

Inscriptions

Site internet

<https://inscriptions.mjclacote.fr/>

Cirque et escalade

À partir du samedi 29 août 2026 - 20h en ligne

Pour les autres activités

À partir du dimanche 6 septembre 2026 - 10h

- Au forum des associations de La Côte St André
- ou en ligne

Votre dossier doit être complet et payé AVANT de démarrer une activité, même pour une séance d'essai !

La plupart des activités sont soumises à un nombre minimum et/ou maximum de participants.

Adhésion

Famille	42€
Adultes (plus de 25 ans)	30€
Enfants et jeunes (<25 ans)	15€
Stages	5€

Adhésion unique quel que soit le nombre d'activités pratiquées.



Découvrez tous les détails et les dates de reprises des activités de votre choix sur le site internet de l'association

Association socioculturelle loi 1901

Espace des Alpes
3, avenue de Verdun 38260 La Côte Saint André
www.mjclacote.fr
contact@mjclacote.fr
www.facebook.com/mjclacote

Nos partenaires



Ne pas jeter sur la voie publique. MJC La Côte St André.
Imprimé en U.E. sur papier issu de forêts gérées durablement.

MJC

Maison Pour Tous

La Côte Saint-André

Saison 2026 2027



contact@mjclacote.fr

Secrétariat ouvert
Lundi et mardi de 8h - 12h
Mercredi de 8h - 12h
et de 13h30 - 17h30

Nos activités

Des activités pour tous les âges et toutes les envies



Théâtre

Ados et adultes (à partir de 13 ans)

Le lundi 20h-22h | 160€

Pour vous permettre de découvrir les joies intenses du théâtre, d'acquérir une plus grande confiance en soi, vous détendre, partager des émotions, des rires et finir en beauté avec un spectacle en juin ou septembre.



Jeux de lettres

Adultes | Simple adhésion MJC

Le lundi 17h-19h30, pratique de différents jeux - tous niveaux dans un esprit de détente (ni chronomètre ni compétition)



Poterie

Enfants dès 6 ans | 330€ et Ados/Adultes | 395€

Enfants, ados - le mercredi 14h-15h30 (si création d'un 2ème groupe possibilité de créneau le mercredi 10h30-12h)

Ados et adultes - le lundi ou mardi de 20h-22h30 ou le mardi de 17h à 19h30



Dessin / Peinture

Enfants de 5 à 10 ans | 230€

Le mercredi 16h-17h30 .

Ados (11 ans et +) et adultes | 330€

Le mercredi 18h30- 20h30 ou le mardi 14h-16h.

Venez dessiner, peindre, créer ! Diverses techniques seront utilisées et vous permettront d'exprimer toute votre créativité.



Club Photos

Adultes et enfants accompagnés | 20€

Passionnés se retrouvant un vendredi par mois à 20h30 pour échanger astuces, conseils et techniques. Mais aussi : sorties photo, ateliers, studio et accès à un labo argentique noir et blanc.



Jeu d'échecs

Enfants dès 6 ans et ados moins de 20 ans | 12€

Adultes | 20€ + licence pour tous

Le mercredi 14h-16h, le jeudi 17h30-20h et le samedi 15h-17h30

Accessible à tous les niveaux et offrant des défis sans limite pour améliorer ses compétences.



Tir à l'arc

Dès 8 ans | 35€ + licence obligatoire

Mise à disposition de matériel (35€) possible.

Archers débutants - mercredi 17h - 18h45 ou samedi 8h45 - 10h30.

Archers 2ème année et plus - mercredi 18h - 19h45 ou samedi 9h45 - 11h30.

Archers autonomes - Lundi 17h45 - 19h45 / Mercredi 19h15 - 21h45 / Samedi 10h45 - 12h45.



Savate boxe française

De 175€ (enfants) à 190€ (ados/adultes)/an + licence obl.

Enfants - Mercredi 15h - 16h (5 à 7 ans) ou 16h - 17h (8 à 12ans)

Ados / Adultes - Lundi, mardi ou jeudi de 18h30 - 20h30

Préparation pour Compétiteurs Jeunes - le mercredi de 17h - 18h30



Pilates | Gym posturale

Adultes | 270€/an

Seniors le mardi 9h-9h45

Débutants le mardi 10h-10h45 ou le mercredi 17h15-18h ou 18h15-19h

Développement des muscles profonds, amélioration de la posture, équilibre musculaire et assouplissement articulaire.



