

ETE 2012

MJC-Centre Social
Saint-Exupéry

Viry-Chatillon



**Pour toutes les activités, l'adhésion à jour,
de l'année 2011/2012 est nécessaire.**

Enfance/jeunesse (6-17 ans)

du lundi au vendredi, de 10h à 12h30 et de 14h à 18h
(sauf activités à l'extérieur)



L'accueil de loisirs du
1000 club sera ouvert
en juillet et août

Du 9 au 12 juillet

Stage d'initiation à l'Aïkido - 9/14 ans

de 9h30 (rdv à la MJC) à 12h30 (retour à la MJC)
en partenariat avec la MJC de Ris-Orangis (trajets en minibus)
Certificat médical et tenue adaptée (kimono ou jogging)

L'Aïkido s'inscrit dans la tradition des Arts Martiaux japonais.

L'Aïkido n'a pas pour objectif la destruction de l'adversaire et prétend au contraire rétablir une communication afin de désamorcer les situations de conflit. Cet art est basé sur une maîtrise du corps, sans usage de la force, en utilisant l'énergie de l'adversaire.

Il comporte des techniques de projections et d'immobilisations sur attaques à main nue ou au «tanto» (couteau en bois), ainsi que la pratique des armes : «Jo» (bâton) et «boken» (sabre en bois).

L'absence de compétition permet à tous, hommes et femmes, junior ou senior, d'adapter son niveau d'effort à ses propres capacités.

L'Aïkido est accessible à tous, dès l'enfance.

«Préparons les Jeux Olympiques !»

Pendant toute la durée des Jeux Olympiques, en partenariat avec le service des sports, la MJC propose aux enfants et aux jeunes de 6 à 17 ans, de s'initier à des sports olympiques accessibles sur la ville :

Tir à l'Arc, Tennis, Natation, Voile, ...



Séjour dans le Morvan - 6/12 ans

Séjour en camping sur 5 jours/ 4 nuits

Du 16 au 20 juillet

Activités nautiques, accrobranches, ...

Sorties et activités Parents/Enfants

La MJC propose aux parents avec leurs enfants de les accompagner sur de nombreuses activités :

- Bases de loisirs, Parc
- Ateliers manuels : bricolage, cuisine, jeux de société, Papier Maché, ...
- Jardinage dans le jardin pédagogique partagé de la MJC



«L'Essonne au Bout des Roues» - 13/17 ans

Séjour itinérant, à vélo, à la découverte des sites remarquables de notre département essonnien.

Du 6 au 10 Aout.

Adultes et familles :

Croisière sur les canaux de Paris

le 3 juillet

Départ de la MJC CS St-Exupéry à 10h00

Retour prévu vers 18h30



Vacances des familles, au Lac d'Annecy

en pension complète, avec activités sur place.

Du 14 au 21 juillet

Sortie Hortillonnage en Baie de Somme

Les hortillonnages sont formés d'une multitude d'îles alluvionnaires entourées de 65 kilomètres de voies d'eau, fossés et «rieux», alimentés par les eaux de la Somme, avec de nombreux étangs.

Date à définir



Sorties à la mer à la journée :

Départ en Car, à partir de la MJC

*8 Juillet : BERCK SUR MER
Festival country*

*22 Juillet : MERS LES BAINS
Fête des Baigneurs*

29 Juillet : TROUVILLE

26 Août : VILLERS SUR MER

REPAS DE QUARTIER JUIN 2012

Amenez vos plats préférés, vos délices culinaires à partager,
un sourire ensoleillé

La MJC fourni les tables, chaises et barbecue,
ainsi que quelques grillades et animations.

Vendredi 1er Juin 2012 : Quartier Lille à partir de 19h

Vendredi 8 juin 2012 : au Bungalow, pour les quartiers Flandre et Bretagne à 19h

Samedi 9 Juin 2012 : Quartier Montélimar de 11h à 17h

Samedi 16 Juin 2012 : Quartier Châlon à partir de 19h

Samedi 30 Juin 2012 : Quartier St Briec de 11h à 17h

Tous les détails et informations complémentaires
sur le site mjc-cs-saintexupery.org



**Pour toutes les activités, l'adhésion à jour
de l'année 2011/2012 est nécessaire.**

**Permanences
du Lundi au vendredi
de 10h à 12h
de 14h à 18h**

**Inscriptions ENFANCE/JEUNESSE
au 1000 Club,
avenue de Provence, Viry-Chatillon
Tél : 01.69.44.12.24**

**Inscriptions ADULTES FAMILLES
aux locaux administratifs,
3 avenue d'Artois, Viry-Chatillon
Tél : 01.69.24.38.82**