme d'état de professeur de danse

Conditions générales :

L'adhésion à la M.J.C. est obligatoire. 18– 24 ans : 12 €, 25 ans et plus : 20 € et non remboursable

• maison des jeunes et de la culture •

5, impasse Saint Pierre 8900 Auxerre • www.mjcauxerre.org • 03 86 52 35 71

Bachata



Pour qui ? : Adultes

Avec qui ? : Xavier CORBERON

Quand ? : Jeudi

débutants de 20h à 21h / intermédiaires de 21h à 22h

Où ? : Grand studio (1er étage)

La bachata est la danse latine la plus facile à apprendre pour les danseurs qui débutent. C'est une danse sociale et sensuelle, qui favorise la complicité du couple de danseurs. Apprendre la bachata est à la portée de tous ! Comme toutes les danses latines, c'est une danse qui rend heureux, dès lors qu'on se laisse transporter par ses rythmes ensoleillés.

Tarifs :

Moins de 25 ans	25 ans et plus
170 €	180 €

Conditions générales :

L'adhésion a la M.J.C. est obligatoire. 18– 24 ans : 12 €, 25 ans et plus : 20 € et non remboursable

• maison des jeunes et de la culture •

5, impasse Saint Pierre 8900 Auxerre • www.mjcauxerre.org • 03 86 52 35 71

Zumba débutant



Pour qui ? : Adultes

Quand ? : Vendredi de 10 h à 11 h ou de 12 h 15 à 13 h 15

Avec qui ? : Sophie BAUCHET

Où ? : Grand studio (1er étage)

Des chorégraphies simples et du renforcement musculaire pour faire du sport tout en s'amusant !

Accessible aux femmes enceintes.

Tarifs :

Moins de 25 ans	25 ans et plus
250 €	280 €

Conditions générales :

L'adhésion à la M.J.C. est obligatoire. 18– 24 ans : 12 €, 25 ans et plus : 20 € et non remboursable

• maison des jeunes et de la culture •

5, impasse Saint Pierre 8900 Auxerre • www.mjcauxerre.org • 03 86 52 35 71

Danse intuitive



Pour qui ? : Adultes

Quand ? : Jeudi de 10 h à 11 h ou 12 h 15 à 13 h 15

Avec qui ? : Hélène DENIS

Où ? : Grand studio (1er étage)

Besoin d'un moment pour prendre soin de vous ?
Besoin de gérer une émotion, un stress, un ressenti ?
Ou tout simplement besoin de se faire plaisir, de passer un moment convivial, dans la bonne humeur ?
Alors venez tester la danse intuitive. Vous ne le regretterez pas !
Dans tous les cas, je suis là pour vous accueillir et vous guider tout au long de la séance, dans le plus grand respect. Pas d'aptitude particulière à avoir !
Alors, à très bientôt !

Tarifs :

Moins de 25 ans	25 ans et plus
180 €	210 €

Conditions générales :

L'adhésion à la M.J.C. est obligatoire. 18– 24 ans : 12 €, 25 ans et plus : 20 € et non remboursable

• maison des jeunes et de la culture •

5, impasse Saint Pierre 8900 Auxerre • www.mjcauxerre.org • 03 86 52 35 71

Anglais



Pour qui ? : Ados / Adultes

Quand ? : mardi de 16 h à 17 h 30 (débutant)

mardi de 17 h 45 à 19 h 15 (niveau avancé)

jeudi de 17 h 45 à 19 h 15 (niveau intermédiaire)

Avec qui ? : Mélanie RYAN

Où ? : Salle 3 (1er étage)

Anglais ludique pour les débutants et les avancés.

Vous souhaitez apprendre ou améliorer votre anglais dans une ambiance détendue ?

Rejoignez-nous pour apprendre et vous amuser !

