

DÉCOUVERTES USMM

De multiples séances d'initiations sportives encadrées par des professeurs diplômés.

VENDREDI 10 AVRIL

17H À 19H VOLLEY-BALL

Partagez l'esprit d'équipe de matchs conviviaux. Pour garçons de moins de 15 ans.

Gymnase Marcel-Cerdan, 37 rue Avaulée

17H À 21H45 KARATÉ

Découvrez les bases de cette discipline martiale axée sur le contrôle de soi et la discipline. De 4 ans à adulte : inscription en ligne en fonction de la tranche d'âge.

Gymnase René-Rousseau,
10 bis avenue Augustin-Dumont

SAMEDI 11 AVRIL

9H À 10H30 VOLLEY-BALL

Faites découvrir le baby volley-ball à vos enfants. À partir de 4 ans.

Gymnase Lénine, 20 avenue Jules-Ferry

9H À 11H30 MARCHÉ NORDIQUE

Avec la section Fitness.

Venez découvrir cette marche avec bâtons au bois de Clamart. Places limitées.

13H À 15H30 TRICKS

Avec la section Gymnastique artistique.

Découvrez ce mélange entre gym et arts martiaux. Pour ados et adultes.

Gymnase Yvon-Pinon,
18 avenue Jules-Ferry

DIMANCHE 12 AVRIL

11H À 12H30

URBAN DANCE & FUNK

Avec la section Danse.

Bougez, groovez en s'amusant sur des musiques de danses urbaines. Pour adultes.

La Tréso, 22 passage du Nord

LUNDI 13 AVRIL

19H45 À 20H45 QI-GONG

Avec la section Fitness.

Initiez-vous à cette pratique douce et apaisante pour harmoniser corps et esprit. Pour ados et adultes. Places limitées.

La Tréso, 22 passage du Nord

MARDI 14 AVRIL

17H À 19H VOLLEY-BALL

Partagez l'esprit d'équipe de matchs conviviaux. Pour garçons de moins de 15 ans.

Gymnase Marcel-Cerdan, 37 rue Avaulée

17H30 À 22H15 KARATÉ

Découvrez les bases de cette discipline martiale axée sur le contrôle de soi et la discipline. De 4 ans à adulte : inscription en ligne en fonction de la tranche d'âge.

Gymnase René-Rousseau,
10 bis avenue Augustin-Dumont

MERCREDI 15 AVRIL

18H À 20H ESCRIME

Découvrez ce sport de concentration et de respect. 18h à 19h : pour les 5 à 9 ans. 19h à 20h : pour les 10 ans et plus.

Gymnase Notre-Dame, 5 avenue Arblade

19H30 À 21H WOD (WORK OUT OF THE DAY) Avec la section Fitness.

Oxygénez-vous et gérez vos efforts. Entraînement exigeant pour les sportifs en bonne condition physique. Pour ados et adultes.

Gymnase Paul-Langevin,
15 rue André-Rivoire

VENDREDI 17 AVRIL

17H À 19H VOLLEY-BALL

Partagez l'esprit d'équipe de matchs conviviaux. Pour garçons de moins de 15 ans.

Gymnase Marcel-Cerdan, 37 rue Avaulée

18H30 À 19H30 HIP-HOP

Avec la section Danse.

Bougez en rythme dans une ambiance festive. Mouvements de break et house. Pour ados et adultes.

Gymnase Marcel-Cerdan, 37 rue Avaulée

19H30 À 20H30 BURNING

Avec la section Fitness.

Venez améliorer votre force mentale et votre endurance tout en vous remettant en forme. Pour adultes.

Gymnase Marcel-Cerdan, 37 rue Avaulée

20H30 À 21H30 DEEP'N'SCULPT

Avec la section Fitness.

Venez renforcer l'ensemble de votre corps et améliorer la souplesse de vos articulations. Pour adultes.

Gymnase Marcel-Cerdan, 37 rue Avaulée



Renseignements
et inscriptions
en ligne
obligatoire