

EXPRESSION ARTISTIQUE

Dessin & Arts plastiques (Enfants)

Pour enfants de 7 à 12 ans
Intervenante : Marine DURAND
Lieu : Salle Léo Ferré
Lundi 16 h 30 - 18 h 00

Aquarelle (Adultes)

Cours mensuel
Intervenante : Evelyne TABOURET
Lieu : Salle Léo Ferré
Un mercredi par mois 19 h 45 - 22 h 15
+ un mercredi par mois en atelier libre

Loisirs créatifs (Adultes)

Broderie, mosaïque, collage, couture...
Activité en gestion libre animée par Sabine BUTTIN
Lieu : Salle Léo Ferré
Mardi 18 h 00 - 20 h 00

Poterie (Adultes)

1 séance par mois encadrée par Laurence PISCH, autres séances en gestion libre animées par Hélène CIPRA.
Lieu : Salle Camille Claudel
Mardi 18 h 00 - 21 h 00

Théâtre (Enfants 8-11 ans)

Intervenant : Bruno JACOVELLA
Lieu : Salle Jacques Higelin
Mardi 17 h 30 - 18 h 30

LANGUES ETRANGERES

Conversation anglaise (Adultes)

2 groupes de 10 personnes, pour confirmés uniquement
Intervenante : Odile POUCHOL
Lieu : Salle Léo Ferré
2 horaires au choix :
Mercredi 18 h 00 - 19 h 30 / jeudi 17h30-19h00

EXPRESSION MUSICALE

Piano (Adultes et enfants)

Intervenante : Laura MARTIN VIZCAINO
Lieu : Salle Jacques Brel
Lundi et vendredi entre 14 h 30 et 19 h 30
Samedi entre 9 h 30 et 12 h 30

Guitare (Adultes et enfants)

Guitare classique et manouche
Intervenant : Sébastien NADOT
Lieu : Salle Jacques Brel
Jour à définir à la rentrée : entre 16 h 00 et 21 h 00

Guitare tous styles : classique, folk, électrique sur base de tablature

Intervenant : Julien PELLOUX
Lieu : Bureau des Associations
Jour à définir à la rentrée : entre 16 h 00 et 21 h 00

Flûte traversière (Adultes et enfants)

Intervenante : Adélaïde BERTHELOT
Lieu : Bureau des Associations
Jour à définir à la rentrée : entre 16 h 00 et 21 h 00

Batterie (Adultes et enfants)

Intervenant : Guillaume NICAISE
Lieu : Salle Jacques Brel
Jour à définir à la rentrée : entre 16 h 00 et 21 h 00

Eveil musical (Enfants 5-6 ans)

Intervenante : Adélaïde BERTHELOT
Lieu : Salle Jacques Higelin
Jeudi 16 h 30 - 17 h 15

Location d'instrument de musique

Possibilité de louer une flûte traversière à un tarif préférentiel

MAISON POUR TOUS DE POISAT

saison
2020 - 2021



Maison Pour Tous de Poizat

✉ CSCS - 2 Avenue Pierre Mendès France - 38320 Poisat
☎ 04 76 25 83 49 - Permanence le mercredi de 17 h 30 à 19 h 00
✉ infompt@mpt-poisat.fr / www.blog.mpt-poisat.fr

Association loi 1901 fondée en 1972, gérée par des bénévoles
Agréée par Jeunesse et Sports et le Conseil Général

DATES A RETENIR

- **DEBUT DES COURS** : Semaine du 14 septembre 2020
- **FORUM DES ASSOCIATIONS** : Samedi 5 septembre de 9 h 00 à 12 h 30
- **INSCRIPTIONS DANSE MODERN'JAZZ** : Samedi 5 septembre De 9 h 00 à 10 h 30 : Poisatiens. A partir de 10 h 30, ouvert à tous
- **INSCRIPTIONS PAR COURRIER** : à partir du 1^{er} août 2020 (sauf pour danse modern jazz)
- **REUNION PRE-RENTREE MUSIQUE (pour fixer les horaires)** : Salle Edith Piaf Jeudi 10 septembre à 19 h 30
- **FIN DES COURS** : Samedi 19 juin 2021

LES TARIFS

Adhésion

L'adhésion est obligatoire pour participer à l'une des activités de la MPT. Elle se renouvelle chaque année lors des inscriptions.

Une seule adhésion par famille :

Poisat : 10 €

Extérieur : 15 €

	Durée cours	Tarifs jusqu'au 30 septembre 2020 inclus		Tarifs à partir du 1 ^{er} octobre 2020	
		Poisat	Extérieur	Poisat	Extérieur
Expression corporelle & activités physiques					
Baby gym (enfants 3-4 ans)	0h45	105	135	115	150
Barre à terre	0h45	105	135	115	150
Cardio/renforcement musculaire	1h	105	135	130	165
Cellule chorégraphique (en supplément de cours)	1h30	70	70	70	70
Cellule chorégraphique (sans autre cours)	1h30	180	215	195	240
Danse de salon (couple)	1h30	270	360	300	395
Danse modern' jazz (enfants 5-8 ans)	0h45	105	135	115	160
Danse modern' jazz (enfants 8-18 ans)	1h00	125	165	140	185
Éveil corporel (enfants 4-5 ans)	1h00	125	165	140	185
Gymnastique senior	1h00	150	180	170	200
Gymnastique tonique (2 fois 1 heure)	2h00	135	170	150	185
Pilates	1h00	200	235	220	255
Stretching	0h45	105	135	115	150
Yoga	1h15	170	205	185	225
Zumba	1h	105	135	130	165
Expression artistique					
Aquarelle adultes (mensuelle)	2h30	100	120	135	155
Dessin (enfants en élémentaire)	1h30	120	150	135	165
Loisirs créatifs	2h00	gratuit	gratuit		
Poterie (gestion libre + 8 cours encadrés)	3h00	100	120	105	125
Théâtre (enfants 8-11 ans)	1h00	125	165	140	185
Langues étrangères adultes					
Conversation anglaise	1h30	130	145	145	160
Expression musicale					
Cours adultes individuels	0h45	490	540	505	555
Cours adultes individuels	0h30	380	430	395	445
Cours enfants individuels	0h30	295	345	310	360
Cours enfants individuels	0h45	410	460	425	475
Éveil musical	0h45	95	110	110	125
Location flûte traversière		80	80	80	80

