

# FAITES DU SPORT PENDANT LES VACANCES !

Un large choix de disciplines sportives  
encadrées par vos associations sportives

11-17  
ANS

jeunes  
A CERGY



## DU 8 AU 19 AVRIL 2024

### Dans vos équipements sportifs

de 10h à 19h

Inscriptions auprès du service des sports et de vos maisons de quartier :

- **Service des sports** : 06 48 47 31 97
- **Axe majeur – Horloge** : 07 87 74 52 37 ou [guillaume.poltini@ceryg.fr](mailto:guillaume.poltini@ceryg.fr)
- **Hauts-de-Cergy** : 06 27 36 75 82 ou [jennifer.lengelle@ceryg.fr](mailto:jennifer.lengelle@ceryg.fr)
- **Linandes** : 07 87 74 94 00 ou [assetou.konte@ceryg.fr](mailto:assetou.konte@ceryg.fr)
- **Touleuses** : 06 01 89 33 04 ou [lea.boulet@ceryg.fr](mailto:lea.boulet@ceryg.fr)

[jeunes.cergy.fr](http://jeunes.cergy.fr)



[villedecergy](http://villedecergy.fr)



Durant chaque période de vacances scolaires, les clubs sportifs cergysois s'associent à la ville pour proposer gratuitement aux 11-17 ans des temps de sport et de loisirs sportifs.

Au programme pour les deux semaines de vacances de printemps en avril : sports collectifs, individuels, sports de combat, glisse, danse hip-hop ou encore natation, il y en aura pour tous les goûts. Les activités sont mixtes, accessibles à tous, peu importe votre niveau.

L'inscription est gratuite, et vous choisissez le sport et le créneau qui vous conviennent. *Les contacts pour vous inscrire sont au dos de ce document.*



## FOOTBALL

(12/15 ans)

**LUNDI 8 AVRIL DE 14H À 17H (MIXTE)**

*Au gymnase des Touleuses*

**LUNDI 15 AVRIL DE 14H À 17H (MIXTE)**

*Au gymnase du Moulin à vent*

**JEUDI 18 AVRIL DE 14H À 17H**

**(SESSION FÉMININE)**

*Au gymnase des Touleuses*

Des entraînements et matchs de foot amicaux dans la bonne humeur, pour les amateurs et amatrices du ballon rond.

**Inscription en maisons de quartier**

En partenariat avec le **Cergy-Pontoise Football Club**



## MMA ÉDUCATIF

(11/14 ans)

**LUNDI 8 AVRIL DE 15H À 16H30**

**(SESSION FÉMININE),**

**MERCREDI 10 AVRIL DE 15H À 16H30 (MIXTE)**

*Au gymnase des Touleuses*

**MERCREDI 17 AVRIL DE 15H À 16H30 (MIXTE)**

*Au gymnase de l'Axe majeur*

Découvrez les principes et techniques de base des arts martiaux mixtes, et essayez-vous à des combats dans un cadre éducatif.

**Inscription en maisons de quartier**

En partenariat avec **Cick Fight Academy**



## STAGE DANSE FUNKY STYLE

(12/15 ans)

**MARDI 9 OU MERCREDI 10 AVRIL,  
ET JEUDI 11 AVRIL DE 11H À 12H30**

*Au gymnase des Touleuses les 9 et 11 avril, au gymnase de l'Axe majeur le 10 avril*

Vous aimez bouger ? Apprenez à danser le hip-hop sur des musiques « funky », remixées et modernisées.

Inscrivez-vous pour la session du mardi ou du mercredi, et rendez-vous le jeudi pour construire une chorégraphie en présence des deux groupes.

**Inscription en maisons de quartier**

En partenariat avec **H2Squad**



## BADMINTON/ SPEEDMINTON (11/17 ans)

**MARDI 9 AVRIL DE 14H À 16H**

*Au gymnase des Touleuses*

Sport de raquette dynamique, le badminton est un sport actif et accessible. En bonus, initiez-vous en fin de séance au speedminton, dérivé du badminton.

**Inscription en maisons de quartier**

En partenariat avec **Les Volants de Cergy**

## **COACHING BASKETBALL** (15/17 ans)

**MARDI 9, MERCREDI 10, MARDI 16 ET MERCREDI 17 AVRIL DE 16H À 18H30**

*Au gymnase des Touleuses*

Pratiquez votre sport favori lors d'ateliers axés sur la coordination, la vitesse, la précision, avant de prendre part à des matchs sans enjeu.

