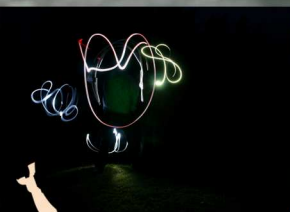


Les rendez-vous

de la MJC



ÉVÈNEMENTS
STAGES
SORTIES

Lézignan-Corbières

événements

JANVIER 2012

SAMEDI 7

à 18h30 >> Les Voeux de la MJC

Salle d'exposition de la MJC

à 21h >> THÉÂTRE

"Les Caprices d'Eugénie" par la Compagnie Les Pièces Détachées

Salle de spectacle de la MJC, gratuit



DIMANCHE 8

à 10h >> Le cross annuel de la JSL

CRUSCADES, ouvert à tout le monde,

inscriptions et informations à la MJC, 10 €



VENDREDI 27

à 19h >> ANIMATION

La MJC fête le Nouvel An Chinois

MJC ou Salle PELLOUTIER, réservation

avant le 23 Janvier auprès de la MJC, 12€

adh./15 € non-adh.



FÉVRIER 2012

SAMEDI 4

de 10h à 18h >> EXPOSITION

Journée des Arts amateurs (Association

FITIAVANA MADAGASCAR)

MJC, libre participation



SAMEDI 25

à 20h >> Loto de l'Espace Jeunes

Salle de spectacle de la MJC, 10 € les 3

planches de 3 cartons (prévente des cartons

à la MJC)



MARS 2012

SAMEDI 3

de 16h à 23h >> TEMPS FORT et THÉÂTRE

Assemblée Générale de la MJC suivie d'un apéritif dînatoire et d'un spectacle "Vive Bouchon" par la troupe Le Théâtre de l'Hémione

Assemblée Générale au Cinéma le Palace de Lézignan-Corbières, buffet dînatoire et spectacle offerts aux adhérents ayant participé à l'AG, pour les autres > spectacle 8€ tarif normal / 6€ tarif adh. et réduit



SAMEDI 17

à 21h >> Battle HIPHOP / Concours de Rap (organisé par l'Espace Jeunes)

Salle de spectacle de la MJC, 3€ adh./5 € non-adh., inscription le jour J



AVRIL 2012

JEUDI 5

à 18h30 >> Conférence sur le thème des économies d'énergie dans l'habitat

Salle d'exposition de la MJC, gratuit



DU JEUDI 5 AU SAMEDI 28

horaires d'ouverture de la MJC >>

EXPOSITION

"L'Énergie", photos de Yann Arthus Bertrand

Espace bar de la MJC, gratuit





« Les Caprices d'Eugénie » THÉÂTRE

Pièce d'Isabelle OBEIX, interprétée par la Compagnie Les Pièces Détachées de BARBAIRA.

"Les gens honnêtes sont ennuyeux à mourir" : telle est la devise d'Eugénie, dynamique septuagénaire au caractère bien trempé. Au diable les bonnes manières et le politiquement correct, Eugénie veut s'amuser ! Et quoi de plus distrayant que de faire tourner en bourrique une fille et un gendre confortablement installés dans leur petit univers bourgeois ? ...Frappez les 3 coups, Eugénie entre en scène...

La MJC fête le Nouvel An Chinois ANIMATION

Repas asiatique, spectacle, exposition, soirée dansante.

Selon le calendrier chinois, l'année 2012 sera sous la gouverne du Dragon d'Eau, un signe qui favorise l'action avec audace et passion, mais également l'imprudence et l'attirance pour le danger...

De nombreux clubs de la MJC se sont inspirés de ces symboles pour exprimer leur imagination et faire partager leur enthousiasme en animant cette soirée festive.



Journée des Arts Amateurs EXPOSITION

Organisée par l'association FITIAVANA MADAGASCAR

Exposition d'oeuvres réalisées par des artistes amateurs et professionnels de la région, spectacles de chant, musique, théâtre pour animer l'après-midi.

Contact : Mylène, casier "Humanitaire" à la MJC / Tél : 04 68 27 28 88.



Assemblée Générale de la MJC TEMPS FORT et THÉÂTRE

A.G., repas et spectacle.

16h/19h >> Assemblée Générale

19h >> Apéritif dînatoire

21h >> Spectacle « Vive Bouchon » par la troupe Le Théâtre de l'Hémione

de Jean Dell et Gérald Sibleyras, mis en scène par Mahdia Bélaïdi.

Une comédie délirante sur fond d'arnaque aux subventions européennes et de village qui ne veut pas mourir. Qui connaît Bouchon ? Ce petit village perdu, dépeuplé, oublié par la grande machine du développement et du progrès, semble vivre hors du temps. La preuve : les habitants se servent de l'unique cabine téléphonique en guise de salle polyvalente. Jusqu'au jour où le maire décide de réagir. Son idée : proclamer l'indépendance de Bouchon...



