



STAGE DE PRINTEMPS

Du 3 au 15 avril 2017

54 Boulevard Carnot - 78110 Le Vésinet

01.30.71.35.67 www.mjcvesinet.org mjcduvesinet@gmail.com

PREMIERE SEMAINE ENFANTS

âge	intitulé	date	horaire	prix	animateur
3/5	Anglais	3 au 7 avril	9h30-11h	55€	Ioana LLUANSI
4/6	Danse Bollywood	3 au 7 avril	15h-16h30	55€	Manisha MISHRA
4/6	Arts plastiques	3 au 7 avril	10h-11h	55€	Pascale GRUENBERG
	Poterie	3 au 7 avril	11h-12h30	80€	Sophie DIEUDONNE
	Poterie	3 au 7 avril	15h30-16h30	60€	Sophie DIEUDONNE
6 et +	Comédie musicale, Modern'jazz et Claquettes	3 au 7 avril	10h-15h	220€	Catherine N'SIZOA
6/8	Anglais	3 au 7 avril	11h-13h	75€	Ioana LLUANSI
6/9	Guitare	3 au 7 avril	9h30-11h	55€	Romain BASTIDE
7 et +	Arts plastiques	3 au 7 avril	11h-12h30	75€	Pascale GRUENBERG
	Ensemble de flûtes traversières	3 au 7 avril	16h-17h	50€	Misako TOYOFUKU
	Danse Bollywood	3 au 7 avril	13h30-15h	55€	Manisha MISHRA
	Poterie	3 au 7 avril	13h30-15h30	95€	Sophie DIEUDONNE
8 et +et parents	Maison de rêve	3 au 7 avril	10h30-12h30	85€	Sébastien MOULIN
10 et +	Guitare	3 au 7 avril	11h-12h30	55€	Romain BASTIDE
	Guitare	3 au 7 avril	13h30-15h	55€	Romain BASTIDE
12 et +	Zumba	3 au 7 avril	9h-10h	60 €	Catherine N'SIZOA

DEUXIEME SEMAINE ENFANTS

Age	intitulé	date	horaire	prix	animateur
3/4	Eveil gym ludique	10 au 13 avril	10h30-11h30	50€	Delphine LACHAMBRE
4/6	Danse Bollywood	10 au 14 avril	15h-16h30	55€	Manisha MISHRA
5 et +	Eveil gym ludique	10 au 13 avril	11h30-12h30	50€	Delphine LACHAMBRE
5/7	Dessin Peinture	10 au 14 avril	10h-11h30	75€	Anne SAULNIER
5/11	Relaxation ludique	10 au 14 avril	16h30-18h	65€	Audrey ROUSSEL
7+	Danse Bollywood	10 au 14 avril	13h30-15h	55€	Manisha MISHRA
6/9	Guitare	10 au 14 avril	9h30-11h	55€	Romain BASTIDE
8+	Dessin Peinture	10 au 14 avril	11h30-13h	75€	Anne SAULNIER
8/12	Dessin Peinture	11 et 12 avril	10h30-12h30 13h30-15h30	75€	Sébastien CARRON
10 et +	Guitare	10 au 14 avril	11h-12h30	55€	Romain BASTIDE

PREMIERE SEMAINE ADULTES

âge	intitulé	date	horaire	prix	animateur
Lycéens /adultes	Archi-intense	1er et 2 avril	13h-18h	85€	Sébastien MOULIN
Ados Adultes	Zumba	3 au 7 avril	9h-10h	60€	Catherine N'SIZOA
Adultes	Ensemble de flûtes traversières	3 au 7 avril	19h-20h	50€	Misako TOYOFUKU

DEUXIEME SEMAINE ADULTES

âge	intitulé	date	horaire	prix	animateur
Adultes	Pilates	10 et 15 avril	10h30- 12h30	20€ la séance	Michèle BOURDET
Adultes	Gym "bien être - pilates"	11 et 13 avril	9h30-10h30	10€ la séance	Delphine LACHAMBRE
Adultes	Yoga-massage	10 au 14 avril	19h-20h30	65€	Audrey ROUSSEL

Détail des ateliers

Les arts

***Arts plastiques (4/6ans)** : fabrication de peinture végétale et créations colorées.

***Arts plastiques (7 et +)** : réalisation de la chambre de ses rêves, création d'une maquette. Bricolage mettant en œuvre : peinture, découpage, collage et autres inventions.

