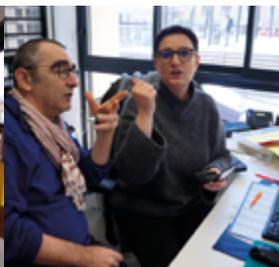


Les rendez-vous

de la MJC

Mai-Juillet 2018

24



ÉVÈNEMENTS
STAGES
SORTIES



Lézignan-Corbières



Les événements

• Vendredi 4 Mai

SOIRÉE JEUX DE SOCIÉTÉ

Une multitude de jeux de société pour tous.

Par la Ludothèque LUDULE, de 17h à 23h à la MJC

Entrée libre et gratuite

• Lundi 21 Mai

SPORT CHALLENGE LOCO 1

Matinée de découverte de la Course d'Oriente avec à la fois des circuits d'initiation de 5 à 77 ans et des circuits de compétition.

De 10h à 12h, à Promaude (site de Gaujac à Lézignan-Corbières), participation 7 €

• Jeudi 24 Mai VERNISSAGE

Du 25 Mai au 3 Juin EXPO

EXP'HAUT EN COULEUR

Par les enfants du groupe CLAS (Contrat Local d'Accompagnement à la Scolarité) de l'AMI (Aide Mutuelle à l'Insertion) avec l'artiste MOSS. Le CLAS c'est l'aide aux devoirs mais aussi les apports artistiques et culturels pour contribuer à l'épanouissement des enfants. C'est sur ce 2^{ème} axe que 27 enfants ont pu réaliser une fresque collective sur les murs du centre social ainsi que la peinture d'oeuvres individuelles sur des cagettes en bois.

À la MJC, vernissage à 17h le jeudi, expo ouverte du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 19h, entrée libre



Cette programmation peut évoluer, n'oubliez pas de vérifier les informations relatives à l'évènement de votre choix quelques jours avant sa date en appelant l'accueil ou en consultant le site internet de la MJC

• Samedi 26 Mai

DÉBAT JEUNES

PROJET ASSOCIATIF

Dans le cadre du projet associatif 2018-2023, la MJC invite tous les jeunes et moins jeunes à se manifester pour une après-midi de débat sur la jeunesse à la MJC, afin de fixer les nouvelles actions concernant la jeunesse qui seront mises en place pour les cinq années à venir. C'est le moment d'exprimer vos idées autour d'une après-midi conviviale, avec ateliers ludiques et goûter offert.

De 14h à 18h à la MJC. Entrée libre et gratuite

• Vendredi 1^{er} Juin

SOIRÉE JEUX DE SOCIÉTÉ

Une multitude de jeux de société pour tous.

Par la Ludothèque LUDULE, de 17h à 23h à la MJC

Entrée libre et gratuite

• Vendredi 1^{er} Juin

COMÉDIE MUSICALE

« LES AIRS DE RIEN 2068 »

Présentée par la chorale de la MJC pour son 10^{ème} anniversaire, cette comédie musicale se situe dans un avenir où l'eau a presque disparu, sur fond de maison de retraite en faillite. À découvrir absolument !

Écriture et mise en scène

Franck LUGINBUHL

Choeurs dirigés par Hubert LACHAMBRE

Piano Marjolaine HAMELIN

Au Palais des Fêtes de Lézignan-Corbières

à 20h45, tarif 5 €

Lez'Arts

en fête 2018



LÉZIGNAN
CORBIÈRES

23 JUN 2018

midi
-
minuit



Observez, écoutez,
découvrez, pratiquez...

**ZUMBA KID'S - CHANT - CHORALE - PIANO
- GUITARE - PHOTOGRAPHIE - ART FLORAL
- DANSE AFRICAINE - PATCHWORK - MOSAÏQUE -
BRODERIE - POTERIE - DESSIN - GYM - THÉÂTRE -
PETITS DÉBROUILLARDS - MULTIMÉDIA - HIP HOP
- ATELIER D'ÉCRITURE - DANSE DE SALON -
DANSE MODERNE - ALSH LA LAUSETA - SALSA ...**



**OUVERT À TOUS DE 12H À MINUIT / RESTAURATION SUR PLACE
+ DE 10 SPECTACLES ET ATELIERS GRATUITS / 4 CONCERTS**

**LÉZ'OLYMPIADES JEUX PAR ÉQUIPE SUR INSCRIPTION
GRATUITE / NOMBREUX LOTS À GAGNER**

JARDIN PUBLIC & MJC LÉZIGNAN



• Samedi 2 & dimanche 3 Juin

GALA DE DANSE

Les clubs danse moderne et d'expression, classique et hip-hop se regroupent pour vous présenter le travail de l'année.