Quand le climat se réchauffe



"L'Énergie" EXPOSITION / CONFÉRENCE

20 affiches réalisées par Yann ARTHUS-BERTRAND

L'énergie, c'est la vie. Elle permet aux êtres vivants de croître, de respirer, de se mouvoir et de se reproduire. Pour se développer les sociétés humaines ont, au fil du temps, employé diverses formes d'énergie : musculaire (humaine et animale), eau, vent, bois, soleil, atome, pétrole...

EN MARGE DE L'EXPOSITION aura lieu une conférence débat sur le thème des économies d'énergie dans l'habitat.

Dans la lutte contre le réchauffement climatique, l'habitat pèse de tout son poids...

Stages

La MJC de Lézignan-Corbières propose des stages thématiques tous les mois pour découvrir des activités inédites...

Ces stages sont encadrés par des professionnels reconnus. Le paiement doit être effectué à la réservation au secrétariat de la MJC (encaissé après le stage). Les inscriptions seront prises jusqu'à 10 jours précédant le stage. 10 inscrits minimum. Pour les non-adhérents, la majoration de 10 € par stage correspond à l'assurance.

JANVIER 2012

SAMEDI 14

14h/18h >> CRÉATION EN
PORCELAINE FROIDE

SAMEDI 28

10h/14h30 >> DANSE AFRICAINE

FÉVRIER 2012

SAMEDI 4

10h/12h30 >> MODÈLE VIVANT

10h/13h >> DANSE LATINO

13h30/16h >> MODÈLE VIVANT

SAMEDI 11

14h/17h >> TAÏCHI ÉVENTAIL

DIMANCHE 12

10h/12h >> TAÏCHI ÉVENTAIL

14h/17h >> TAÏCHI ÉVENTAIL

SAMEDI 25

journée >> ORIENTATION

MARS 2012

SAMEDI 3

10h/14h30 >> DANSE AFRICAINE

DIMANCHE 11

10h/13h >> DANSE LATINO

SAMEDI 17

10h/12h30 >> MODÈLE VIVANT

SAMEDI 31

10h/14h30 >> DANSE AFRICAINE

AVRIL 2012

SAMEDI 7

16h/19h >> DANSE FLAMENCO

SAMEDI 28

9h/12h >> MEUBLES EN CARTON

10h/14h30 >> DANSE AFRICAINE

14h/17h >> MEUBLES EN CARTON

DIMANCHE 29

9h/12h >> MEUBLES EN CARTON

14h/17h >> MEUBLES EN CARTON

ORIENTATION

NOUVEAUTÉ

Apprendre à s'orienter partout, savoir lire une carte, un plan (avec ou sans boussole) et apprendre à se diriger est primordial dans la vie de tous les jours.

Ados, adultes et seniors
DANS LE LÉZIGNANAIS
Tarif : se renseigner à la MJC



CRÉATION EN PORCELAINE FROIDE

NOUVEAUTÉ

Bijoux, porte-photo, boutons, ...la porcelaine froide offre un vaste champ de créations. Facile à travailler, ce matériau est à la portée de toutes et tous.

Ados, adultes et seniors
MJC, SALLE DES ARTS
25 € adh. / 35 € non-adh.



TAÏCHI ÉVENTAIL

NOUVEAUTÉ

Initiation à l'éventail du style Yang.

A partir de 18 ans
MJC, SALLE DE DANSE
50 € adh. / 60 € non-adh.





MODÈLE VIVANT

Le nu permet d'aborder les bases du dessin (composition, proportions...) mais aussi comment mettre en valeur le corps par différentes techniques (fusain, sanguines...).

Ados, adultes et seniors
MJC, SALLE D'EXPOSITION
25 € adh. / 35 € non-adh.



DANSE FLAMENCO

NOUVEAUTÉ

Rumba catalanne, chorégraphie entière.
Stage exclusivement féminin.

Filles à partir de 12 ans, jupe large et chaussures à petits talons obligatoires.
MJC, SALLE DE DANSE
25 € adh. / 35 € non-adh.



FABRICATION DE MEUBLES EN CARTON

Le carton est un matériau de récupération incroyable qui permet de fabriquer des pièces originales. Une fois finies, elles seront aussi résistantes que légères. Vous n'avez rien à emmener et vous repartez avec votre meuble!

Ados, adultes et seniors
MJC, SALLE DES ARTS
50 € adh. / 60 € non-adh.



