

A vibrant, stylized illustration of a village scene. In the foreground, a large, bright yellow sun with a human-like face and a wide smile is positioned on the right. A large, dark blue hand is reaching out from the center towards the sun. The background features several colorful buildings: a red house with a white roof, a yellow house with a red roof, and a blue house with a white roof. The sky is a mix of blue and yellow, suggesting a bright, sunny day. The overall style is bold and graphic, with thick outlines and a limited color palette.

MIL

SAISON 2024 - 2025

DE TOUL

LE MOT DE LA PRÉSIDENTE

Une belle année !

C'est ce que nous vous souhaitons à la MJC...
Découvrir une activité ou la pratiquer depuis des années,
c'est du plaisir d'apprendre partagé, des projets
à construire, des rencontres, des échanges.

Pour cette première année de la mise en œuvre
de notre projet associatif, nous souhaitons vous donner
davantage la parole et constituer un conseil de maison où
vous pourrez débattre de la vie de notre MJC
en toute convivialité.

Chanter, danser, coudre ou dessiner,
créer, s'exercer, se détendre ou se ressourcer,
réfléchir, échanger, tisser du lien ou faire ensemble,
tout cela est possible à la MJC ! Venez goûter !

SOMMAIRE

ARTS ET CRÉATION

6 → 9

ENFANTS ET ADOS

Arts plastiques

BD Mangas

Dessin

Couture

Poterie céramique

JEUNES, ADULTES

Dessin

Couture

Tricot

Poterie céramique

THÉÂTRE

10 → 11

ENFANTS ET ADOS

(4 - 18 ANS)

Théâtre classique

JEUNES, ADULTES

(16 - 99 ans)

Théâtre d'impro

ÉCOLE DE MUSIQUE

12 → 14

ENFANTS ET ADOS

Instruments

Éveil musical

Solfège

JEUNES, ADULTES

Instruments

Solfège

ORCHESTRES ET CHORALE

15

ORCHESTRE À L'ÉCOLE

16 → 17

DANSE

18 → 21

ENFANTS ET ADOS

Éveil et initiation

Danse Jazz

Street Jazz

Perfectionnement technique

Atelier chorégraphique

Hip-Hop

JEUNES, ADULTES

Danse Jazz

Street Jazz

Perfectionnement technique

Atelier chorégraphique

Danses de salon

BIEN-ÊTRE

22 → 23



JEUNES, ADULTES

Gym douce

Gym dynamique

Pilates

Relaxation

Santé

(Thérapie pilates,
gym sur chaise, pilates senior)

LANGUES

24 → 25

ENFANTS ET ADOS

Baby anglais

Anglais primaires

Anglais collège

JEUNES, ADULTES

Italien débutant

Anglais débutant

Anglais A2

Anglais A2+

Anglais B1

Anglais B2

SOLIDARITÉ

26 → 27

CToulSel

Permanences CRIL

Amnesty International

Compagnie du Sens Caché

ÉVÈNEMENTS

28 → 29

INFOS PRATIQUES

30 → 32

Reprise des activités
le 9 septembre



ARTS

CRÉATION

ARTS PLASTIQUES
CRÉATION - DESSIN
PEINTURE - COLLAGE

6 - 9 ANS

mercredi

10h30 - 11h30

10 - 12 ANS

mercredi

14h - 15h

10 - 14 ANS

vendredi

17h - 18h

Tarifs :

195€ Toul - 220€ Hors Toul

AQUARELLE - HUILE - CRAYON

*cours du 6 janvier
au 4 juillet 2025*

ADULTES

lundi

17h30 - 20h30

jeudi

14h - 17h

Tarifs :

175 € Toul • 190 € Hors Toul

BD MANGA

8 - 13 ANS

samedi

9h00 - 10h30

14 - 18 ANS

samedi

10h30 - 12h00

Tarifs :

210€ Toul • 235€ Hors Toul

POTERIE CÉRAMIQUE SCULPTURE - MODELAGE

5 - 10 ANS

mercredi

15h10 - 16h10

11 - 16 ANS

mercredi

16h15 - 17h15

Tarifs :