Tarifs :

de 16 à 24 ans	25 ans et plus
240 € 30 € si déjà inscrit à une ou plusieurs activités	280 €

Conditions générales :

L'adhésion à la M.J.C. est obligatoire. 18– 24 ans : 12 €, 25 ans et plus : 20 € non remboursable

• maison des jeunes et de la culture •

5, impasse Saint Pierre 8900 Auxerre • www.mjcauxerre.org • 03 86 52 35 71

Gym douce



Pour qui ? : Adultes

Quand ? : lundi de 16 h à 17 h
ou de 17 h 15 à 18 h 15

Avec qui ? : Noëlle DOURNEAU

Où ? : Grand Studio (1er étage)

Pratiquer la gymnastique douce, c'est s'accorder un moment de détente profonde, s'occuper de soi en affinant ses sensations physiques pour retrouver, entretenir et développer souplesse et force, mobilité et sens de l'équilibre. Les mouvements sont pratiques, principalement allongés, mais aussi assis ou debout, dans le respect des possibilités corporelles, chacun étant à l'écoute de soi.

On mobilise les articulations, on tonifie la musculature profonde : celle de la posture, on étire les muscles du mouvement en apprenant à mieux ressentir leur état et leur fonctionnement. C'est un travail corporel actif et profond.

La gymnastique douce c'est enfin un moment de convivialité passé avec d'autres en toute simplicité, loin des notions de performances et de compétition. C'est une pause dans la course de la vie moderne pour prendre le temps d'être, entretenir la joie, le plaisir de vivre, et retrouver le lien profond à soi, aux autres et au vivant.

De ce fait, elle s'adresse à toutes et à tous, quel que soit l'âge et les capacités physiques.

TARIFS :

Moins 25 ans	25 ans et plus
220 €	250 €

Conditions générales :

L'adhésion à la M.J.C. est obligatoire, 18-24 ans : 12 € et 25 ans et plus : 20 € non remboursable

• maison des jeunes et de la culture •

5, impasse Saint Pierre 8900 Auxerre • www.mjcauxerre.org • 03 86 52 35 71

Tai-chi



Pour qui ? : Adultes

**Quand ? : Mardi de 10h à 11h
Vendredi de 14h45 à 16h15**

Avec qui ? : Annie MASSICART

Où ? : Petit Studio (1^{er} étage)

N'exigeant aucune condition physique particulière, le Tai chi peut se pratiquer à tout âge. Chacun travaille à partir de ce qu'il est, et progresse à son propre rythme et sans esprit de compétition, sur le chemin qui mène à la connaissance de soi. L'enchaînement de mouvements souples et ronds, pratiqués sans rupture, dans une circulation fluide de l'énergie, favorise la détente, le lâcher-prise, et développe le calme et la tranquillité, ainsi qu'une certaine force intérieure. Cette intériorité nous permet d'autant plus de se relier les uns les autres en toute sécurité et en confiance dans le partage du lieu et du moment présent.

TARIFS :

Durée	Moins 25 ans	25 ans et plus
1 h	190 €	220 €
1h30	240 €	270 €

Formation Tai Chi à l'EKMA (Ecole de Kinésiologie et Méthodes Associées)

Conditions générales :

L'adhésion à la M.J.C. est obligatoire 18-24 ans : 12 € et + 25 ans : 20 € non remboursable.

• maison des jeunes et de la culture •

5, impasse Saint Pierre 8900 Auxerre • www.mjcauxerre.org • 03 86 52 35 71

Qi gong



Pour qui ? : Adultes

Quand ? : Mardi de 18 h à 19 h 15

Avec qui ? : Noëlle DOURNEAU

Où ? : Grand Studio (1^{er} étage)

Le Qi Gong est une gymnastique chinoise pour stimuler l'énergie vitale, détendre et harmoniser tout le corps par des mouvements simples et fluides, et des postures en lien avec la respiration.

Pratiquer le Qi Gong c'est renforcer son organisme, augmenter sa résistance au stress, enrichir sa présence au monde, la qualité de sa relation aux autres.

TARIFS :

Moins 25 ans	Plus de 25 ans
220 €	250 €

Conditions générales :

L'adhésion à la M.J.C. est obligatoire. 18 -24 ans : 12 € et 25 ans et plus : 20 e non remboursable.

• maison des jeunes et de la culture •

5, impasse Saint Pierre 8900 Auxerre • www.mjcauxerre.org • 03 86 52 35 71

Qi gong danse



Pour qui ? : Adultes

Quand ? : Jeudi 18 h 30 à 19 h 45

Avec qui ? : Noëlle DOURNEAU

Où ? : Grand Studio (1^{er} étage)

L'esprit apaisé, le corps dynamisé et sensibilisé par cette pratique de santé traditionnelle chinoise, on explorera le plaisir du mouvement danse.