DANSE AFRICAINE

Chorégraphies de danses traditionnelles : danses de fête, de guerre, de naissance...et modernes comme le dombolo

Tout public à partir de 10 ans
MJC, SALLE DE DANSE
25 € adh. / 35 € non-adh.



DANSE LATINO

NOUVEAUTÉ

Venez vous défouler au son des rythmes latinos! Vous apprendrez des mouvements issus des danses de samba, chacha, rumba, swing et tango, le tout saupoudré de bonne humeur pour des chorégraphies pleines d'énergie !

Adultes tous niveaux, à partir de 20 ans
MJC, SALLE DE DANSE
25 € adh. / 35 € non-adh.



s o r t i e s

DÉCOUVERTE du PATRIMOINE

Dimanche 15 Janvier :

Villages du Minervois (visites commentées): Azille, Pépieux, Rieux-Minervois...

Dimanche 5 Février :

Visites guidées du Château de Saissac et de l'abbaye de Saint-Papoul.

Dimanche 4 Mars :

Etang de Thau: Bouzigues, Marseillan.

WE du 31 Mars et 1er Avril :

Castres, Albi, Cordes sur Ciel.



SKI-CLUB



Formiguères :

Dimanche 08/01/2012

Samedi 14/01/2012

Dimanche 22/01/2012

Samedi 28/01/2012

Dimanche 05/02/2012

Samedi 11/02/2012

Samedi 18/02/2012

Samedi 25/02/2012

WE du 10 & 11/03/2012

(fête du Ski-Club, 2 bus)

Dimanche 18/03/2012

Monts d'Olmes :

Mercredi 15/02/2012

Mercredi 22/02/2012

Espace Cambre d'Aze :

Dimanche 4/03/2012

RANDO MONTAGNE

15 Janvier : Raquette (Pyrénées 2000)

Journée nationale de la Raquette.

Départ à 7h. Ouvert à tous sur inscription.

Plusieurs niveaux.

29 Janvier : Circuit du Coronate Joncet

Départ à 7h, train jaune à l'aller.

Dénivelé - 1000m; temps de marche - 6h.

5 Février : Raquette vallée Planès

Départ à 6h30.

Dénivelé - 600m; temps de marche - 5h.

18 & 19 Février : Château de Mirabat / Cap de Bouirex

Nuit en refuge (Esbintz) - inscription avant le 18 Janvier. Départ 9h le samedi, dénivelé 300m et 700m, temps de marche 3h et 6h.

4 Mars : Sommet de l'Estagnol / Raquettes Monts d'Olmes

Départ à 7h. Dénivelé - 600m, temps - 6h.

18 Mars : Pic de Brasseil Ariège

Départ à 7h30. Dénivelé - 710m; temps de marche - 4h.

1er Avril : Miraval Cabardès Montagne Noire

Départ à 8h. Dénivelé - 600m; temps de marche - 6h.

15 Avril : La Tour Del Mir P.O.

Départ à 7h. Dénivelé - 1000m; temps de marche - 7h.

29 Avril : Col Mitja P.O.

Départ à 6h30. Dénivelé - 1000m; temps de marche - 6h.

5&6 Mai : Les 4000 marches Mont Aigual

Nuit en gîte - inscription avant le 5 Avril.

Départ 8h le samedi.

Dénivelé 700m et 500m, temps de marche 3h et 7h.

25 Mai : Réunion MJC pour le programme (20h30)

27 Mai : Le Pic de Salfort Albères

Départ à 8h. Dénivelé - 1000m; temps de marche - 7h.



Janvier

Date	Départ MJC	Destination	Tps /km	Dénivelé
Mardi 3	9h	Aigne + galette	15km	50m
	13h30	Aigne + galette	11km	280m
	14h	Aigne + galette	5km	80m
Vendredi 6	14h	Rando Santé - Lézignan + galette	6km	non
Dimanche 8	8h30	Castelnaudary	20km	150m
Mardi 10	13h30	Olonzac (34) Pierre du Touril	9km	150m
	14h	Lézignan -Etang des Colombes	8km	20m
Vendredi 13	14h	Rando Santé - Lézignan (Sérème-Montcens)	6km	non
Dimanche 15	7h	Journée de la Raquette (sur inscription)		
Mardi 17	13h30	Davejean	8km	250m
	14h	Peyriac de Mer	8km	110m
Vendredi 20	14h	Rando Santé - Villemajou vers Gasparet	6km	non
Dimanche 22	8h30	Labastide Rouairoux (81)	15km	500m
Mardi 24	13h30	Montlaur - Côte St Rome	10km	150m
	14h	St Couat d'Aude	8km	50m
Vendredi 27	14h	Rando Santé - Marcorignan	6km	non
Dimanche 29	9h	Montgaillard	14km	200m
Mardi 31	13h30	Roquefère	7km	250m
	14h	Puichéric - Ecluse de l'Aiguille	8km	20m

