



www.mjc-toul.fr

MJC Toul
18 rue de la Halle
54200 Toul
03.83.64.31.15
contact@mjc-toul.fr

**OUVERTURE
DE L'ACCUEIL**
9h - 12h & 13h30 - 18h

BIENVENUE

MJC DE TOUL



SAISON 2019 / 2020



ne pas jeter sur la voie publique



	page
Instruments	5
Éveil musical, Solfège	6
Orchestres & groupes Chorale	8
Théâtre classique Théâtre de rue	10
Dessin	
Arts plastiques BD Mangas Couture	13
Poterie céramique Modelage artistique Bricolage et recyclage	
Danse Jazz Hip Hop	16
Rock & Danses Latines	

Pour tous

Cycles et conférences, Samedis découvertes	19
Vacances de Stars,	20
Programme culturel	21
Infos pratiques	22

MUSIQUE

THÉÂTRE

ARTS PLASTIQUES

DANSE

STAGES CONFÉRENCES

INFOS

Musique

IMPRO

Créations artistiques

LANGUES

DANSE

Sport

Bien-être

SANTÉ

page

5	Instruments
6	Solfège
8	Orchestres & groupes Chorale
10	Théâtre d'Impro
	Arts plastiques Modelage artistique
12	Couture Tricot Poterie céramique
12	Anglais / Allemand
	Danse Jazz
16	Danse de loisirs Flamenco
	Gym Douce Pilates
18	Relaxation Yoga Qi Gong - Taï chi Gym santé



POUR TOUS !

Acteur engagé du territoire, la **MJC de Toul** souhaite promouvoir l'éducation à la citoyenneté, l'accès à la culture, l'égalité des chances et la diversité.

L'équipe composée d'une quarantaine de bénévoles et salariés militants, est à l'écoute des adhérents et des usagers pour construire avec eux des projets dans tous les domaines. De la **Musique**, en passant par les **Arts Créatifs**, les **Langues**, les **Activités sportives et de détente**, le **Théâtre** et la **Danse**, la culture sous toutes ses formes...

TOUT EST POSSIBLE,
IL SUFFIT DE POUSSER
LA PORTE !

POUR QUOI ?

POUR QUI ?



Une plaquette de la MJC est toujours un peu comme une malle enchantée : ouvrez le couvercle, fouillez, piochez, vous y découvrirez toutes sortes de trésors.

Cette année encore, nous vous avons concocté des propositions inédites, elles se cachent au milieu des activités traditionnelles que vous attendiez de retrouver avec impatience.

Ne craignez plus l'automne chagrin, l'hiver morose ; sans vous lasser, tournez et retournez les pages : rue de la halle, un monde merveilleux s'offre à vous !

Belle rentrée à tous.



GENEVIÈVE
FRANÇOIS

ÉCOLE DE MUSIQUE

Mercredi 04/09/2019

15h - 16h Réunion d'information

16h - 19h Inscriptions en
présence des professeurs

Contact

Aline DUBUIT FIGEL
coordinatrice
musique@mjc-toul.fr
03 83 64 31 15

INSTRUMENTS

Chant Tuba

Piano

Violon Accordéon

Guitare

Électrique & Acoustique

Batterie Basse

Percussions

Flûte Traversière

Flûte À Bec
Saxophone Clarinette

Trombone

Trompette

7 - 99 ans

FORMULE INDIVIDUELLE 1H30/SEMAINE

SOLFÈGE &
FORMATION MUSICALE

26 cours individuels
30 min/semaine

Les cycles se préparent
en 1, 2 ou 3 ans au
rythme de chacun.

33 cours collectifs de
formation musicale
et de solfège
de 45 min à 1h/semaine

ENFANTS À PARTIR DU CE1

Cycle 1

Mercredi 14 - 15h

Cycle 2

Mardi 18h - 18h45

Mercredi 17h15 - 18h

Cycle 3

Jeudi 18h - 18h45

Cycle 4

Mercredi 18h - 18h45

ADOS & ADULTES

Lundi 19h - 20h

Instrument + solfège

Tarif : 500€ Toul -

550€ Hors Toul

(en 10x : 50€ ou 55€/mois)



Les musiciens viennent en cours avec
leur instrument, amis chanteurs
n'oubliez pas votre micro !

Préparation de l'option musique au BAC,
au concours d'entrée au conservatoire
et en CHAM.