Accessible à toutes et à tous.

Forte d'une longue expérience dans la danse et formée en Qi Gong, Noëlle associe ces deux pratiques et utilise le Qi Gong comme préparation à la danse naturelle dans des mouvements imposés ou libres.

TARIFS :

Moins 25 ans	25 ans et plus
220 €	250 €

Conditions générales :

L'adhésion à la M.J.C. est obligatoire. 18 -24 ans : 12 € et 25 ans et plus : 20 e non remboursable.

• maison des jeunes et de la culture •

5, impasse Saint Pierre 8900 Auxerre • www.mjcauxerre.org • 03 86 52 35 71

Pilates



Pour qui ? : Ados dès 16 ans / Adultes

Quand ? : Lundi de 17h30 à 18h30
ou 18h30 à 19h30

Avec qui ? : Lola BONDON

Où ? : Grand Studio (1er étage)

Diminuer les tensions et le stress. Les bienfaits du Pilates sur le dos et les cervicales. La méthode Pilates permet de se tonifier et de se détendre. Ce sport est adapté à toutes et à tous, quel que soit son âge, son état de santé et ses performances.

TARIFS :

Moins de 25 ans	25 ans et plus
205 €	230 €

« Certificat matwork1 Pilates »

Conditions générales :

L'adhésion à la M.J.C. est obligatoire 18-24 ans : 12 € ; 25 ans et plus : 20 € et non remboursable.

• maison des jeunes et de la culture •

5, impasse Saint Pierre 8900 Auxerre • www.mjcauxerre.org • 03 86 52 35 71

Hatha Yoga Vedanta



Pour qui ? : Adultes

Quand ? : Lundi de 18 h 30 à 19 h 30

Avec qui ? : Stéphanie DEJONGHE

Où ? : Petit Studio (1er étage)

Et si vous faisiez une pause dans le tumulte du quotidien pour vous reconnecter à l'essentiel ?
Le Yoga Vedānta ne se limite pas à une pratique physique : il unit le corps, le souffle et l'esprit.
Des séances pour :

- Renforcer le corps par des postures douces et conscientes (āsanas)
- Apaiser le mental par la respiration (prāṇāyāma)
- Se régénérer en profondeur par la relaxation (savasana)

Ouvert à toutes et à tous - débutant au pratiquant avancé. Le cours est adapté à tous les niveaux grâce à des propositions d'ajustement.

Un moment pour souffler, se recentrer, et repartir plus serein.

TARIFS :

Moins de 25 ans	25 ans et plus
210 €	240 €

Conditions générales :

L'adhésion à la M.J.C. est obligatoire 18-24 ans : 12 € ; 25 ans et plus : 20 € et non remboursable.

• maison des jeunes et de la culture •

5, impasse Saint Pierre 8900 Auxerre • www.mjcauxerre.org • 03 86 52 35 71

Energie en mouvement



- Pour qui ?** : Enfants 3-6 ans
Quand ? : Mercredi de 10 h à 11 h
Avec qui ? : Adrien PAULMIER
Où ? : Petit Studio (1er étage)

Un atelier ludique pour les petits animé par Adrien, éducateur sportif passionné, afin de se dépenser, canaliser ses énergies, gérer ses émotions et respecter des règles et consignes.

Au programme motricité, mobilité, jeux de coordination, et découverte des différents sports de contact (kick-boxing, lutte, boxe anglaise...) sous forme de jeux et sans opposition.

Tarif : 180 €

BPJEPS Sport de Contact et Disciplines Associées Brevet Moniteur Fédéral KickBoxing 1/2/3

Conditions générales :

L'adhésion à la M.J.C. est obligatoire 18-24 ans : 12 € ; 25 ans et plus : 20 € et non remboursable.

• maison des jeunes et de la culture •

5, impasse Saint Pierre 8900 Auxerre • www.mjcauxerre.org • 03 86 52 35 71

Cross training & confiance



Pour qui ? : Adultes

Quand ? : Mercredi de 19 h 30 à 20 h 30

Avec qui ? : Adrien PAULMIER

Où ? : Petit Studio (1er étage)

Viens te défouler dans une ambiance bienveillante et dynamique avec Adrien, éducateur sportif passionné et ultra motivant !

