



VAL-DE-MARNE

Semaine des Maisons Sport Santé du Val-de-Marne



Organisez votre semaine sport santé ! Du 3 au 8 Avril 2023



Les Maisons Sport Santé du 94 vous accueillent au sein de leurs structures pour une semaine d'animations tournées autour de l'inclusion par la pratique d'activités physiques adaptées.



Semaine des Maisons Sport-Santé du VAL-DE-MARNE

MSS	ANIMATIONS PROPOSÉES	PLUS D'INFOS
 Bry - Villiers 	Ven. 07/04 : Portes Ouvertes, stand au niveau de l'atrium CRF Villiers (10h00-13h00) Séance Pilates, sur inscription, salle exploration CRF Villiers (14h00-15h00) Séance Soft Volley, sur inscription, gymnase CRF Villiers (15h00-16h00)	
 Chevilly-Larue « Pasteur » 	Mar. 04/04 : Soirée Portes Ouvertes et renseignements (17h00-20h00)	
 Crétail « USC Mont-Mestly » 	Lun. 03/04 : Muscu-Santé pour adultes toutes pathologies (20h00-21h00) Mar. 04/04 : Danse-Santé et expression, tout public dès 8 ans (17h00-18h30) UPEC Muscu-Santé pour ados et conseils bien-être, alimentation... (19h00-20h00) Mer. 05/04 : Renforcement musculaire pour séniors (17h00-18h00) Atelier Boxe-Santé féminines sédentaires et/ou avec ALD (18h00-19h00) Jeu. 06/04 : Muscu-Santé pour ados et conseils bien-être, alimentation... (19h00-20h00) Ven. 07/04 : Haltérophilie-Santé du dos (17h00-18h00) Sam. 08/04 : Marche posturale et balade urbaine (10h30-11h45) Atelier cuisine « pour un repas rapide et équilibré » (12h00-12h30) Dim. 09/04 : Cross-Training Santé en extérieur (10h00-11h00)	
 La Queue-en-Brie « ES Caudienne » 	Mer. 05/04 : Tests d'évaluation de la condition physique à partir de 15 ans (17h00-19h00) Ven. 07/04 : Activités adaptées Enfants Autistes (9h30-11h30)	
 Saint-Maur « VGA » 	Mar. 04/04 : Initiation Stretching pour adultes (17h15-18h15) Mer. 05/04 : Tests d'évaluation de la condition physique 5/12 ans (14h00-16h00) Ven. 07/04 : Initiation à l'Aéroboboxe (Boxe-Santé) sur inscription (20h30-21h30) Sam. 08/04 : Tests d'évaluation de la condition physique 5/12 ans (10h00-12h00) Portes Ouvertes, sur inscription aux différentes animations (14h00-17h00) - Gym douce et renforcement musculaire (Programme Acti'Santé) - Parcours de santé sur les Bords de Marne (La Boucle de Forme) - Bilans de forme pour tester votre condition physique	
 Saint-Maurice 	Ven. 07/04 : Portes Ouvertes (13h00-16h30) Ateliers de pratiques adaptées Handicap (tennis, vélo, musculation, jeux de ballon...)	
 Valenton Willeneuve St-G. 	Mer. 05/04 : Portes Ouvertes et renseignements (12h00-18h30) Découverte et pratique Handisport (14h00-16h00)	
 Vincennes 	Mar. 11/04 : Ouverture de la nouvelle Maison Sport-Santé de Vincennes Contact : 01.43.98.66.42 - 06.34.46.14.10 - maisonsportsante@vincennes.fr	



Direction de région académique Île-de-France à la jeunesse, à l'engagement et aux sports (DRJAIS)