4 - 6 ans

DÉCOUVRIR ET PRENDRE LE TEMPS DE CHOISIR SON INSTRUMENT

ÉVEIL MUSICAL DÈS 4 ANS

4-5 ans : Mercredi 16h - 17h

5-6 ans : Mercredi 15h - 16h

FLûTE À BEC DÈS 6 ANS

(groupe de 3 à 5 enfants)

Mercredi : 10h - 10h30/

10h30 - 11h/ 11h - 11h30

Tarif : 175€ Toul -

200€ Hors Toul

(en 10x : 17,50€
ou 20€/mois)





CONCERTS

05/10/2019
Concert Auti'day
à la MJC

14/10/2019
Audition à la MJC

19/10/2019
Orchestre à l'école
École P&M Curie

08/11/2019
Classico, Lyre Toulouise – Arsenal

13 et 14/12/2019
Concert de Noël
CC Vauban

04/03/2020
Audition à la MJC

20/05/2020
Audition à la MJC

27/05/2020
Family Concert
Adjudications

31/05/2020
JDM Festival

24/06/2020
Gala – Arsenal

Vacances d'artistes

Violon, flûte traversière, guitare

du 21 au 25/10/2019

ORCHESTRES ET GROUPES de 8 à 99 ans

ORCHESTRES & GROUPES

Jazz, classique, rock, musiques actuelles, les orchestres travaillent sur des œuvres du répertoire, des reprises, standards, des créations originales, des impros... en fonction des envies et des projets. En concert plusieurs fois par an dans divers lieux culturels du territoire

AVIS AUX AMATEURS, LES ORCHESTRES EN PLACE RECRUTENT, D'AUTRES SONT À CRÉER !

1 à 2h/semaine encadrés par un professeur

120€/an/orchestre
(en 10x : 12€)/mois
gratuit pour les adhérents
de l'école de musique

LE DENIS'BAND

Jazz Band crée en 2014 et dirigé par Denis Mermet, ils explorent tous les univers du Jazz (swing, funky, ska, latino, soul rythme & blues, New Orleans...)

6 concerts / an

Mardi 18h30 - 20h30

COMBO JAZZ, GROUPE ROCK

En cours de création, les horaires de répétition seront choisis avec le collectif

CLASSICO

Orchestre classique créé en 2015 et dirigé par Aline Dubuit Figel, leur univers musical passe par Fauré, Saint Saens, Smetana, Haendel, Liszt, Vangélics, Bach...

Vendredi 18h - 19h30

CHORALE

(tout public)

Mercredi 19h - 20h

FANFARE JAZZ

Lundi 19h30 - 20h30

NOUVEAU

Festival Bach Festival Jardin du Michel Pub
Arsenal Rock Chez Paulette
Théâtre de Cristal Centre Culturel Vauban
Salle des Adjudications Cloître St Gengoult
Jardins de l'hôtel de ville Espace Montrichard

THÉÂTRE



SPECTACLES

Au Centre Culturel Vauban

13 et 14/12/2019

Noël approche...

13/03/2020

Apéro impro

Du 26/06/2020

au 04/07/2020

Festival du théâtre amateur
de la MJC

VACANCES D'ARTISTES

Tout public à partir de 6 ans
à la MJC

21 au 25/10/2019

17 au 21/02/2020

6 - 18 ans

THÉÂTRE DE RUE

De 6 à 11 ans

Créer, imaginer, jouer,
bouger, écouter,
s'exprimer sur scène,
dans la rue, partout
pour le plaisir.

**Mercredi
10h - 11h30
à la MJC**

Tarif :
180€ Toul - 200€ Hors Toul
(en 10x : 18€ ou 20€/mois)

THÉÂTRE CLASSIQUE

De 9 à 18 ans

Explorer la voix, le corps,
l'espace et l'imaginaire...

Apprendre à s'exprimer
et s'épanouir au sein
d'un groupe.

S'approprier les
grands classiques et
le théâtre moderne...

Découvrir la mise en scène
et le plaisir de se produire
devant un public.

**Mercredi
au Centre Culutreel Vauban**

9-12 ans : 14h - 15h30

12-14 ans : 15h30 - 17h

16-18 ans : 17h30 - 19h

16 - 99 ans

THÉÂTRE D'IMPRO

A partir de 16 ans

Jouer avec les mots, les situations,
les émotions.

Jouer avec l'autre, l'écouter,
lâcher prise... improviser

Mardi 18h30 - 20h30 à la MJC

200€ Toul -
220€ Hors Toul





CULTURE & CRÉATION

CRÉER

Couleurs

Imaginer
Inventer

Dessiner
Construire

Tableau

Terre Laine

Aiguille Coudre

Crayon Matières

Inspiration Formes

Bobine Style

16 - 99 ans

ARTS PLASTIQUES

Histoire de l'art,
aquarelle, fusain,
collage, feutre,
peinture à l'huile, crayon...

