

JANVIER



JUIN

CONCERTS 2026





# SOMMAIRE

## LES CONCERTS

- 24/01 DOWDELIN [jazz-soul-électro-créole] p.2  
+ PREMIÈRE PARTIE : BALLA BANGOURA [afro mandingue]
- 07/02 CAPSULE DUB SPACE PAR LA ZOUAVERIE SOUND p.3  
SYSTEM [dub] + INVITÉ : PERSEPHONIC CREW
- 28/02 MAUVAIS ŒIL [pop] p.4  
+ PREMIÈRE PARTIE : HÖLISTICK [poésie électronique]
- 07/03 BABY SHARON [nu-soul] + MELINA [pop urbaine] p.5  
+ MALI [rap]
- 19/03 AMARYA [chanson française] p.6
- 21/03 LE SON DES MJC [tous styles] p.7
- 27/03 LA FIESTA DES LYCÉES [tous styles] p.8
- 09/04 CARTE BLANCHE AUX MUSIQUES ACTUELLES p.9  
DU CONSERVATOIRE
- 22/04 MTOULOU FAIT SON SAFARI MUSICAL [jeune public] p.10  
+ ATELIER p.11
- 25/04 ELECTRO LIGHT PARTY #4 p.12  
LA CAPSULE BRILLE DE MILLE FEUX
- MAI/JUIN LES RENDEZ-VOUS DE MAI ET JUIN p.13

INFOS PRATIQUES p.16

L'ACCOMPAGNEMENT p.18

NOS PARTENAIRES p.20

# DOWDELIN +

1<sup>ÈRE</sup> PARTIE :

## BALLA BANGOURA

© JP Gimenez et DR



**SAMEDI 24 JANVIER · 21H · LA CAPSULE**  
**[jazz-soul-électro-créole] + [afro mandingue]**

DOWDELIN est un quartet lyonnais qui joue avec les genres et les héritages, pour offrir une musique qui se dérobe aux codes. Entre langues française, anglaise et créole, porté par des énergies urbaines et un beat de la Caraïbe, le groupe nous invite à partager un voyage émotionnel et initiatique inoubliable.

BALLA BANGOURA propose un spectacle festif où s'entremêlent musique, danse et percussions du Sénégal pour offrir au public un moment chaleureux et joyeux. L'artiste nous invite à vivre un show musical ardent, rythmé par le son de sa kora, harpe venue d'Afrique, qu'il intègre dans un combo guitare, basse et percussions.

**TARIFS : 10 €/12 € EN PRÉVENTE - 12 €/14 € SUR PLACE**

# CAPSULE DUB SPACE

PAR ZOUAVERIE SOUND SYSTEM

AVEC PERSEPHONIC CREW

© DR



**SAMEDI 7 FÉVRIER · 20H · LA CAPSULE**  
**[dub]**

Née d'une bande d'amis unis par l'amour des basses, LA ZOUAVERIE fait vibrer les cœurs et les corps au rythme du Dub. Sound system maison, il est construit pour offrir une véritable communion avec le public. Du Reggae Roots à l'Electro Dub enivrant, La Zouaverie est une famille passionnée et un appel à la danse.

Véritables amoureux de la Dub depuis 15 ans, PERSEPHONIC CREW sont portés par l'ambition de créer des rencontres inédites, pour partager leur passion pour le son et la bonne humeur.



**TARIFS : 8 € EN PRÉVENTE ET ADHÉRENTS SUR PLACE**  
**10 € NON ADHÉRENTS SUR PLACE**

# MAUVAIS ŒIL

1<sup>ÈRE</sup> PARTIE : HÖLISTICK

© DR et DR



**SAMEDI 28 FÉVRIER · 21H · LA CAPSULE**

[pop] + [poésie électronique]

**MAUVAIS ŒIL** est un duo parisien qui façonne une pop hybride mêlant chanson française, héritage méditerranéen et influences pop. Le duo réunit Sarah, autrice-compositrice franco-algérienne, bercée par la pop et les divas arabes, et Alex, producteur multi-instrumentiste, et s'impose comme l'un des projets émergents les plus captivants de la scène pop française.

