

# SPORT LOISIRS

📅 Début des activités 12 sept. 2022

## RANDONNÉE PÉDESTRE

📅 **lundi de 14h à 16h**

📍 départ Centre Aquatique de Marne et Gondoire

## SÉANCE DE BIEN-ÊTRE

(stretching, assouplissement, pilates)

📅 **mercredi de 9h à 10h ou 10h15 à 11h15**

📍 Gymnase Cosec

## NATATION

📅 **vendredi de 16h à 17h**

📍 Centre Aquatique de Marne et Gondoire

## RANDO CYCLO

Septembre/Octobre et d'Avril à Juin

📅 **2 jeudis par mois de 14h15 à 16h15**

📍 départ parking square Canada



Le sport loisirs s'adresse aux personnes de 55 ans et plus.  
(32 semaines d'activités hors vacances scolaires)  
Gratuit pour les personnes inscrites au Foyer Alice Marin géré par le CCAS.  
**renseignements 01 64 12 17 99**

### RENSEIGNEMENTS TARIFS ET INSCRIPTIONS

à l'accueil de la Maison des associations  
7-9 rue Vacheresse  
77400 Lagny-sur-Marne  
**01 60 07 39 36 - [www.lagny-sur-marne.fr](http://www.lagny-sur-marne.fr)**

## GYMNASTIQUE DOUCE ET GESTION ÉQUILIBRE

📅 **mardi de 9h à 10h ou 10h15 à 11h15\***

📍 Gymnase le Cosec

## RENFORCEMENT MUSCULAIRE

📅 **Jeudi de 9h à 10h ou 10h15 à 11h15\***

📍 Gymnase le Cosec

\* pour l'activité de gymnastique, choisir entre l'activité du mardi ou celle du jeudi.

## SPORT DE RAQUETTE (BADMINTON ET TENNIS DE TABLE)

📅 **vendredi de 9h15 à 10h15**

📍 Gymnase le Cosec

+

\*

o



as jeter sur la voie publique

Conception-réalisation : Marne et Gondoire Agglo - 2022

2022 · 2023

# ACTIVITÉS SPORTIVES MUNICIPALES



**LAGNY**  
sur Marne

# SPORT ENFANTS

📅 Début des activités 10 sept. 2022

## ÉVEIL AUX SPORTS

• 3-4 ans

(enfants nés en 2018 et 2019)

Parcours gymniques, jeux d'adresse, jeux de balles, jeux luttés...

📅 samedi matin

🕒 45 min

## ÉCOLE MULTISPORTS

• 5-10 ans

(enfants nés entre 2012 et 2017)

Parcours gymniques, jeux d'adresse, jeux de balles, jeux luttés, tir à l'arc, aviron, canoë kayak, escrime, tennis, badminton...  
*plus d'une vingtaine d'activités organisées avec les clubs sportifs de la Ville.*

📅 samedi matin

🕒 1h15



### INSCRIPTIONS

Fiches d'inscription et plannings téléchargeables sur :  
[www.lagny-sur-marne.fr](http://www.lagny-sur-marne.fr)

Envoi possible en joignant l'ensemble des documents à :  
[inscriptions-sports@lagny-sur-marne.fr](mailto:inscriptions-sports@lagny-sur-marne.fr)

Pour les stages sportifs, le brevet de natation 50m et certains équipements comme des rollers, un VTT, un casque pourront être demandés en fonction des activités.



+  
\*  
○

La Municipalité offre aux enfants plusieurs possibilités de pratiques sportives au sein de la Ville.

## STAGES MULTISPORTS

• 6-14 ans

📅 pendant les vacances scolaires

*(période des stages vacances de la Toussaint (1 semaine), hiver (1 semaine) printemps (1 semaine), juillet (1ère semaine) et août (dernière semaine).*

Sports collectifs / sports de raquette, téléski, accrobranche, sports d'eau, gymnastique, équitation, patin à glace...



# SPORT ADULTES

📅 Début des activités 9 sept. 2022

## SPORTS COLLECTIFS

Volley, basket, handball, ultimate, hockey, tchoukball...

## SPORTS INDIVIDUELS

Badminton, canoë-kayak, tir à l'arc, tennis de table, aviron...

## ACTIVITÉS AQUATIQUES

Hockey subaquatique



Prévoir une tenue de sport adaptée et des chaussures réservées à la pratique en gymnase. Certificat médical de - 3 mois demandé.

• Pratique et découverte des différentes activités sportives à partir de 18 ans.

📅 Les vendredis de 20h30 à 22h30 :

📍 Gymnase des Hauts de Lagny (32 séances hors vacances scolaires)

### RENSEIGNEMENTS TARIFS ET INSCRIPTIONS

à l'accueil de la Maison des associations

7-9 rue Vacheresse

77400 Lagny-sur-Marne

01 60 07 39 36 - [www.lagny-sur-marne.fr](http://www.lagny-sur-marne.fr)