195€ Toul • 220€ Hors Toul

ADULTES, ADOS À PARTIR DE 16 ANS

jeudi

9h30 - 11h30

mercredi

18h - 20h

vendredi

18h15 - 20h15

Tarifs :

260€ Toul • 280€ Hors Toul



STAGES VACANCES ET SAMEDIS DÉCOUVERTE

DESSIN ENFANT

28 et 29 octobre 2024

9h00 - 16h00

10 et 11 février 2025

9h00 - 16h00

7 et 8 avril 2025

9h - 16h

7 et 8 juillet 2025

9h - 16h

POTERIE ENFANT

30 et 31 octobre 2024

9h00 - 16h00

12 et 13 février 2025

9h00 - 16h00

9 et 10 avril 2025

9h - 16h

9 et 10 juillet 2025

9h - 16h

POTERIE ADULTE

28 au 31 octobre 2024

17h30 - 19h30

10 au 13 février 2025

17h30 - 19h30

7 au 10 avril 2025

17h30 - 19h30

7 au 10 juillet 2025

17h30 - 19h30

DIGITAL PAINTING

samedi

9h - 12h

16 novembre 2024

1er février 2025

22 mars 2025

17 mai 2025



COUTURE

Venez avec votre machine
à coudre!

À PARTIR DE 8 ANS

mercredi

15h30 - 17h00

17h15 - 18h45

Tarifs :

195€ Toul • 220€ Hors Toul

ADULTES

jeudi

9h15 - 11h45

Tarifs :

230€ Toul • 250€ Hors Toul

jeudi

14h00 - 17h00

Tarifs :

260€ Toul • 280€ Hors Toul

Défilé de mode
les 28 et 29 juin 2025
à l'Arsenal

TROLOT ADULTES

jeudi

14h - 17h

vendredi

17h30 - 19h00

Tarifs : 60€




A vibrant graphic design featuring a central yellow circle with a blue handprint inside. Surrounding this are several other handprints in yellow and blue, some appearing to be in motion or overlapping. The word 'THEATRE' is written in a bold, blue, sans-serif font across a white, curved banner that arches over the top of the central circle. The background is a solid blue color.

THEATRE



Apprendre à mieux
se connaître, améliorer
son expression orale,
développer sa confiance
en soi, ses capacités
d'écoute, maîtriser
ses émotions.

Une approche
pédagogique active
permettant d'éprouver
rapidement le véritable
plaisir du jeu théâtral.



THÉÂTRE D'IMPRO

ADULTES

jeudi

18h30 - 20h30 à la MJC

Tarifs:

220€ Toul • 240€ Hors Toul

THÉÂTRE CLASSIQUE ET CONTEMPORAIN

6 - 8 ANS

mercredi

10h00 - 11h30 à la MJC

9 - 11 ANS

mercredi

14h00 - 15h30 au Centre
Culturel Vauban

12 - 15 ANS

mercredi

15h45 - 17h15 au Centre
Culturel Vauban

Tarifs

195€ Toul • 220€ Hors Toul

ADULTES, ADOS À PARTIR
DE 16 ANS

mercredi

17h30 - 19h30 au Centre
Culturel Vauban

Tarifs

220€ Toul • 240€ Hors Toul

Spectacles du 16 au 21 juin 2025
Au Centre Culturel Vauban





UNE ANNÉE À L'ÉCOLE DE MUSIQUE L'EST :

- > 27 cours individuels
de 30 min/semaine
- > 34 cours collectifs
de formation musicale
et de solfège 1h/semaine
- > 7 cours d'ensemble
- > Concerts

AUDITIONS « PREMIÈRE SCÈNE » À LA MJC

20 novembre 2024

30 janvier 2025

25 mars 2025

CONCERTS DE FIN DE SAISON

15 JUIN 2025

au Centre Culturel Vauban

26 JUIN 2025

à l'Arsenal

Inscriptions le 4 septembre
de 17h30 à 19h30 en présence
des professeurs

Réunion d'information
le 18 septembre à 19h

CONTACT :

Sabina Brossard
Coordinatrice musicale
musique@mjc-toul.fr

Tarifs :

520€ Toul • 570€ Hors Toul

CHOIX INSTRUMENTS

Chant
Accordéon
Piano
Violon
Violoncelle
Guitare électrique
Guitare acoustique
Guitare basse
Batterie
Percussions
Flûte traversière
Flûte à bec
Saxophone
Trompette
Tuba
Trombone

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



Inscription au solfège
et formation musicale
avant de s'inscrire pour
l'instrument.