**HÖLISTICK** naît à la rencontre des flots. Acoustique et électronique se mêlent, les repères s'estompent. Au travers des styles se mêlent humour piquant et gammes tendues. Le projet émerge en 2021, mais c'est en 2025 que naît la 1<sup>ère</sup> formation live d'Hölistick : deux ukulélés chant, une guitare, une basse et un clavier. Maintenant composé de cinq musiciens, Hölistick prépare sa première saison live pour 2026.

**TARIFS : 10 €/12 € EN PRÉVENTE - 12 €/14 € SUR PLACE**

# BABY SHARON + MELINA + MALI

© Gwen Gaudy et DR



**SAMEDI 7 MARS · 21H · LA CAPSULE**

[nu-soul] + [pop urbaine] + [rap]

En soutien à la **journée internationale des droits des femmes**, **trois artistes féminines, étoiles montantes de la scène régionale, se produiront sur la scène de la Capsule.**

Entre Marseille et Lomé, **BABY SHARON** chante, rappe et livre sans détour les émotions qui la traversent. Elle navigue entre hip hop, néo-soul et rock électrique, sculptant un univers contrasté.

Après plusieurs expériences de groupe, **MELINA** trouve en solo un univers qui lui ressemble : cru, féminin et sensuel. Elle écrit et compose ses titres, accompagnée d'Anselme, aux arrangements et à la production.

Artiste émergente de la scène hip-hop/rap marseillaise, **MALI** vient avec une approche du rap bien à elle entre instrus percutantes et harmonies vocales. Elle revient avec un nouvel EP intitulé « Jours Meilleurs ».

**TARIFS : 8 €/10 € EN PRÉVENTE - 10 €/12 € SUR PLACE**

# AMARYA

© DR



**JEUDI 19 MARS · 20H**  
**PETITE SALLE DU THÉÂTRE JEAN-LE-BLEU**  
 [chanson française]

**AMARYA**, femme orchestre, troubadouresse des temps modernes, chante en français ses compositions inspirées de la musique folk, du blues du sahel et du jazz, avec un timbre qui nous emporte vers d'autres horizons. Sur scène, elle passe de la guitare au clavier, avec à ses pieds une stomp box et un tambourin, le tout agrémenté de flûtes et clarinette grâce aux pédales de boucles.

À ses côtés, **MAMADOU DEMBÉLÉ**, musicien Burkinabé, colore sa musique d'instruments traditionnels de l'Afrique de l'Ouest: N'goni, flûte peul et djembé. Deux artistes singuliers qui nous offrent, avec une belle générosité, une musique plurielle.

**TARIFS : 8 €/10 € EN PRÉVENTE - 10 €/12 € SUR PLACE**

# LE SON DES MJC #2

© DR



**SAMEDI 21 MARS · 20H30 · MJC DE MIRAMAS**  
 [tous styles]

Les MJC de VITROLLES, MIRAMAS, MARTIGUES et **MANOSQUE** s'associent pour la programmation d'une soirée 100% talents émergents ! Cette soirée de concert mettra en lumière les groupes accompagnés par chaque MJC, et leur permettra de renforcer leur expérience scénique, leurs liens avec le public et leur épanouissement artistique.

**AU PROGRAMME :**  
**FAT MOON** (blues/rock) - MJC Miramas  
**ZEWEY** (rap) - MJC-MPT Vitrolles  
**C3O2** (rock/métal) - MJC Martigues  
**HÖLISTICK** (poésie électronique) - La Capsule MJC



**TARIF : PARTICIPATION LIBRE**



# FIESTA DES LYCÉES

© Aurélie Canovas



**VENDREDI 27 MARS · 21H · LA CAPSULE**  
[tous styles]

Comme chaque année, le rendez-vous est pris !

**LA FIESTA DES LYCÉES** est le moment où les lycéens de la spécialité musique du lycée Félix Esclangon se produisent sur la scène de La Capsule.

Entre reprises revisitées et compositions, ils proposent un répertoire aux multiples influences, travaillé en classe et présenté en live.

**PARTICIPATION AUX FRAIS : 3 €**

# CARTE BLANCHE AUX MUSIQUES ACTUELLES DU CONSERVATOIRE

© Lionel Augustin



**JEUDI 9 AVRIL · 20H**  
**PETITE SALLE DU THÉÂTRE JEAN-LE-BLEU**  
[tous styles]

Après le succès de la première édition, La Capsule MJC offre une nouvelle Carte blanche aux groupes de la classe musiques actuelles du Conservatoire des Alpes de Haute Provence, qui se produiront sur la scène de la Petite Salle du Théâtre Jean-le-Bleu.