À 20h45 le samedi et à 15h le dimanche, au Palais des Fêtes, 5 € adhérents / 7 € non-adhérents
Réservation conseillée

• Dimanche 3 Juin

SPORT CHALLENGE LOCO 2

Matinée de découverte de la Course d'Oriente avec à la fois des circuits d'initiation de 5 à 77 ans et des circuits de compétition.

De 10h à 12h, à Fontcouverte, participation 7 €

• Dimanche 3 Juin

SPORT TOURNOI DE TENNIS DE TABLE CLAUDE DESCOURS

Tournoi organisé sur la journée par le club Tennis de table de la MJC.

Ouvert aux licenciés et non licenciés, jeunes à partir de 10 ans et adultes.

À partir de 9h, horaires selon les séries, inscription par téléphone ou sms au 06 82 33 27 63 ou par mail tennis-table@mjc-lezignan-corbieres.com
5 € participation au tournoi, 8 € repas

• Samedi 23 Juin

LÉZ'ARTS EN FÊTE

Grande fête de fin d'année des clubs de la MJC. Spectacles, concerts, ateliers gratuits, démonstrations, expos, jeux, Léz'Olympiades par équipe ... programme complet début Juin à la MJC et sur notre site internet.

De midi à minuit, MJC & Jardin Public, entrée libre

• Dimanche 1^{er} Juillet

SPORT CHALLENGE LOCO 3

Matinée de découverte de la Course d'Oriente avec à la fois des circuits d'initiation de 5 à 77 ans et des circuits de compétition.

De 10h à 12h, à la Pinède de Lézignan-Corbrières, participation 7 €

• Vendredi 13 Juillet VERNISSAGE

• Du 13 Juillet au 15 Septembre EXPO EXPO HORIZONS D'EAUX 2 « EN VOITURE ! »

En marge du festival Convivencia, la MJC accueille une exposition d'art contemporain : projection de vidéos des artistes Roderik BUCHANAN, Stephen DEAN, Patrick NARDIN. Suite au vernissage le vendredi, vous êtes invités au concert qui se déroulera au bord du Canal du Midi à Argens Minervois. En partenariat avec les Abattoirs de Toulouse, le FRAC de Montpellier et le festival Convivencia.

À la MJC, vernissage à 18h le vendredi, expo ouverte du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 18h, entrée libre

• Dimanche 29 Juillet

VIDE-GRENIER

Venez nombreux au traditionnel vide-grenier de l'été de la MJC.

Réservation des emplacements à l'accueil de la MJC, 10 € pour les 3 mètres.

De 8h à 18h, au Jardin Public, entrée libre

• Samedi 8 Septembre

PORTES OUVERTES DE LA MJC

Les responsables de clubs vous attendront nombreux pour vous présenter les activités et prendre vos pré-inscriptions.

De 9h30 à 12h et de 14h à 17h30, à la MJC et dans le Jardin Public, entrée libre

Les stages

La MJC de Lézignan-Corbières propose des stages thématiques tous les mois pour découvrir des pratiques 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). Pour les non-adhérents, la majoration du coût par stage correspond à l'assurance.

• Samedi 16 Juin de 10h à 12h (percus) et/ou de 13h à 16h (danse)

DANSE & PERCUS AFRICAINES

Approche de la culture africaine à travers l'apprentissage de rythmes sur percussions traditionnelles. Les rythmes appris amènent tout naturellement les élèves à la danse et aux chants correspondants pour former un ensemble cohérent.

Enfants, ados et adultes

La demi-journée >> 30 € adhérents / 40 € non-adh.

La journée >> 40 € adhérents / 50 € non-adh.

• Lundi 16, mardi 17 & jeudi 19 Juillet de 10h à 13h

DESSIN / PEINTURE > CARNET DE VOYAGE DANS LÉZIGNAN

Redécouvrir Lézignan à travers la réalisation de dessins, peintures, prises de notes ... nous (re)visiterons certains lieux comme le Jardin Public, l'église ...