Mercredi 17h30 - 20h30

Jeudi 16h30 - 19h30

Tarif 230€ Toul - 260€ Hors Toul
(en 10x : 23€ ou 26€/mois)

MODELAGE ARTISTIQUE

Découverte de toutes
les pâtes et techniques de
modelage (fimo, porcelaine-
froide, autodurcissante...)

Mardi 19h15 - 20h15

Tarif : 175€ Toul -
200€ Hors Toul
(en 10x : 17,50€
ou 20€/mois)

COUTURE

Apprendre, se perfectionner, créer
pour soi avec les conseils d'une
professionnelle

Jeudi 14h - 17h

Tarif : 210€ Toul - 230€ Hors Toul
(en 10x : 21€ ou 23€/mois)

POTERIE CÉRAMIQUE

Modelage à la main, au tour,
émail, engobe

Mercredi 17h - 18h30

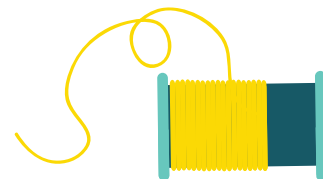
Tarif : 220€ Toul - 245€ Hors Toul
(en 10x : 22€ ou 24,50€/mois)

TRICOT

Tricot, tissage, crochet,
broderie, canevass..., apprendre,
partager sa passion, participer à
des projets de création ambitieux
et farfelus,...

Jeudi 14h - 17h

Tarif : 45€ Toul - 50€ Hors Toul
(en 10x : 4,50€ ou 5€/mois)



LANGUES

10 - 99 ans

ALLEMAND

débutant
Lundi 19h30 - 20h30

ANGLAIS

débutant
Mercredi 16h30 - 17h30
intermédiaire
Mercredi 17h30 - 18h30
confirmé
Mercredi 18h30 - 19h30

Tarif : 175€ Toul -
200€ Hors Toul
(en 10x : 17,50€
ou 20€/mois)

RÉATION



VACANCES D'ARTISTES

du 21 au 25/10/2019
& du 17 au 21/02/2020

BD MANGAS FIMO FABRICATION D'ENCRE

du Lundi au Vendredi
13h30 - 16h30

SAMEDIS DÉCOUVERTES

MODELAGE ARTISTIQUE 13h30 - 17h30

Gourmandises de Noël
30/11/2019

Les animaux fantastiques
28/03/2020

Fête des mères/des pères
30/05/2020

5 - 16 ans

DESSIN & ARTS PLASTIQUES

à partir de 6 ans
Mercredi 14h - 15h
Mercredi 16h - 17h

BD MANGAS

À partir de 6 ans
ou débutant
Lundi 17h15 - 18h15
À partir de 10 ans
ou confirmé
Lundi 18h15-19h15

BRICOLAGE & RECYCLAGE

À partir de tissus, bois et matériaux de recyclage, création de bijoux et autres objets du quotidien
8 - 12 ans
Mercredi 10h45 - 12h

COUTURE

Créer, transformer des vêtements, sacs à main, accessoires, besaces...
préparer un défilé
à partir de 6 ans
Débutant
Mercredi 15h - 16h15
Confirmé
Mercredi 16h15 - 17h30

POTERIE CÉRAMIQUE

à partir de 6 ans
Mercredi 15h - 16h

MODELAGE ARTISTIQUE

Découverte de toutes les pâtes et techniques de modelage (fimo, porcelaine froide, autodurcissante...)

À partir de 5 ans
Mardi 17h15 - 18h15

À partir de 10 ans
Mardi 18h15 - 19h15



Tarif par atelier :
175€ Toul - 200€ Hors Toul
(en 10x : 17,50€ ou 20€/mois)

DANSE



★ ★ ÉVÉNEMENTS

01/12/2019
& 05/04/2020

« Toul Break Battle »
HIP HOP, GRAFF, BMX,
RAP & SLAM
Gymnase P&M Curie

23/06/2020

GALA de danses,
Hip Hop et défilé
de couture
Arsenal

5 - 16 ans

16 - 99 ans

HIP HOP

Orienté break dance, cette pratique à la fois artistique et sportive permet de travailler le rythme, les techniques acrobatiques mais aussi le dépassement de soi et l'esprit d'équipe.

