

# Conditions

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

# Inscriptions

**Du 2 au 6 septembre 2019**  
aux lieux et horaires de chaque activité  
Inscription gratuite  
Début des activités, lundi 9 septembre 2019

# Pièces à fournir

- ◆ Un formulaire d'inscription rempli et signé (disponible sur [www.mairie-valognes.fr](http://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](mailto:sports@mairie-valognes.fr)  
[www.mairie-valognes.fr](http://www.mairie-valognes.fr)  
Éducateur sportif 📞 06.21.29.35.30



# Activités Sportives Municipales



**Année Scolaire 2019-2020**



# 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, 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 - « Halle des Sports »
- JEUDI de 20H00 à 21H30 - « 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 »