RANDONNÉE PÉDESTRE

Février

Vendredi 3	14h	Rando Santé - Fabrezan	6km	non
Mardi 7	9h	Montréal	17km	60m
	13h30	Félines - Termènes	10km	200m
	14h	Montirat et vers Lac Cavayère	8km	100m
Vendredi 10	14h	Rando Santé - Ventenac	6km	non
Dimanche 12	8h30	Bouisse - Le Milobre	18km	400m
Mardi 14	13h30	Laure Minervois - Les Capitelles	10km	150m
	14h	Ventenac Cabardès	8km	100m
Vendredi 17	14h	Rando Santé - Lac de Jouarres	6km	50m
Mardi 21	13h30	Siran - Sentier des Moutons	9km	180m
	14h	Paquignan	7km	80m
Vendredi 24	14h	Rando Santé - Villar en Val	6km	50m
Dimanche 26	9h	Paziols	12km	250m
Mardi 28	13h30	Azillanet	10km	180m
	14h	Carcassonne - Berges de l'Aude	7km	non

Mars

Vendredi 2	14h	Rando Santé - Sallèles d'Aude	6km	non
Samedi 3	16h	Assemblée Générale de la MJC		
Mardi 6	9h	Mouthoumet	5h	300m
	13h30	Oupia	7km	200m
Vendredi 9	14h	Homps	8km	non
	14h	Rando Santé - Talairan	6km	non
WE 10/11	ski-club	Formigüères-Ski-Raquettes s/inscription		
Dimanche 11	8h30	Beaufort (34)	12km	400m
	13h30	Creissan (34)	12km	200m
Mardi 13	14h	Bize - Boussecos	7km	100m
	14h	Rando Santé - Ginestas Le Somail	6km	40m
Vendredi 16	13h30	Castan - Les Ruisseaux	8km	280m
	14h	Boutenac - St Siméon	7km	150m
Vendredi 23	14h	Rando Santé - Carcassonne - Cavayère	6km	50km
Dimanche 25	9h	Arquettes en Val - Los Corbos	14km	480m
Mardi 27	13h30	Moussan - les collines	12km	150m
	14h	Trèbes	8km	20m
Vendredi 30	14h	Rando Santé - Sigean Les Cabanes	6km	non

Avril

Mardi 3	8h	Bedarieux (34) Pic de Tantajou	15km	450m
	13h30	Cesserac - Font Galine	9km	300m
	14h	Gruissan - La Capoulade	9km	100m
Vendredi 6	14h	Rando Santé - St Couat	6km	non
Lundi 9	8h30	Montjoi - Lairière	14km	350m
Mardi 10	13h30	Montouliers (34)	10km	200m
	14h	Monze	8km	150m
Vendredi 13	14h	Rando Santé - Ferrals les Biquettes	6km	50m
Mardi 17	13h30	Embres et Castelmaure	12km	380m
	14h	Boutenac (Villemajou-Gaspares)	9km	100m
Vendredi 20	14h	Rando Santé - Villarzel-Cabardès	6km	80m
Samedi 21	7h45	Handi-Rando - Castelnaudary		
Dimanche 22	9h	Termes - Durfort	6km	350m
	13h30	Ornaisons - Bizanet	12km	160m
Mardi 24	14h	Raïssac d'Aude	8km	non
	14h	Rando Santé - Ventenac vers Ginestas	6km	non
Dimanche 29	8h30	Vioussan (34) - La Roche Trouée	11km	330m

Activité proposée par Lézig'zagueurs

Depuis 2002, le Club Randonnée Pédestre de la MJC "Lézig'zagueurs" est affilié à la FFRandonnée, il offre toute l'année une activité sportive de plein air et de découverte avec des randonnées de différents niveaux.



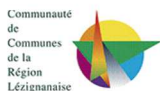


Retrouvez tous les renseignements sur la MJC, les infos, les animations, l'histoire, le fonctionnement, etc... sur

www.mjc-lezignan-corbieres.com



MJC Lézignan-Corbères
Maison des Jeunes et de la Culture
Centre International de Séjour
25, rue Marat - B.P. 26
11200 LÉZIGNAN-CORBIÈRES
Tél. 04 68 27 03 34
Fax : 04 68 27 85 01
Mail : mjc.lezignan.corbieres@wanadoo.fr



Fondée en 1946, affiliée à la Fédération Régionale des MJC du Languedoc-Roussillon et à la Confédération des MJC de France. Agréée par le Ministère de l'Éducation Nationale, de la Jeunesse et de la Vie Associative.