DÉBUTANT

À partir de 6 ans
Mardi 17h30 - 19h
à la MJC

DÉBUTANT

À partir de 11 ans
Mercredi 13h30 - 15h
au gymnase Chatelet

CONFIRMÉ

À partir de 8 ans
Vendredi 18h30 - 20h
à la MJC

ROCK & DANSES LATINES

NOUVEAU
À partir de 5 ans
Mercredi 10h30 - 11h30

MODERN JAZZ

5 à 7 ans
Lundi 17h00 - 18h00

8 à 10 ans

Lundi 18h10 - 19h10

11 à 14 ans

Lundi 19h10 - 20h10

DANSE DE LOISIRS

VALSE, TANGO, PASO, ROCK, SALSA...

Débutant
Lundi 19h45 - 20h45

Confirmé
Jeudi 20h30 - 21h30

FLAMENCO SEVILLANAS

NOUVEAU
Danse populaire espagnole, la Sévillane est une bonne introduction au Flamenco. Ludique et festive, elle ne nécessite pas de pré-requis en danse.

Tout public - Jeudi 18h30 - 19h30

MODERN JAZZ

Lundi 20h10 - 21h10



Tarif par atelier :
175€ Toul - 200€ Hors Toul
(en 10x : 17,50€ ou 20€/mois)

BIEN ÊTRE & SANTÉ



SPORT

zen

dynamique
tonique

bouger

energie

fun

détente

corps

forme

équilibre

activité

exercice

santé

plaisir

SANTÉ

16 - 99 ans

BIEN ÊTRE

PILATES

Débutant

Lundi 17h30 - 18h30

Niveau 1

Mercredi 18h - 19h
19h - 20h
Jeudi 19h - 20h
Vendredi 11h30 - 12h30
19h - 20h

Niveau 2

Lundi 18h30 - 19h30
Mardi, Jeudi, Vendredi
12h30 - 13h30

Niveau 3

Jeudi 10h15 - 11h15
Vendredi 18h - 19h

Séniors

Vendredi 10h30 - 11h30



GYM SANTÉ

Gym Équilibre

Atelier spécial
prévention
des chutes

Mardi 10h - 11h

Thérapie Pilates

Pratique adaptée aux
problèmes de santé
récurrents

Spécial débutant
Jeudi 18h - 19h

GYM DOUCE

Mardi 9h - 10h
Jeudi 9h - 10h

Tarif :

175€ Toul - 200€ Hors Toul
(en 10x : 17,50€ ou 20€/mois)

RELAXATION

Prendre soin de soi
grâce aux exercices
de respiration et
mouvements corporels
tout en douceur.

Vendredi
16h15 - 17h15
17h15 - 18h15

Tarif :
175€ Toul - 200€ Hors
Toul
(en 10x : 17,50€ ou
20€/mois)

QI GONG TAI CHI

Ni gym douce, ni
relaxation, le Qi
GONG est un Art
Énergétique inspiré
de pratiques chinoises
ancestrales

Mardi 19h - 20h30
au Centre Socio-culturel

Tarif :
190€ Toul - 215€ Hors Toul
(en 10x : 19€ ou 21,50€/mois)

YOGA

Mardi 14h - 15h15

Tarif : 180€ Toul -
205€ Hors Toul
(en 10x : 18€
ou 20,50€/mois)

CYCLES ET CONFÉRENCES

COUP DE CRAYON

avec Marion Isambert
Le samedi 9h30 - 12h30

Modèle vivant
16/11/2019

Croquis de créateurs de mode
08/02/2020

Cubisme
16/05/2020

Tarif : 30€
par atelier

REGISSEUR SON

Comment installer une scène, sonoriser un concert, enregistrer un morceau... avec Jean Michel Vaicle (formateur au CEFEDM et au LT DAUNOT)

MODULE DÉCOUVERTE

Samedi 30/11/2019
10h - 12h

SON ET ACOUSTIQUE

Module technique
Samedi 01/02/2020
14h - 18h

ENREGISTREMENT ET MIXAGE

Module technique
Samedi 15/02/2020
14h - 18h

À partir de 13 ans

Tarif :
Module 1 : 10€
Module 2+3 : 50€

CENOLOGIE

À la MJC, 1 vendredi / trimestre 18h - 20h30
avec Denis SIMERMANN

Quelle effervescence !

Vendredi 15/11/2019

Ballade en Loire

(Saison 2)
Vendredi 07/02/2020

Qu'est-ce qu'un terroir ? (Saison 1)

Vendredi 15/05/2020

Groupe de 20 personnes max.
Dégustation accompagnée de spécialités.