Chaque cycle de solfège
se prépare au rythme de
chacun (2 à 3 ans).



HORAIRE SOLFÈGE ET FORMATION MUSICALE

ENFANTS À PARTIR DU CET

Cycle 1

mercredi

14h15 - 15h15

Cycle 2

mercredi

17h00 - 18h00

Cycle 3

mercredi

18h00 - 19h00

ADOS ET ADULTES

Cycle 1

mardi

18h15 - 19h15

Cycle 2

mardi

19h30 - 20h30

Gratuit

ÉVEIL MUSICAL

*Découvrir et prendre le temps
de choisir son instrument*

ÉVEIL MUSICAL MATERNELLE

Moyenne section

mercredi

16h30 - 17h15

Grande section

mercredi

15h30 - 16h30

FLÛTE À BEC DÈS 6 ANS

(Groupes de 3 enfants)

mardi

17h30 - 18h00

mercredi

15h30 - 16h00

et 16h00 - 16h30

Tarifs :

195€ Toul • 220€ Hors Toul

ORCHESTRES, GROUPES ET CHORALE

1 à 2h par semaine encadrées
par un des professeurs

- > **GROUPE ROCK /
MUSIQUES ACTUELLES**
- > **CHORALE ADULTES**
- > **JAZZ BAND**
- > **ORCHESTRE CLASSIQUE**
- > **ENSEMBLE D'ACCORDÉONS**
- > **ENSEMBLE RENAISSANCE
ET BAROQUE**

Tarifs :

145€ par orchestre
40€ pour les adhérents
de l'école de musique

Avis aux amateurs,
les orchestres en place
recrutent, d'autres
sont à créer !

ORCHESTRE À L'ÉCOLE

L'orchestre à l'école permet à des élèves de primaire et collège de s'initier à la pratique d'un instrument et de se réunir autour d'un projet commun : la création d'un orchestre. Cette expérience donne aux jeunes l'occasion de travailler ensemble dans un esprit d'épanouissement et de partage et développe la responsabilité, l'autonomie et l'esprit d'initiative.

Les orchestres à l'école se produisent régulièrement sur le territoire à l'occasion de la fête du 1^{er} mai, des Assises de la Jeunesse et de la Culture, ou du festival le Jardin du Michel. Ils prennent également part aux spectacles de fin d'année de leur école, qui auront lieu les 23 et 24 juin 2025 à l'Arsenal.







DANSE

DANSE - ÉVEIL

**MOYENNE ET GRANDE
SECTION MATERNELLE**

mercredi

13h30 - 14h15

Préau de La Sapinière

samedi

9h00 - 9h45 à la MJC

DANSE - INITIATION

CP - CE1

mercredi

14h30 - 15h30

Préau de La Sapinière

samedi

10h00 - 11h00 à la MJC

DANSE JAZZ

8 - 10 ANS

mercredi

16h30 - 17h30 à la MJC

samedi

11h15 - 12h15 à la MJC

11 - 18 ANS

Débutant

lundi

18h00 - 19h30 à la MJC

Intermédiaire

jeudi

18h00 - 19h30 au préau
de la Sapinière

Avancé

jeudi

19h45 - 21h15 au préau
de la Sapinière

DANSE JAZZ

ADULTES

Débutants

Lundi

19h45 - 21h15 à la MJC

Intermédiaire

mercredi

19h45 - 21h15 à la MJC

STREET JAZZ

ADULTES - ADOS

à partir de 13 ans

Tous niveaux

mardi

20h00 - 21h00 à la MJC

PERFECTIONNEMENT TECHNIQUE

ADULTES - ADOS

à partir de 11 ans

Initiés

mardi

19h00 - 20h00 à la MJC

Galas de danse les 28
et 29 juin 2025 à l'Arsenal

ATELIER CHORÉGRAPHIQUE

Impro et création dans l'esprit
d'une compagnie de danse

À PARTIR DE 8 ANS

Initiés

mercredi

18h00 - 19h30 à la MJC

Tarifs 1h00:

195€ Toul • 220€ Hors Toul

Tarifs 1h30:

210€ Toul • 235€ Hors Toul

Tarif atelier chorégraphique:

40€ pour les adhérents
de l'école de danse

STAGES VACANCES

DANSE JAZZ

ENFANTS - ADOS

DE 8 À 18 ANS

10 au 14 février 2025

9h00 - 16h00

7 au 11 avril 2025

9h00 - 16h00

ADULTES - ADOS

À PARTIR DE 11 ANS

10 - 11 et 13 février 2025

18h00 - 20h00

7 - 8 et 10 avril 2025

18h00 - 20h00

HIP - HOP / BREAK 7-10 ANS (TOUS NIVEAUX)

lundi

17h30 - 18h30 au Préau

de la Sapinière

**11 ANS ET PLUS
(TOUS NIVEAUX)**

lundi

18h30 - 20h00 au Préau

de la Sapinière

DANSES DE SALON

Valse, tango, paso, rock, salsa

ADULTES DÉBUTANTS

lundi

19h45 - 20h45

ADULTES CONFIRMÉS

jeudi

20h15 - 21h15

Tarifs 1h00 :

195€ Toul • 220€ Hors Toul

Tarifs 1h30 :

210€ Toul • 235€ Hors Toul



Galas de danse
les 28 et 29 juin 2025
à l'Arsenal



BIEN-ÊTRE & SANTÉ



PILATES NIVEAU 1

lundi

16h30 - 17h30

mardi

11h00 - 12h00

mercredi

19h00 - 20h00

jeudi

11h00 - 12h00

vendredi

9h00 - 10h00

NIVEAU 2

lundi

17h30 - 18h30

et 18h30 - 19h30

mercredi

18h00 - 19h00

vendredi

11h00 - 12h00

NIVEAU 3

jeudi

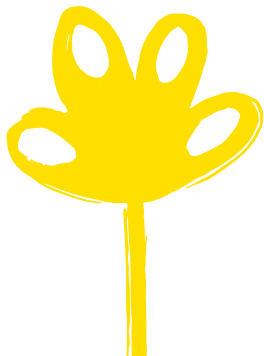
10h00 - 11h00
et 19h00 - 20h00

vendredi

12h30 - 13h30
et 18h00 - 19h00

Tarifs :

195€ Toul - 220€ Hors Toul



GYM DOUCE

mardi

9h00 - 10h00

jeudi

9h00 - 10h00

RELAXATION

vendredi

17h00 - 18h00

GYM DYNAMIQUE

Pierre-la Treiche

tous niveaux

mardi

19h15 - 20h15

GYM SANTÉ

Une pratique adaptée
aux problèmes de santé
récurrents (sur prescription
médicale)



GYM SUR CHAISE

mardi

10h00 - 11h00

THÉRAPIE PILATES

jeudi

18h00 - 19h00

PILATES SENIORS

vendredi

10h00 - 11h00

Tarifs pour toutes les activités :

195€ Toul - 220€ Hors Toul



LANGUES

Découvrir une langue
à la MJC, c'est choisir
une autre façon d'apprendre
grâce à une pratique ludique
associée à la découverte
d'une culture.

