

Samedi sans écran

Un samedi par mois, lieu itinérant.
Auberge espagnole et jeux de société. N'oubliez pas vos jeux et votre vaisselle. Entrée libre et gratuite.
Clémence : 07 86 99 67 97, Anna : 06 52 31 08 95,
Jennifer : 06 67 60 44 71.

Mercredis créatifs

Tous les mercredis en période scolaire, de 14 à 16h, salle MJC de Trébas.

1e mercredi du mois : expériences scientifiques avec Henry

2e : atelier argile/ poterie avec Romania

3e : activités manuelles avec Jennifer

4e : danses joyeuses avec Mathieu

Adhésion MJC + 30€/trimestre ou 8€/séance

Démarrage le 17 septembre

Sur inscription auprès de Jennifer ou Romania,
groupe WhatsApp 06 37 86 19 84/06 67 60 44 71

Vacances scolaires

Pendant les vacances scolaires, la MJC propose des activités pour les enfants et les familles. Les programmes sont élaborés au fur et à mesure. N'hésitez pas à nous contacter si vous avez des envies, idées ou si vous souhaitez proposer une activité.

Fête de la Pomme

Week-end du 3 au 5 octobre 2025, à la salle des fêtes d'Assac.

Projection cinéma, atelier cuisine, spectacle acrobatique, ateliers famille, bal trad, pressage de pommes, marché aux plantes, etc.
Programmation détaillée à venir. Réservez votre week-end!

Inscriptions

L'adhésion est obligatoire pour toutes les activités MJC.

L'inscription et le paiement se font pendant les activités au cours du premier mois.

La cotisation annuelle et l'adhésion MJC se règlent en même temps. Possibilité de paiement échelonné.

Adhésion individuelle : 10€

Adhésion pour bénéficiaire du RSA : 5€

Adhésion famille : 20€

Contact

MJC Trébas-Curvalle

Mairie, 81340 Trébas

Tel : 05 63 55 93 53

E-mail : mjctrebascurvalle@mailo.com

Site internet : www.mjctrebascurvalle.fr

Retrouvez toute notre actualité sur notre site internet et notre page Facebook.

Événements

Comme chaque année, retrouvez nos événements, devenus emblématiques de la MJC :

Bourse aux minéraux, vide-grenier, Journées du patrimoine, stages pour petits et grands, etc.



mjc
TRÉBAS
CURVALLE

Programme
2025-2026

Taiji

NOUVEAU

Le mercredi de 18h30 à 20h, dojo de Trébas.

Adhésion MJC + 84€/carte de 12 séances

Tristan : 06 78 66 46 90

Qi Gong

Qi Gong - Lundi de 10h00 à 11h15

Qi Gong - Mardi de 18h à 19h15

Au dojo de Trébas.

Adhésion MJC + 80€/trimestre - 10€/séance

Nathalie : 06 49 98 62 75

Yoga

Mardi de 10h à 11h30

Mercredi de 10h à 11h30

Au dojo de Trébas.

Adhésion MJC + 90€/trimestre ou 10€/séance

Angélique : 07 64 23 71 66

Yoga dynamique

NOUVEAU

Le jeudi à 18h30-20h, sous l'école de Villeneuve.

Démarrage le 11 septembre.

Adhésion MJC + 90€/trimestre ou 10€/séance

Marta : 06 40 74 74 29

Aïkido

Enfants à partir de 6 ans

Samedi de 9h45 à 11h45

Adultes

Jeudi 19h à 20h

Au dojo de Trébas.

Adhésion MJC + licence 26€ + 120€/an enfants et licence 36€ + 140€/an adultes.

Jean-Paul : 06 88 33 88 85

Chant

NOUVEAU

Chorale - salle d'animation de la Maison de Retraite de Trébas tous les mardis.

De 17h30 à 18h15 : enfants, adultes, seniors

-> adhésion + 100€/an

De 18h30 à 19h45 : ados/adultes (à partir de 14 ans)

-> adhésion + 150€/an

Démarrage le 16 septembre.

Cours de chant individuels à la demande.

Léa : 06 76 45 57 41

Biodanza

Moment privilégié de bien-être et de lâcher prise par la danse. Un dimanche par mois de 15h à 17h. Au dojo de Trébas.

Adhésion MJC + 10€/séance

Matthieu : 06 77 41 35 88

Théâtre

Ados et adultes

Le mercredi de 19h à 20h30

Au préau, sous l'école de Villeneuve

Adhésion MJC+130€/an

Deux premiers cours gratuits

Anna : 06 52 31 08 95

Pratique artistique

Atelier mensuel pour public adulte, d'octobre à juin 10h-12h30 - reprise mi-octobre (cf. site internet MJC)

Adhésion MJC + 130€/an

Marie-Pierre : 06 27 22 96 68

Gym tonique

Le lundi de 18h45 à 19h45 au dojo de Trébas.

Adhésion MJC+ 90€/an.

Sandra : 05 65 97 53 16

Balades à pied

Une fois par mois, le mercredi.

Programme détaillé sur le site internet et la page Facebook.

Seule l'adhésion MJC est demandée.

Irène : 07 60 01 49 59 et Daniel : 06 12 90 09 66

Marche nordique

Groupe 1 : jeudi, 14h

Groupe 2 : lundi, 14h

Seule l'adhésion à la MJC est demandée.

Sylvie : 06 72 53 76 79

Spéléologie

Dates des sorties se déterminant selon la disponibilité des participants.

Équipement d'initiation prêté.

Seule l'adhésion MJC est demandée.

Daniel : 06 12 90 09 66

Easy English

Ateliers d'anglais gratuits pour encourager l'expression orale en anglais de manière ludique.

Le mercredi de 18h à 18h50.

Au préau, sous l'école de Villeneuve

Seule l'adhésion MJC est demandée.

Anna : 06 52 31 08 95

Ateliers argile

Pour adultes en séances individuelles, ateliers poterie et tour de potier. Le matériel et la cuisson sont compris. Le jeudi de 13h30 à 15h30, salle MJC de Trébas.

Adhésion MJC + 60€/trimestre.

Romanie : 06 37 86 19 84