Adhérents 18€ la séance
Non adhérents 20€ la séance

VACANCES DE STARS

du 21/10 au 25/10/2019
du 17/02 au 21/02/2020
du 06/07 au 10/07/2020

MUSIQUE

Une semaine pour se perfectionner et partager au rythme de la musique (violon, flûte traversière, guitare) – concert en fin de stage

THÉÂTRE

Pour découvrir et surtout pour le plaisir : mimes, impros, masques, théâtre d'objets...spectacle en fin de stage

BD MANGAS

Découvrir l'univers de la BD et réaliser ses propres planches

MODELAGE ARTISTIQUE

Découvrir toutes les pâtes et techniques de modelage (autodurcissante, fimo, porcelaine froide...)

Les thèmes

Octobre : Halloween
Février : Food's miniatures
Juillet : Jeux de société

SAMEDIS DÉCOUVERTES

MODELAGE ARTISTIQUE

Pâte autodurcissante, fimo, porcelaine froide...
Les Samedis 13h30 - 17h30

Gourmandises de Noël

Samedi 30/11/2019

Les animaux fantastiques

Samedi 28/03/2020

Fête des mères/des pères

Samedi 30/05/2020

RELAXATION

Conférence et atelier découverte

Apprendre à gérer le stress, la fatigue, le mal-être, prendre soin de soi...
Samedi 05/10/2019 14h - 16h

Inscriptions et paiement
1 semaine avant minimum



PROGRAMME CULTUREL

ORCHESTRE À L'ÉCOLE

19/10/2019

École P&M Curie

CONCERT CLASSICO

08/11/2019

Arsenal

THÉÂTRE & CONCERT DE NOËL

13 & 14/12/2019

CC Vauban

TOUL BREAK BATTLE

Hip Hop, Rap & Slam

01/12/2019

Gymnase P&M Curie

RENCONTRE(S)

Semaine de lutte

contre le racisme

17 au 20/03/2020

Arsenal

TOUL

BREAK BATTLE

Hip Hop, Graff, BMX,

Rap & Slam

05/04/2020

Gymnase P&M Curie

EXPO « MORALITÉS »

par les aquarellistes

de la MJC

14/01/2020 au

29/02/2020

Médiathèque de

Toul

APÉRO IMPROS

13/03/2020

CC Vauban

FAMILY CONCERT

27/03/2020

Salle des

Adjudications

GALA

de l'école de musique

24/06/2020

Arsenal

COMÉDIE MUSICALE

des écoles P&M Curie

& La Sapinière

accompagnée par les

orchestres à l'école

25/06/2020

LA MJC FAIT SON THÉÂTRE

4 spectacles, 8 dates

Emotions et fous rires garantis !

Du 26/06 au 04/07/2020

Centre Culturel Vauban

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE

14/03/2020

à la MJC

GALA

de danse, Hip Hop

& défilé de couture

23/06/2020

Arsenal



CONCERT

des classes orchestres

31/05/2020

au Jardin Du Michel

BÉNÉVOLAT

REJOINDRE L'ÉQUIPE !

Nous recherchons des bénévoles reporters photos, vidéastes, cuisiniers, couturiers... ou simples petites mains pour transporter le matériel, installer et ranger les salles... mais aussi partager le plaisir d'agir ensemble, favoriser les initiatives citoyennes, les projets partagés... bref, promouvoir l'accès à la culture pour tous.

Alors n'hésitez plus, rejoignez l'équipe des salariés et des bénévoles et surtout apportez avec vous vos idées, vos envies et votre enthousiasme !

Un grand merci d'avance.

ENVIE DE NOUVEAUTÉ ?!

Vous n'avez pas trouvé l'activité dont vous rêvez ?
Vous avez trouvé une activité mais les créneaux proposés ne correspondent pas à vos disponibilités ?

N'hésitez pas à nous en parler.

INFOS PRATIQUES

COTISATIONS

Facilités de paiement :
chèques bancaires (possibilité de payer en 10 fois),
chèques vacances, coupons sports, Pass CAF,
virement, espèces.

Les cotisations sont dues pour l'année scolaire
complète et non remboursables

RÉDUCTIONS FAMILLES

5% de réduction pour une 2ème inscription ou pour
le 2ème inscrit d'une même famille 10% pour les
inscriptions suivantes sur l'activité la moins chère.

En Septembre 1ère
séance découverte
offerte (hors
musique) et sous
réserve des
places
dispo-
nibles

ADHÉSION À LA MJC

5€ enfant &
10€ adulte

INSCRIPTIONS

À partir du 19/08/2019
(Hors école de musique)

REPRISE DES ACTIVITÉS

À partir du 09/09/2019