**Inscription sur place, renseignement au service des sports.**

En partenariat avec

**Laniak Basketball Academy**

## **HANDBALL** (11/14 ans) **MERCREDI 10 AVRIL DE 14H À 17H**

*Au gymnase des Grès*

Des ateliers ludiques pour apprendre des techniques de hand en s'amusant, et les mettre en pratique lors des matchs de fin de séance.

**Inscription en maisons de quartier**

En partenariat avec **Cergy handball**

## **BOXE FRANCAISE** (11/14 ans)

**JEUDI 11 AVRIL DE 15H À 16H30**

*Au gymnase des Touleuses*

**JEUDI 18 AVRIL DE 15H À 16H30**

*Au gymnase de l'Axe majeur*

Une initiation aux techniques de boxe française : coups de pied, coups de poing, esquives, déplacements rapides.

**Inscription en maisons de quartier**

En partenariat avec **Cergy boxe française**

## **JUDO** (11/14 ans) **JEUDI 11 AVRIL DE 14H À 16H**

*Au gymnase de l'Axe majeur*

Découvrez les règles élémentaires du Judo, la discipline requise, et quelques techniques.

**Inscription en maisons de quartier**

En partenariat avec le **Budo club Cergy**

## **TROTTINETTE FREESTYLE** (11/14 ans)

**JEUDI 11, MERCREDI 17 ET JEUDI 18 AVRIL DE 14H À 16H30**

*Au gymnase de l'Axe majeur*

Prenez vos marques à trottinette pour progresser dans un cadre réglementé avec des éducateurs sportifs diplômés.

**Inscription en maisons de quartier**

En partenariat avec **Cergy city ride**

## **TOURNOI MULTISPORT UFO STREET** (11/14 ans)

**VENDREDI 12 AVRIL DE 14H À 19H**

*Au gymnase de l'Axe majeur*

Prenez part au tournoi urbain composé de toutes sortes d'activités (sportives et culturelles). Le défi : vous qualifier pour la finale départementale prévue le 19 avril au gymnase des Touleuses.

**Inscription en maisons de quartier**

En partenariat avec **Ex Aequo**

## **LES « NINJAS » - PARKOUR** (11/14 ans)

**MERCREDI 17 ET JEUDI 18 AVRIL DE 11H À 12H30**

*Au gymnase de la Justice*

Initiation au « parkour » grâce à des ateliers de franchissement de toutes sortes d'obstacles, dans un environnement sécurisé et encadré.

**Inscription en maisons de quartier**

En partenariat avec **H2Squad**

## **SAVOIR NAGER** (11/14 ans)

**DU MARDI 9 AU VENDREDI 12 AVRIL DE 10H À 11H**

*À la piscine du parvis (Préfecture)*

**LUNDI 15, MERCREDI 17 ET VENDREDI 19 AVRIL DE 10H À 11H**

*À la piscine de l'Axe majeur*

Apprenez à nager avec des maîtres-nageurs professionnels, et passez votre brevet des 25 mètres.

**Inscription en maisons de quartier**

**des Touleuses et des Linandes pour le premier stage. Inscription en maisons de quartier des Hauts-de-Cergy et Axe majeur-Horloge pour le second stage**

En partenariat avec les piscines de la **CACP**

# CONTACTS

## POUR LES INSCRIPTIONS



### MAISONS DE QUARTIER

- **Axe majeur – Horloge** : 07 87 74 52 37 ou [guillaume.poltini@cergy.fr](mailto:guillaume.poltini@cergy.fr)
- **Hauts-de-Cergy** : 06 27 36 75 82 ou [jennifer.lengelle@cergy.fr](mailto:jennifer.lengelle@cergy.fr)
- **Linandes** : 07 87 74 94 00 ou [assetou.konte@cergy.fr](mailto:assetou.konte@cergy.fr)
- **Touleuses** : 06 01 89 33 04 ou [lea.boulet@cergy.fr](mailto:lea.boulet@cergy.fr)



### SERVICE DES SPORTS : 06 48 47 31 97

#### Informations utiles liées à toutes les activités proposées :

- Tenue de sport obligatoire, et tenue chaude pour les fins d'activité
- Pensez à apporter une bouteille d'eau et un en-cas



- **GYMNASSE DE L'AXE MAJEUR-HORLOGE**  
9 avenue du Jour
- **GYMNASSE DES GRÈS**  
Boulevard des explorateurs
- **GYMNASSE DE LA JUSTICE**  
3 rue de la Justice pourpre
- **GYMNASSE DU MOULIN À VENT**  
20 avenue du Terroir
- **GYMNASSE DES TOULEUSES**  
24 avenue du Bois
- **PISCINE DE L'AXE MAJEUR**  
13 avenue du Jour
- **PISCINE DU PARVIS**  
face à la Préfecture

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



[villedecergy](http://villedecergy)