CONSERVATOIRE  
MUSIQUE DANSE THÉÂTRE  
DÉPARTEMENTAL 04

**PARTICIPATION AUX FRAIS : 3 €**

# MTOULOU FAIT SON SAFARI MUSICAL PAR AHAMADA SMIS



**MERCREDI 22 AVRIL · LA CAPSULE**  
[jeune public]

## ATELIER MUSICAL 14H30

Lors de cette rencontre, l'artiste fait découvrir aux participants les instruments traditionnels comoriens avec lesquels il a composé la musique du spectacle « **MTOULOU FAIT SON SAFARI MUSICAL** », ainsi que les chants de jeux d'enfants, les comptines et les contes qui l'ont inspiré pour créer ce nouveau spectacle.

À partir de 5 ans.

**GRATUIT, SUR INSCRIPTION**



## SPECTACLE JEUNE PUBLIC 16H

Dans ce conte musical, le poète et multi-instrumentiste **AHAMADA SMIS** est accompagné par **CHRISTOPHE ISSELÉE** à la guitare et au oud. Ensemble, ils nous embarquent dans l'odyssée de Mtoulou, un jeune guerrier pacifique accompagné de ses deux amis Gombessa le coelacanthé et Déma la chauve-souris, partis de leur île engloutie dans les abysses à la recherche d'un mystérieux trésor.

À partir de 5 ans.

**TARIFS : 5 € ENFANTS - 8 € ADULTES**  
UN GÔÛTER SERA SERVI À L'ISSUE DU SPECTACLE.

# ELECTRO LIGHT PARTY #4



**SAMEDI 25 AVRIL · 20H30 · LA CAPSULE**  
[électro]

Après trois éditions ayant rencontré un franc succès, la **SOIRÉE DES BÉNÉVOLES** de la Capsule est de retour !

Cette année, la Capsule **va briller de mille feux** !

Au programme de la soirée : DJ sets electro,  
light painting, mapping et make up fluo !

Cette soirée est l'occasion de propulser les bénévoles de la Capsule sur le devant de la scène et de les remercier chaleureusement pour leur investissement tout au long de l'année dans la vie culturelle de l'association.

**TARIFS : 5 € EN PRÉVENTE ET SUR PLACE SI DÉGUISÉ**  
**8 € SUR PLACE**  
**UN COCKTAIL DE BIENVENUE SERA OFFERT JUSQU'À 21H30**

# LES RENDEZ-VOUS DE MAI ET JUIN



**SAMEDI 23 MAI · 20H30**  
**VALENSOLE**

**CONCERT**  
**EN PLEIN AIR**

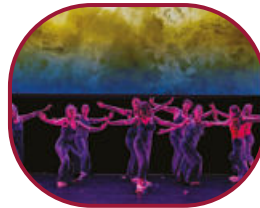
En partenariat avec l'association  
Le son du Moulin



**SAMEDI 6 JUIN · 21H**  
**LA CAPSULE**

**DRAG SHOW**

En partenariat avec  
l'association Manosqueer



**SAMEDI 13 JUIN · 14H**  
**GRANDE SALLE DU**  
**THÉÂTRE JEAN-LE-BLEU**

**FÊTE DE LA**  
**CAPSULE MJC**



**DIMANCHE 21 JUIN · 20H**  
**PARVIS DE LA CAPSULE MJC**

**FÊTE DE**  
**LA MUSIQUE**





14



© Stéphane Lehaut et Cuy Piva

© Stéphane Lehaut



15



# INFOS PRATIQUES

## LA BILLETTERIE - PRÉVENTES DISPONIBLES SUR HELLO ASSO



Réservez en avance votre place  
sur Hello Asso pour bénéficier  
d'un tarif préférentiel.

La billetterie sur place ouvre environ 30 min. avant le début du concert.  
Pour les concerts faisant l'objet de préventes, merci de vous munir  
de votre billet électronique et de vous présenter à la billetterie.

