



Retrouve-nous sur facebook  
Mjc scherwiller

## DATE À RETENIR

24/09/2017 : Journée Pétanque

15/10/2017 : Puces des couturières

15/10/2017 : Soirée Jazz

«Les Escrocs du Swing»

24/02/2018 : Soirée théâtre (quiproquo)

15/04/2018 : Marché aux Puces

...et d'autres dates à venir...

réalisé par



### MJC SCHERWILLER

1 Place de la Libération  
67750 SCHERWILLER

[scherwiller.mjc@gmail.com](mailto:scherwiller.mjc@gmail.com)

Tél. : 07 87 41 45 46

<http://scherwillermjc.wix.com/mjc-scherwiller>



# BOUGES

ET APPRENDS

À PLUSIEURS  
C'EST PLUS MARRANT !



## Activités sportives

### // Danse de salon

// 65€ à 80€ /trim. \*

Danse latino pour enfant dès 7 ans.  
Danse de salon adulte pour les débutants et les perfectionnés.

*Jeudi de 16h30 à 17h15,  
et de 20h00 à 21h00.*

Nouveau complexe sportif.

*Mardi de 19h00 à 21h00.*

Salle Polyvalente Alphonse HAAG.

Lydia BRANGBOUR - 06 03 34 01 66

### // Hip-Hop // 130€ /an \*

Salle 1 - Maison des Associations.

Le Hip Hop est un mouvement culturel et artistique basé sur le respect et la tolérance. C'est une danse acrobatique qui comprend beaucoup de figures au sol et permet de développer des qualités physiques telle la souplesse, la force, la coordination, mais aussi une bonne oreille musicale et du feeling.

Elle permet aux élèves de se divertir et même de s'épanouir. Pour certains, elle aide à vaincre la timidité ! C'est une activité qui demande de la concentration et de l'échange avec les autres pour évoluer.

*Mercredi de 13h30 à 15h00.*

Aurélien LANGE-SCHREYECK  
06 50 65 80 73

### // Zumba et Z'Dance

// Z'Dance : 90€ /an \* - // Zumba : 130€ /an \*

Salle Alphonse HAAG.

Cours collectif dans un esprit fun et relax. Les chorégraphies s'inspirent principalement des danses latines. Le cours se termine par un retour au calme composé d'étirements. Ambiance détendue assurée ! Pour les enfants, les ados et les adultes.

*Mercredi, horaires non définis.*

Monique BARTHEL - 03 88 92 12 17

### // Judo // 115€ à 160€ /an \*

Complexe sportif. Dès 4 ans.

Art martial venu du Japon, alliant souplesse, apprentissage des techniques et maîtrise du corps. Apprendre à chuter lors des combats, utile au quotidien.

- *Eveil 4 ans*

*Mercredi de 16h30 à 17h30*

- *Eveil 5 ans*

*Mercredi de 17h30 à 18h30*

- *Judo de 6 à 8 ans*

*Mardi / Vendredi de 17h30 à 18h30*

- *Judo de 9 à 13 ans*

*Mardi / Vendredi de 18h30 à 19h30*

- *Judo adultes*

*Mardi / Vendredi de 19h45 à 21h30*

Esther SCHEIDECKER - 03 88 82 11 25

### // Self défense /Jujitsu

// 160€ /an \*

Complexe sportif. Dès 6 ans.

Sport de combat alliant défense et souplesse permettant de se défendre lorsqu'on est désarmé. Permet de canaliser son énergie pour la transformer en combativité.

- *A partir de 6 ans*

*Mercredi de 18h30 à 19h45.*

- *Adultes*

*Mercredi de 19h45 à 21h30.*

Esther SCHEIDECKER - 03 88 82 11 25

## Activités relaxantes

### // Atelier du Corps // 210€ /an \*\*

Salle 13 - Salle Alphonse HAAG.

Pour être bien dans son corps et dans sa tête, à l'aide de différentes techniques, approches et respirations... en un seul cours ! Exercice à la portée de tous. Minimum 10 membres.

*Mercredi de 18h15 à 20h00.*

Monique BARTHEL - 03 88 92 12 17

## "Le sport est une évasion complète de la vie."

François HERTEL

### // Stretching postural

// 180€ /an \*\*

Salle 13 - Salle Alphonse HAAG.

Technique à base d'étirements et de contractions musculaires. C'est une gymnastique de maintien et de correction de la posture, une méthode de rééquilibrage musculaire tenant compte de l'individu. Minimum 20 membres.

*Mardi de 19h30 à 21h00.*

Monique BARTHEL - 03 88 92 12 17

### // Qi Cong // 125€ /an \*

Maison des Associations.

Multiplés séries de mouvements lents en relation avec le souffle. Aide à la souplesse corporelle et vise au bien-être et à la détente.

*Horaires non définis.*

Monique BARTHEL - 03 88 92 12 17

## INFORMATIONS

\* Tarif auquel s'ajoute la cotisation de la MJC de 10 € /an /enfant.

\*\* Possibilité de paiement par chèque en deux fois.

Pour plus de renseignement, contactez les responsables de sections.

## Sports de raquette

### // Tennis // 110 à 140€ /an \*

Dès 5 ans. Terrain de tennis.

Sport pratiqué par deux ou quatre joueurs. Différents cours proposés : tennis débutants (de 5 à 11 ans le samedi), tennis loisir adultes (mardi soir), entraînements compétition (vendredi et dimanche soir).

*Horaire selon créneaux.*

tennis.scherwiller@yahoo.fr

### // Tennis de table

// Joueurs avec licences : 75€ /an \*

// Joueurs loisirs : 45€ /an \*

// Jeunes avec licences : 65€ /an \*

Complexe sportif.

Il se pratique de manière individuelle et en équipe. Homme et femme pour du compétition ou du loisirs. De 8 à 88 ans.

*Vendredi de 19h00 à 22h00.*

Rémi ZIPPER - 03 88 82 05 59

## "Le sport va chercher la peur pour la dominer, la fatigue pour en triompher, la difficulté pour la vaincre."

Pierre de Coubertin

## Activités culturelles

### // Club Age d'Or

// Seul : 15€ /an \*

// Couple : 20€ /an \*

Salle Alphonse HAAG.

De manière conviviale, venez-vous retrouver tous les 15 jours pour jouer aux cartes ou tout simplement discuter.

*Jeudi à partir de 13h30.*

Jeanine LEVY - 03 88 92 14 92

### // Couture // 75€ /trim. \*

Salle 1 - Maison des Associations.

Que vous soyez débutant ou confirmé, apportez votre machine à coudre, votre matériel et votre projet et progressez grâce aux connaissances d'une couturière professionnelle. Tout cela dans une ambiance détendue et conviviale :)

*Jeudi de 20h00 à 22h00.*

Marie-Laure PARENT  
06 70 41 16 34

### // Patrimoine // 10€ /an \*

Une envie de découvrir le passé et l'histoire du village ? Venez fouiller avec nous dans les archives.

Albert MARCOT - 03 88 82 13 76

André KLEIN - 03 88 82 12 02

### // Théâtre // 150€ /an \*

Maison des Associations.

Art de la représentation d'oeuvres par des êtres humains. Cette section se découpe en deux groupes : les enfants et les ados.

*Mardi de 17h00 à 20h00.*

Alexandre TAESCH - 06 75 93 53 80