Enfants, ados et adultes

Les 3 journées >> 40 € adhérents / 50 € non-adh.

• Lundi 30, mardi 31 Juillet & jeudi 2 Août de 10h à 13h

PEINDRE À LA MANIÈRE DE ... TITOUAN LAMAZOU

Découverte (ou redécouverte) du portrait « moderne », dans l'interprétation du dessin et de la peinture, et la « non-finition ». Nous aborderons aussi le rapport figure/fond.

Ados et adultes

Les 3 journées >> 40 € adhérents / 50 € non-adh.





Les sorties



DÉCOUVERTE DU PATRIMOINE

• Samedi 5 Mai

AUTOUR DE COLOMBIERS

Visites guidées de l'Oppidum d'Ensérune et du Site du Malpas à partir de l'Office du tourisme de la Domitienne à Colombiers.

• Dimanche 27 Mai

ENTRE MIREPOIX ET LIMOUX

Visite guidée du site de la nécropole mérovingienne de la Tabariane à Teilhet, du village de Camon et, l'après-midi, visite du Monastère orthodoxe de Cantauque, à Villebazy.

• Samedi 16 & dimanche 17 Juin

BAUX DE PROVENCE & AVIGNON

Baux de Provence (carrières de lumière, visite guidée du village et du Château des Baux,



dégustation de Châteauneuf du Pape), Avignon (ville, pont et Palais des papes), Gordes et Roussillon, promenade des ocres.

• Mercredi 4 Juillet

AU FOND DES PYRÉNÉES ORIENTALES

Visite guidée de l'Abbaye d'Arles sur Tech, vallée du Vallespir ; visite guidée de Prats-de-Mollo et du Fort Lagarde (fort Vauban).

RANDO MONTAGNE

• Dimanche 20 Mai

CIRQUE DE LABEIL

Départ 7h.

Dénivelé-700m / temps de marche-5h

• Dimanche 3 Juin

BOUCLE DE RABASSOLES TARBESOU

Départ 7h.

Dénivelé-650m / temps de marche-6h

• Dimanche 17 Juin

FORÊT D'EN MALO

Départ 7h30.

Dénivelé-680m / temps de marche-5h (14km)

• Dimanche 24 Juin

CONFLENT

Départ 7h. De Campone au Pla de Balencou.

Dénivelé-550m / temps de marche-5h (16km)

• Dimanche 15 Juillet

LES TRES ESTRELLES (P.O.)

Départ 6h.

Dénivelé-1200m / temps de marche-6h

• Week-end 28 & 29 Juillet

COUSERANS ARIÈGE

Départ 8h le samedi. Lac de Bathmale - La Calabasse.

Dénivelé-1300m / temps de marche-6h

• Week-end 11 & 12 Août

SORTENY (ANDORRE)

Départ 7h le samedi. Sportif.