ITALIEN

JEUNES, ADULTES

Débutants

Horaires à confirmer

Tarifs:

195€ Toul • 220€ Hors Toul

BABY ANGLAIS

4 - 5 ANS

mercredi

10h00 - 10h45

5 - 6 ANS

mercredi

11h00 - 11h45

ANGLAIS ENFANT

7 - 8 ANS

lundi

17h15 - 18h00

9 - 11 ANS

lundi

18h00 - 18h50

ANGLAIS COLLÈGE

5^e - 4^e - 3^e

lundi

19h00 - 20h00

ANGLAIS

ADULTES ET ADOS
À PARTIR DE 16 ANS

DÉBUTANTS - A1

jeudi

19h15 - 20h15

A2

mercredi

16h00 - 17h00

A2+

jeudi

18h00 - 19h00

B1

mercredi

17h05 - 18h05

B2

mercredi

18h10 - 19h10



Tarifs:

195€ Toul • 220€ Hors Toul



ÉCHANGES

ENTRAIDE

PARTENAIRES

La MJC accueille
des associations humanitaires
et culturelles dans ses locaux

**CRIL (Centre
de ressource illetrisme)**

Contact :
03.83.97.01.34
cril54@cril54.fr
www.cril54.fr

Amnesty international

Contact :
toul@amnestyfrance.fr

Compagnie du Sens Caché

Contact :
06 64 85 84 13
compagniedusenscache@
gmail.com

CTOULSEL

Ctousel est un système local d'échanges et d'entraide.

Animé par une équipe de bénévoles, son objectif est de recréer de la solidarité, de l'entraide et du lien social, mais aussi de valoriser chaque personne et de sortir de la société de consommation puisqu'il n'y a pas d'argent échangé, et que les objets sont recyclés.

Ex : Michèle fait de la couture pour Gaston, Gaston apprend l'anglais à Sophie, Sophie répare le vélo de Michèle....

Pour être membre du Ctousel, il suffit de s'inscrire par mail ou

par téléphone :

ctousel@mjc-toul.fr

03 83 64 31 15

Tarif : 3€



FORUMS

CONCERTS

SPECTACLES

MANIFESTATIONS

24 OCTOBRE 2024

Concert d'accordéon par Roman Jbanov et les Boutons Pression -
Salle des Adjudications

13 DÉCEMBRE 2024

Concert de Noël - Au Citéa

14 ET 15 DÉCEMBRE 2024

Spectacles de danse - Au
Centre Culturel Vauban

9 MARS 2025

Battle danses - Au gymnase
Balson

22 MARS 2025

Family Concert - À la salle
des Adjudications



29 MARS 2025

Assemblée Générale de la MJC
À la MJC

04 AVRIL 2025

Nuit de la Danse - À l'Arsenal

1^{er} MAI 2025

Fête interculturelle du 1^{er} mai
À la Croix-de-Metz

21 JUIN 2025

Fête de la musique



SPECTACLES DE FIN DE SAISON

15 JUIN 2025

Concert MJC
Au Centre Culturel Vauban

16 AU 21 JUIN 2025

La MJC fait son théâtre
Au Centre Culturel Vauban

23 AU 30 JUIN 2025

À L'ARSENAL

- > Spectacles
des orchestres à l'école
- > Galas de danse, défilé
de couture et expositions
- > Concert de l'école
de musique





S'INSCRIRE À LA MJC

Inscriptions aux activités
hors instruments et FM
À partir du 26 août 2024

PORTES OUVERTES

Informations et inscriptions
en présence des professeurs

mardi 3 septembre
de 17h30 à 19h30

Toutes activités hors musique

mercredi 4 septembre
de 17h30 à 19h30
Musique

**RÉUNION
D'INFORMATION MUSIQUE**
mercredi 18 septembre
à 19h00

Reprise des activités
le 9 septembre 2024

COTISATIONS

FACILITÉS DE PAIEMENT

Espèces, CB, prélèvements*, chèques bancaire* (*possibilité de payer en 10 fois), chèques vacances, coupons sports, Pass Jeunes 54, Pass Culture, Pass'Sport

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.

COÛT ADHÉSION

5€ enfant et 10€ adulte
(à régler séparément)

N'hésitez pas à nous contacter



LA MJC DE TOUL



Adresse:

18 rue de la Halle
54200 Toul

Contact:

03 83 64 31 15
06 75 16 51 75
contact@mjc-toul.fr

Ouverture du secrétariat:

Du lundi au vendredi
9h à 12h et 13h30 à 18h