Au programme : circuit training ludique, renforcement musculaire, dépense énergétique, initiation au self-défense, sourires, dépassement de soi et confiance retrouvée !

Alors prends tes baskets, ta bouteille d'eau et ta bonne humeur !

Booste ta forme, affirme-toi !

Tarifs :

Moins de 25 ans	25 ans et plus
260 €	290 €

BPJEPS Sport de Contact et Disciplines Associées Brevet Moniteur Fédéral KickBoxing 1/2/3

Conditions générales :

L'adhésion à la M.J.C. est obligatoire 18-24 ans : 12 € ; 25 ans et plus : 20 € et non remboursable.

• **maison des jeunes et de la culture** •

5, impasse Saint Pierre 8900 Auxerre • www.mjcauxerre.org • 03 86 52 35 71

Tapissier ameublement



Pour qui ? : Ados / Adultes

Quand ? : **Lundi et Mardi** de 18 h à 20 h

Vendredi de 9 h à 12 h et de 14 h à 17h

Samedi de 10 h à 12 h

Avec qui ? : Edwige CAGNAT

Où ? : Cave

Apprenez et découvrez les techniques traditionnelles de la tapissier d'ameublement. Vous serez accompagnés tout au long des étapes pour rénover votre fauteuil ou chaise par Edwige Cagnat, artisan tapissière depuis bientôt 15 ans.

Les outils vous seront prêtés pendant l'activité et la matière première sera à régler au fur et à mesure. Les tissus et finitions (clous ou galons) pourront être trouvés ensemble.

Un large choix vous attend ainsi que de précieux conseils.

Tarif : 4 € la séance (à régler à la MJC)

+ 10 € de l'heure (à régler à l'animatrice)

**CAP Tapissière d'ameublement (siège)
et CAP couturière d'ameublement (décors)**

Conditions générales :

L'adhésion à la M.J.C. est obligatoire 18-24 ans : 12 € ; 25 ans et plus : 20 € non remboursable.

• **maison des jeunes et de la culture** •

5, impasse Saint Pierre 8900 Auxerre • www.mjcauxerre.org • 03 86 52 35 71

œnologie



Pour qui ? : Adultes

Quand ? : de 19 h à 21 h 15

Groupe 1 (novices) les lundis

29/09, 13/10, 17/11, 08/12, 19/01, 23/02, 16/03, 27/04, 18/05, 22/06

Groupe 2 (intermédiaires) les jeudis

25/09, 16/10, 13/11, 11/12, 22/01, 26/02, 26/03, 23/04, 21/05, 25/06

Groupe 3 (confirmés) les lundis :

22/09, 06/10, 03/11, 01/12, 12/01, 02/02, 02/03, 20/04, 11/05, 15/06

Avec qui ? : Joel LECOQ / Julien REGNAULT

Où ? : Salle capitulaire

Activité ludique et conviviale avec des séances thématiques, d'une durée d'environ 2h15 au cours desquelles est laissée une large place à la découverte, la convivialité et une vision « transversale » de l'univers du vin au travers de la dégustation. On y aborde donc de nombreux aspects (terroirs, cépages, vinifications, historique, accords mets/vins, méthodologie), mais aussi des bases d'analyse sensorielle. Ces ateliers sont ouverts aussi bien aux novices qu'aux personnes plus confirmées en fonction des groupes proposés.

Tarif : 310 €

Diplômé universitaire d'analyse sensorielle / Licence de la vigne et vin

Conditions générales :

L'adhésion à la M.J.C. est obligatoire 18-24 ans : 12 €, 25 ans et plus : 20 € non remboursable.

• maison des jeunes et de la culture •

5, impasse Saint Pierre 8900 Auxerre • www.mjcauxerre.org • 03 86 52 35 71

Pour suivre les actualités de la MJC : www.mjcauxerre.org

S'inscrire à la Newsletter

Nous suivre sur les réseaux sociaux :



Pour vous pré-inscrire aux ateliers :



• maison des jeunes et de la culture •

5, impasse Saint Pierre 8900 Auxerre • www.mjcauxerre.org • 03 86 52 35 71