Do in — Qi Gong japonais

Adultes | 215€/an

Gymnastique de santé japonaise qui procure bien-être, relaxation et vitalité par l'automassage et les étirements.

Le jeudi 17h15 - 18h15 ou 18h40 - 19h40 ou le vendredi 9h - 10h ou 10h30 - 11h30



Initiation Sévillane

NOUVEAUTÉ !

Fillettes de 6 à 10 ans | 30€

Le mercredi 14h-15h

Femmes et filles à partir de 11 ans | 30€

Le vendredi 18h-19h30.

Vous voulez découvrir les danses andalouses ? Rejoignez-nous pour des moments pleins d'Alegría.



Cours/ateliers crochet

NOUVEAUTÉ !

Cours enfants Autour du fil pour les 7-10 ans | 180€

Le jeudi de 17h15 à 18h45 (matériel fourni). Découvrir, créer et s'amuser avec le fil

Crochet débutant ados dès 11 ans et adultes | 230€

Le jeudi de 19h à 21h (matériel de base fourni pour les premiers projets). Découvrir et apprendre les bases du crochet

Crochet intermédiaire/avancé ados dès 11 ans et adultes | 210€

Le lundi de 17h à 19h30 (matériel non fourni). Approfondir sa pratique et développer ses projets



Ateliers d'anglais ludique

NOUVEAUTÉ !

Les Kiddies pour les enfants en Grande Section et CP | 280€

Le mercredi 9h30-10h15

Les Beginners pour les enfants du CE1 au CM2 | 280€

Le mercredi 10h15-11h15

Découvrez l'anglais grâce à l'univers magique de célèbres dessins animés et vivez une année pleine d'aventures !



Cirque

De 4 à 17 ans | De 220 à 230€

4 à 6 ans - vendredi 17h15-18h15

7 à 10 ans - vendredi 18h15-19h15

10 ans et + - vendredi 19h15-20h30



Escalade

Dès 6 ans | De 180 à 240€

6 à 8 ans - mercredi 15h - 16h ou 16h - 17h (La Côte)

9 à 12 ans - lundi 18h - 19h30 (La Côte)

ou mardi 18h - 19h30 (Saint Etienne) ou mercredi 17h - 18h30 (La Côte)

11 à 18 ans - lundi 19h30 - 21h (La Côte)

ou mardi 19h30 - 21h (Saint Etienne) ou mercredi 18h30 - 20h (La Côte)

Adultes - Mercredi 20h30/22h (en alternance Saint Etienne / La Côte)



Ski

4 à 16 ans | Tous niveaux | Env. 25€ / sortie Vercors

Mise à disposition de skis et chaussures (50€) possible.

Tarifs déterminés à l'automne selon les coûts de transport et des forfaits

Inscriptions en ligne dès septembre, ou à la MJC le 28/11 ou le 5/12.

Sorties tous les samedis à partir du 19 décembre et pendant les vacances de Noël et de février.

Direction : Autrans-Méaudre, Lans en Vercors & Chamrousse.



Hip hop

Breakdance enfants 7/9 ans ou ados 9/15 ans
160€

Le mardi 18h30- 19h30 (enfants) ou 19h30-20h30 (ados)

Danse acrobatique alliant figures au sol, mouvements debout, style et originalité, le tout rythmé par la musique



Atelier RASPI, l'informatique appliquée

Enfants/ados 10-15 ans | 40€

Séance un mercredi par mois 17h30-19h30

Dès 15 ans et adultes | 40€

Les réunions sont positionnées en début de mois, un mardi et un jeudi de 20h30 à 22h30.

Explorez la programmation et l'électronique avec un atelier pratique dédié au plus célèbre des nano-ordinateurs !

Stages

Des stages vous attendent pendant les vacances !
Suivez nos réseaux pour en savoir plus.

Activités fortement demandées.
Inscriptions en ligne le 29 août à partir de 20h