- Réduction de 10 % à partir de 2 activités enfants. Modalités à l'accueil.
- Chéquiers Jeune Isère, chèques vacances et coupons sport ANCV acceptés.
- Ouverture des cours conditionnée à un minimum d'inscrits.

EXPRESSION CORPORELLE ET ACTIVITES PHYSIQUES

Baby gym & Éveil corporel (Enfants 3/5 ans)

Intervenant : Romain CLAVEL

Lieu : Salle Jacques Higelin

Baby gym 3 - 4 ans.....Mercredi 16 h 30 - 17 h 15

Éveil corporel 4 - 5 ans..... Mercredi 17 h 25 - 18 h 25

NOUVEL INTERVENANT

Danse Modern' Jazz (Enfants et Adolescents)

Intervenante : Julie PERIGNON

Lieu : Salle Barbara

5 - 7 ans Mardi 16h45 - 17h30

8 - 9 ans Lundi 16h30 - 17h30

9 - 10 ans Jeudi 16h45 - 17h45

11 - 12 ans Jeudi 17h45 - 18h45

12 - 13 ans Lundi 17h30 - 18h30

Mini cellule chorégraphique (sur audition dès 11 ans) Mardi 17h30 - 18h30

Technique + 14 ans Lundi 18h30 - 19h30

Technique + 16 ans Mardi 19h25 - 20h25

Cellule chorégraphique Jeudi 19h45 - 21h15

Les élèves doivent être présents 5 minutes avant le début du cours.

Barre à terre (à partir de 12 ans et Adultes)

Exercices au sol pour développer la tonicité musculaire et la souplesse Pour danseurs uniquement

Intervenante : Julie PERIGNON

Lieu : Salle Barbara

Mardi 18 h 35 - 19 h 20

Danse de salon (Adultes)

Intervenante : Dominique CARLINI

Lieu : Préau de l'école élémentaire

Les nouveaux couples inscrits devront faire une séance d'essai pour déterminer le cours auquel ils participeront.

Intermédiaires et nouveaux ayant déjà dansé : Mardi 20 h 00 - 21 h 30

Confirmés : Mardi 18 h 30 - 20 h 00 / Jeudi 17 h 45 - 19 h 15

Zumba (Adultes)

Programme d'entraînement physique combinant des mouvements d'aérobic et de danses latines (salsa, reggaeton, merengue, etc.)

Intervenante : Cinthia LEDUC

Lieu : Préau de l'école élémentaire

Vendredi 19 h 30 - 20 h 30

Cardio / renforcement musculaire (Adultes)

Intervenant : Damien DUSE

Deux horaires au choix :

Lieu : Salle Jacques Higelin

Mardi 19 h 00 - 20 h 00

Lieu : Préau de l'école élémentaire

Vendredi 18 h 30 - 19 h 30

Stretching (Adultes)

Intervenante : Julie PERIGNON

Lieu : Salle Barbara

Lundi 19 h 30 - 20 h 15

Yoga (Adultes)

Intervenante : Anne MAHEU

Lieu : Salle Barbara

Mercredi 17 h 45 - 19 h 00 / 19 h 00 - 20 h 15

Pilates (Adultes)

Renforcement musculaire en profondeur qui permet d'affiner la silhouette et d'assouplir les articulations.

Intervenantes : Aline LEVEQUE / Julie PERIGNON / Patricia PONCET

Lieu : Salle Barbara

Mardi 9 h 00 - 10 h 00 / 10 h 00 - 11 h 00 (Aline)

Mercredi 10 h 00 - 11 h 00 / 11 h 00 - 12 h 00 (Patricia)

Jeudi 18 h 45 - 19 h 45 (Julie changement de jour)

Vendredi 18 h 00 - 19 h 00 / 19 h 00 - 20 h 00 (Patricia)

Gymnastique tonique (Adultes)

Intervenants : Romain CLAVEL et Raphaël SERRET

Lieux : Préau de l'école élémentaire et Salle Barbara

2 créneaux au choix :

Lundi 18 h 00 - 19 h 00 / 19 h 00 - 20 h 00 (Romain)

Mercredi 8 h 30 - 9 h 30 / 18 h 00 - 19 h 00 / 19 h 00 - 20 h 00 (Raphaël)

NOUVEAUX INTERVENANTS

Gymnastique seniors

Dynamique : coordination, renforcement musculaire, équilibre et souplesse.

Intervenante : Isabelle ROLLAND GUIEU

Lieu : Salle Barbara

Vendredi 9 h 00 - 10 h 00 / 10 h 00 - 11 h 00