



Activités

Sportives

Municipales



Année Scolaire 2018-2019



Enfants

Ces activités reposent sur l'acquisition d'une culture sportive alliant le plaisir de la pratique, l'approche sportive et ludique, les rencontres et les échanges entre jeunes

BABY SPORTS

4 - 5 ans

- *Découverte ludique des activités sportives*

⇒ Sports collectifs, sports de raquettes, jeux d'adresse, jeux traditionnels, parcours de motricité ...

- **VENDREDI de 17H00 à 17H45** - Grande salle du Complexe « Marcel LECHANOINE »

ÉVEIL SPORTIF

6 - 7 ans

- *Découverte ludique des activités sportives*

⇒ Sports collectifs, sports de raquettes, jeux d'adresse, jeux traditionnels, parcours de motricité ...

- **VENDREDI de 17H45 à 18H30** - Grande salle du Complexe « Marcel LECHANOINE »

SPORTS DE RAQUETTES

7 - 12 ans

- *Découverte ludique du Badminton, Tennis, Tennis de table, Speedball, Speedminton ...*

- **MARDI de 18H00 à 19H00** - Grande salle du Gymnase « Félix BUHOT »

MULTISPORTS

7 - 12 ans

- *Découverte ludique des activités physiques et sportives*

⇒ Sports collectifs, sports de raquettes, jeux d'adresse, jeux traditionnels, sports américains (Hockey, Baseball, Flag ...), sports émergents

- **MERCREDI de 16H00 à 17H00** - Grande salle du Complexe « Marcel LECHANOINE »

SPORTS DE BALLONS

7 - 12 ans

- *Découverte ludique des activités physiques et sportives utilisant un ballon*

⇒ Handball, Basket-ball, Volley-ball, Football, jeux d'adresse, sports émergents (Tchoukball, Touch-rugby, Flag ...)

- **MERCREDI de 17H00 à 18H15** - Grande salle du Complexe « Marcel LECHANOINE »

BADMINTON JEUNES

12 - 16 ans

- *Découverte et initiation*

- **MARDI de 19H00 à 20H00** - Grande salle du Gymnase « Félix BUHOT »

Adultes



Ces activités ont pour vocation de réunir des adultes pour de bons moments sportifs

BADMINTON ADULTES

à partir de 16 ans

- *Initiation Technique, Matches et Tournois internes (Simple, Double, Mixte)*
 - MARDI de 20H00 à 21H30
 - JEUDI de 20H00 à 21H30
 - Grande salle du Gymnase « Félix BUHOT »

MARCHE NORDIQUE

à partir de 18 ans

- *Initiation Technique et découverte du Bocage Valognais (Prêt des bâtons)*
 - MARDI de 10H30 à 12H00
 - JEUDI de 10H30 à 12H00 et de 18H00 à 19H30
 - Départ du Complexe « Marcel LECHANOINE »

« SANTÉ VOUS ACTIVE »

à partir de 18 ans

- *Destinée aux femmes voulant reprendre une activité physique en douceur (marche, renforcement musculaire, assouplissement ...)*
 - LUNDI et VENDREDI de 12H15 à 13H30
 - Petite salle du Complexe « Marcel LECHANOINE »



Conditions

Toutes ces activités sont réservées aux **VALOGNAIS**
ou aux enfants scolarisés à VALOGNES.

Inscriptions

Du 3 au 7 septembre 2018
aux lieux et horaires de chaque activité
Inscription gratuite
Début des activités, lundi 10 septembre 2018

Pièces à fournir

- ◆ Un formulaire d'inscription rempli et signé (disponible sur www.mairie-valognes.fr ou à la Direction « Sport, Jeunesse, Vie Associative »), rue Léopold Delisle
- ◆ Un justificatif de domicile de moins de 3 mois (en original) pour les adultes

Renseignements

Direction « Sport, Jeunesse, Vie Associative »
☎ 02.33.95.82.16 ou sports@mairie-valognes.fr
www.mairie-valognes.fr
Éducateur sportif 📞 06.21.29.35.30