***Poterie** : thème de la banquise. Approche technique du modelage au colombin et à la plaque. Mise en couleurs aux engobes le dernier jour du stage.

* **Maison de rêve** : invente une maison de rêve ! Travailler en petit groupe, s'amuser et échanger avec des plans simples et des maquettes de formes.

***Dessin peinture (8/12 ans)** : *accessoire de mode et univers du sport*

Décoration d'un ou plusieurs accessoires en utilisant le dessin et la peinture et en laissant libre cours à son imagination. (Prévoir son panier repas)

Pour les filles : conception d'un accessoire de mode (basket Converse, Adidas, New Balance...)

Pour les garçons : conception d'un maillot de foot ou rugby, d'une équipe de grande renommée.

***Archi-intense** : préparer une école d'architecture, un book pour l'architecture d'intérieur ou une reconversion professionnelle, se confronter aux exercices universitaires.

***Dessin-Peinture (5/7 et 8+)** : Le jardin et le potager.

Avec le printemps, c'est le renouveau de la nature. Imaginer, peindre et dessiner jardins et potagers.

Le corps en mouvement

***Danse Bollywood** : découverte de la danse indienne à tout âge.

***Comédie musicale, modern'jazz et claquettes** : sur le thème de Charlie Chaplin. Prévoir son déjeuner, possibilité de pique-niquer en fonction du temps.

***Zumba** : se défouler sur de la musique rythmée, grâce à un entraînement physique et complet.

***Relaxation ludique** : aider les enfants à se concentrer, se calmer et favoriser leur sommeil.

***Eveil gym ludique** : séance de motricité avec utilisation pédagogique de gymnastique adapté aux enfants. Les enfants découvrent et explorent le parcours mis en place (3/4 ans) et à partir de (5/6 ans) se familiarisent avec les rotations, renversements, appuis pédestre et manuels, sous forme d'ateliers.

***Pilates** : travail postural en profondeur des différents muscles du corps, en insistant sur la respiration.

***Gym « bien-être – pilates »** : pilotez votre bien-être ! Séances de renforcement des muscles profonds, en améliorant votre posture ainsi que votre mobilité articulaire.

***Yoga-massage** : pour accompagner et préparer le corps au réveil printanier; une pratique ciblée sur la detox, l'écoute, le lâcher-prise et la respiration. Aucun prérequis en yoga et/ou massage nécessaire. Atelier ouvert à tous. Le yoga-massage se pratique au sol et habillé. Vêtements amples et fluides recommandés.

Les langues

***Anglais:** waiting for the Easter Bunny. Chansons, contes et réalisation de petits objets sur le thème de Pâques.

La musique

***Guitare :** initiation, découverte des accords. Mise en pratique dans un morceau. Les jolies voix sont bienvenues pour découvrir l'accompagnement à la guitare.

***Ensemble de flûtes traversières :** niveau débutant/intermédiaire.



Pour toute personne non adhérente, une adhésion ponctuelle de 5€ est demandée pour les assurances.

L'ouverture d'un stage est déterminée par la certitude d'avoir un minimum d'inscriptions.

Nous vous remercions de bien vouloir passer au secrétariat pour vous inscrire et effectuer votre règlement.

En cas de demande exceptionnelle par mail, cette réservation ne sera valable que 48h à défaut de règlement.

Merci et à très bientôt.

L'équipe de la MJC.