

# 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
<b>Bry - Villiers</b> 	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)	
<b>Chevaly-Larue « Pasteur »</b> 	Mar. 04/04 : Soirée Portes Ouvertes et renseignements (17h00-20h00)	
<b>Crétell « USC Mont-Mesly »</b> 	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)	
<b>La Queue-en-Brie « ES Caudienne »</b> 	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)	
<b>Saint-Maur « VGA »</b> 	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'Aérobic (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	
<b>Saint-Maurice</b> 	Ven. 07/04 : Portes Ouvertes (13h00-16h30) Ateliers de pratiques adaptées Handicap (tennis, vélo, musculation, jeux de ballon...)	
<b>Valenton Villeneuve St-G.</b> 	Mer. 05/04 : Portes Ouvertes et renseignements (12h00-18h30) Découverte et pratique Handisport (14h00-16h00)	
<b>Vincennes</b> 	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	