*Le tarif réduit est appliqué aux mineurs entre 10 et 18 ans, adhérents  
de La Capsule MJC, étudiants, volontaires en service civique et européen,  
demandeurs d'emploi, bénéficiaires des minima sociaux - sur présentation  
d'un justificatif. L'entrée est gratuite pour les moins de 10 ans  
(hors spectacles jeune public).*

## ACCÈS À LA CAPSULE MJC

**1 Place de Leinfeld 04100 Manosque**  
Ouverture des portes 30 min. avant le début du concert

### SE GARER

Le parking souterrain de la Poste est ouvert  
24h/24 et 7j/7, avec 3 heures gratuites.



## L'ADHÉSION CONCERT

**5 € — ouvert à tous**

Vous pouvez adhérer à La Capsule MJC pour 5 €  
et bénéficier de tarifs avantageux sur les concerts  
et la location des studios de répétition et d'enregistrement.

## LA CAPSULE ÉTHIQUE ET SOLIDAIRE

**LE BAR - ouvert pendant les concerts**

Une gamme de produits bio et locaux  
(bières locales, jus de fruits, sodas bio)  
est à votre disposition à des tarifs très abordables.

## APPEL A BÉNÉVOLES

**Vous souhaitez participer à la vie de votre salle de concert ?  
La Capsule MJC recherche de nouveaux bénévoles !**

Accueil du public, des artistes, tenue du bar ou billetterie,  
pour assurer le bon déroulement des soirées,  
l'équipe a besoin de vous !

Contactez-nous à  
[contact@lacapsule-mjc.fr](mailto:contact@lacapsule-mjc.fr)



# ACCOMPAGNEMENT DES PRATIQUES ARTISTIQUES

## LES STUDIOS

Vous avez un groupe ou un projet solo ? Vous souhaitez répéter dans un espace adapté et équipé ? Réservez votre créneau auprès du secrétariat !

La MJC dispose de 3 studios :

- Un studio de répétition dédié aux musiques amplifiées et équipé du backline (batterie, amplis, claviers, micros, sonorisation) ;
- Un studio d'enregistrement pour le maquettage et les prises de son ;
  - Un studio de MAO (musique assistée par ordinateur) pour enregistrer ses productions.

### TARIFS STUDIO DE RÉPÉTITIONS

|                    | Solo/duo | + de 2 musiciens |
|--------------------|----------|------------------|
| Adhérent           | 4 €/H    | 6 €/H            |
| Non adhérent       | 8 €/H    | 12 €/H           |
| Carte forfait 30H* | 80 €     | 120 €            |

*\*Pour la Carte forfait 30h, l'adhésion concert à 5 € est obligatoire pour chaque membre du groupe.*

### TARIFS STUDIOS D'ENREGISTREMENT ET DE MAO

Devis à la demande



## LES RÉSIDENCES D'ARTISTES

### BALLA BANGOURA

En résidence du 21 au 23 janvier dans la Capsule

Le chanteur sera en résidence pour préparer le concert live du samedi 24 janvier, sur la scène de la Capsule.

### HÖLISTICK

En résidence du 16 au 20 février dans la Capsule

Le groupe sera en résidence pour préparer leur set live de 2026. La résidence aboutira à un concert sur la scène de la Capsule le 28 février.

### AMARYA

En résidence du 17 au 19 mars  
dans la Petite Salle du Théâtre Jean-le-Bleu

La chanteuse sera en résidence pour préparer la sortie de son album. La résidence aboutira à un concert sur la scène de la Petite Salle du Théâtre Jean-le-Bleu.

Pour plus d'informations sur les résidences d'artistes, contactez le secrétariat par mail : [contact@lacapsule-mjc.fr](mailto:contact@lacapsule-mjc.fr)



# NOS PARTENAIRES



Conception graphique : Hélène Mailloux - helenemlx  
La Capsule - MJC Manosque : 04 92 72 19 70  
SIRET 782 404 537 00014 / APE 9002Z

Licences : PLATESV-R-2022-009794 / PLATESV-R-2022-009796





**LA  
CAPSULE**  
mjc

**1 PLACE DE LEINFELDEN  
04100 MANOSQUE**

**MJC-MANOSQUE.COM  
04 92 72 19 70**