Dénivelé +1600m - 600 le samedi

et +800m - 1800m le dimanche

temps de marche-7h et 7h

inscription avant le 07/07





| Date | Départ | Destination | Tps/km | Déniv. |
|--------------------------|--------|--|--------|--------|
| Mai | | | | |
| Mardi 1 ^{er} | 8h30 | Villasavary - La magie des orchidées | 16km | 250m |
| | 13h30 | Floure - Bénitiers | 10km | 180m |
| | 14h | Argeliers | 9km | 150m |
| Vendredi 4 | 14h | Rando Santé - Montlaur Le Plo | 6km | non |
| Dimanche 6 | 8h30 | Fanjéaux - La boucle de la Hille | 12km | 420m |
| Mardi 8 | 8h30 | Alairac | 12km | 200m |
| | 14h | S ^t Martin de Toques | 8km | 250m |
| Vendredi 11 | 14h | Rando Santé - Le lido | 7km | 20m |
| Dimanche 13 | 8h30 | Le Soulier - Les Planques héraultaises | 17km | 300m |
| Mardi 15 | 13h30 | Notre Dame du Carla | 10km | 150m |
| | 14h | Laure Minervoix - Les capitelles | 10,5km | 180m |
| Vendredi 18 | 14h | Rando Santé - Rustiques - Les Maquisards | 6km | non |
| Dimanche 20 | 8h30 | Les Rocs Nègres | 15km | 250m |
| Mardi 22 | 13h30 | Poilhaes - Tunnel de Malpas | 12km | 200m |
| | 14h | Luc sur Orbieu - la roche trouée | | 150m |
| Vendredi 25 | 14h | Rando Santé - Moussan | 6km | non |
| Samedi 26 | | Randos Patrimoine en Limouxin Roquetaillade 5€ | | |
| Mardi 29 | 13h30 | S ^t Julien des Meulières | 11km | 150m |
| | 14h | Gruissan - Sentier des Goules | 8km | 40m |
| Juin | | | | |
| Vendredi 1 ^{er} | 9h | Rando Santé - Parazale pont-canal du Répudre | 7km | 50m |
| Dimanche 3 | 8h30 | Caudebronde | 16km | 540m |
| Mardi 5 | 8h30 | Bugarrach - Col de Linas (journée) | 10km | 600m |
| | 9h | Montlaur - Roquenegade | 9km | 150m |
| Vendredi 8 | 9h | Rando Santé - Luc sur Orbieu | 5km | 30m |
| Dimanche 10 | 8h30 | Serres - Les Terres Rouges | 12km | 300m |
| Mardi 12 | 9h | Ormaisons | 10km | 150m |
| Vendredi 15 | 9h | Rando Santé - Miramont par Champ de Sable | 6km | non |
| Dimanche 17 | 9h | Portel - Entre pinède et garrigue | 17km | 500m |
| Mardi 19 | 9h | Les étangs de Peyriac | 10km | 200m |
| Vendredi 22 | 9h | Rando Santé - Moussoulens (pique-nique) | 6,5km | 100m |
| Dimanche 24 | 7h30 | Col de Jau - Pic du Dourmidou | 14km | 635m |
| Mardi 26 | 9h | Sentier Sculpturel - Mayronnes | 8km | 150m |
| Vendredi 29 | 9h | Rando Santé - Pradelles en Val - Mozzarella | 6km | non |
| Dimanche 01/07 | 7h45 | Marche du Sel - Rennes les bains - inscr. 10€ | 12km | 300m |

Participez également à l'activité Marche Nordique tous les jeudis, départ de la MJC à 8h45 pour 2h de parcours.



ESTIVADES

Les Balades Familiales de juillet et août sont des petites randonnées locales et gratuites, sans inscription préalable, animées par les Lézig'zagueurs à destination des vacanciers d'ici ou touristes de passage (4240 participants depuis 2003). Dans le cadre des Estivades, la commune de Lézignan assure cette activité et offre l'apéritif de fin de balade.

Selon les thèmes de balade, des partenaires sont sollicités : Daniel Sendrous pour l'accueil dans ses vignes et au Chai des Vignerons - Jean Pierre Pigassou, pour l'accompagnement sur le Parcours Botanique - Patrick Valette, Ingénieur ONF pour la Reconquête de la Forêt Méditerranéenne dans notre Pinède communale.

Le départ de ces balades se fera au Parcours Vita (Pinède de Lézignan).

| | | | | |
|----------------|-------|---|--|--|
| Juillet | | | | |
| Vendredi 13 | 9h30 | Terroir Viticole - D. Sendrous | | |
| Mardi 17 | 20h30 | Eoliennes | | |
| Vendredi 20 | 9h30 | Forêt Méditerranéenne ONF. P. Valette | | |
| Mardi 24 | 20h30 | Eoliennes | | |
| Vendredi 27 | 9h30 | Parcours Botanique - JP. Pigassou | | |
| Août | | | | |
| Vendredi 3 | 9h30 | Terroir Viticole - D. Sendrous | | |
| Mardi 7 | 20h30 | Eoliennes | | |
| Vendredi 10 | 9h30 | Mur à Abeilles | | |
| Samedi 11 | 18h30 | S ^m Suzanne - Fête des Vignerons | | |
| Vendredi 17 | 9h30 | Parcours Botanique - JP. Pigassou | | |
| Mardi 21 | 20h30 | Eoliennes | | |
| Vendredi 24 | 9h30 | Pastoralisme et murettes restaurées | | |
| Vendredi 31 | 9h30 | Mur à Abeilles | | |



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



**Maison des Jeunes et de la Culture
 Centre International de Séjour**

25, rue Marat

11200 Lézignan-Corbères

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 des Sports, de la Jeunesse, de l'Éducation Populaire et de la Vie Associative.

