

## Conditions

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

## Inscriptions

**PRISE DES RENDEZ-VOUS**

à partir du **lundi 28 août** à 9 heures au **02.33.95.82.16**

Inscriptions avec l'éducateur du **4 au 8 septembre**  
Salle Léopold Delisle, rue Léopold Delisle

Début des activités : **lundi 11 septembre**

## Tarifs (forfait annuel)

\* Adulte : 30 €

\* 2ème enfant : 10 €

\* 1er enfant : 20 €

\* 3ème enfant : gratuit

Païement par chèque de préférence ou à défaut, en espèces

## Pièces à fournir

- ◆ Un formulaire d'inscription rempli, disponible à la Direction « Sport, Jeunesse, Vie Associative », rue Léopold Delisle ou sur [www.valognes.fr](http://www.valognes.fr)
- ◆ 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@valognes.fr](mailto:sports@valognes.fr)

[www.valognes.fr](http://www.valognes.fr)

Éducateur sportif 📞 06.21.29.35.30



# ACTIVITÉS SPORTIVES MUNICIPALES

Inscriptions uniquement  
sur rendez-vous

ACTIVITÉS  
PAYANTES



## Année scolaire 2023-2024



# Enfants

à partir de 4 ans



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

## 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

## SPORTS ADO

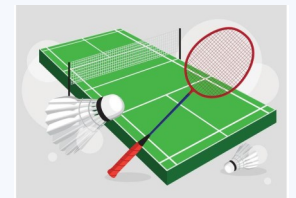
12 - 16 ans

- *Découverte ludique des activités physiques et sportives*

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

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

# Adultes



Ces activités ont pour but de partager des moments sportifs

## BADMINTON ADULTES

à partir de 16 ans

- *Initiation technique, matchs et tournois internes (simple, double, mixte)*

- MARDI de 20H15 à 21H45 - Gymnase Félix BUHOT

- JEUDI de 20H00 à 21H30 - 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

- VENDREDI de 14H30 à 16H00 (créneau débutant)

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

