

ACTIVITÉS SPORTIVES



© Cynil Bailet



SOIRÉE SPORTIVE "TAPAS AND RIDE"

Les vendredis 23 juin 2023,
7 juillet, 21 juillet et 4 août 2023
de 18h30 à 22h30

À l'Île-de-Loisirs de Cergy-Pontoise

Adeptes de glisse nautique ? Les soirées "tapas and ride" sont l'occasion de faire du téléski ou de la vague à surf de 18h30 à 20h30, avant de profiter d'une ambiance "chill" avec DJ, tapas, et démonstrations de riders affûtés.

Si vous ne pratiquez pas ces sports ou êtes accompagnateurs, vous êtes également bienvenus.

Si pratique de glisse : 50 € par personne, sur réservation obligatoire sur la boutique en ligne de l'Île-de-Loisirs

Les spectateurs peuvent venir sans réserver.

Infos au 01 30 30 21 55 ou contact@cergy-pontoise.iledeloisirs.fr

LES 24H ET 6H VTT

Samedi 26 août et dimanche 27 août
dans le bois de Cergy

Les 24 Heures de Cergy 2023, 16^{ème} édition, c'est une course par équipes. La seule façon de percevoir une alchimie exceptionnelle de bonne humeur, de sport, de défis personnels et d'équipe, de convivialité, de plaisir d'être ensemble entre copains, entre collègues, entre clubs. Ou même seul, mais toujours entouré.

Nouveauté cette année : en plus de la traditionnelle course de 24H, une course de 6H pour les pressés !

Inscriptions : www.24heuresvttcergy.fr

Facebook @les24heuresVTDeCergy

Accessible aux licenciés ou avec certificat médical

Organisé par les Sangliers du Vexin

FAITES DU SPORT AUX TOULEUSES !

Du lundi 10 juillet au vendredi 21 juillet et
du lundi 21 au vendredi 25 août

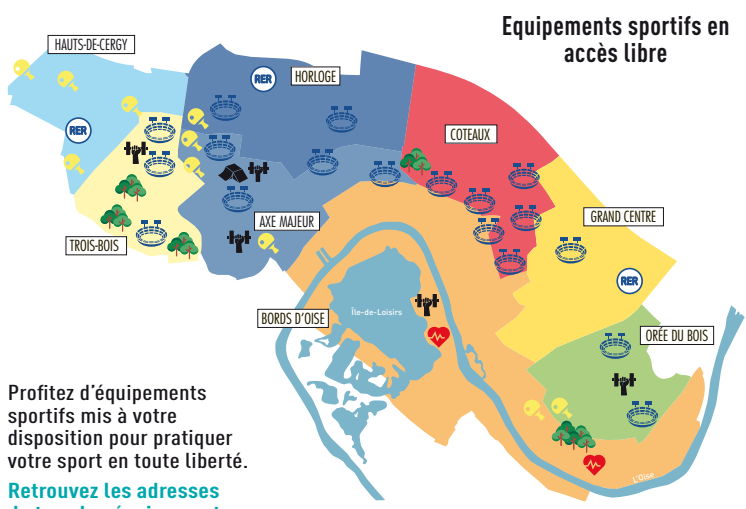
Cet été, les clubs sportifs cergyssois s'associent aux maisons de quartier pour proposer des temps de sport et de loisirs sportifs aux 11-16 ans. Au programme : des animations sportives en matinée en maisons de quartier, et différents sports au gymnase des Touleuses l'après-midi. Inscrivez-vous à une ou plusieurs activités, selon vos envies !

Programme détaillé à consulter auprès de vos maisons de quartier - Réservé aux 11-16 ans, gratuit, sur réservation obligatoire en maison de quartier

En partenariat avec les clubs sportifs cergyssois



LE SPORT EN ACCÈS LIBRE



Equipements sportifs en accès libre



Table de ping-pong



Plateaux multisports (football, athlétisme, basket-ball,...)



Complexe sports urbains : skate park, parkour park, workout



Parcours santé



Espace musculation

Profitez d'équipements sportifs mis à votre disposition pour pratiquer votre sport en toute liberté.

Retrouvez les adresses de tous les équipements sportifs en accès libre sur www.cergy.fr



©Cyril Baret

DU SPORT À LA CARTE POUR LES 11-20 ANS

Tout l'été

Char à voile, paddle, kayak, wakeboard, karting, vol libre, planche à voile, tournoi de football féminin, tournoi de rugby et autres sports collectifs... Tout un programme proposé aux 11-17 ans par les éducateurs sportifs de la ville.

Plus d'infos en page 23

DES ACTIVITÉS SPORTIVES ADAPTÉES POUR LES SENIORS

Plusieurs dates en juillet et août

Prenez part à des ateliers sportifs adaptés pour rester en forme : pilates, exercices de mobilité, souplesse, gym douce, relaxation, coordination, jeux de mémoire, jeux de lettres ou en bois...

Plus d'informations en page 26

CERGY'OLYMPIQUES

Samedi 24 juin de 10h à 18h
sur le complexe sportif de l'Axe majeur

Une journée en présence de plusieurs clubs sportifs du territoire pour vous initier au sport de votre choix, en famille ou entre amis, et vous dépenser en vous amusant.

Plus d'informations en page 5

L'ÎLE-DE-LOISIRS DE CERGY-PONTOISE

Rue des étangs, ouvert de 8h à 20h

Dans un environnement exceptionnel d'eau et de verdure, l'Île-de-Loisirs de Cergy-Pontoise offre un large éventail d'activités nautiques et terrestres. Six étangs font de ce site de 250 hectares un paradis pour les activités de sport et de loisirs.

- **activités à sensation** (vague à surf, rafting, téléski, kayak, parcours dans les arbres, flyboard)
- **activités nautiques** (catamaran, paddle, pédalo, canoë)
- **activités terrestres** (tennis, balade à dos de poney, petit train, mini golf, aires de jeux)
- **espace baignade** : espace sécurisé pour petits et grands avec toboggans, pataugeoire, jeux d'eau, espace détente pour les plus petits. L'espace baignade est ouvert les mercredis et week-end en juin, puis tous les jours en juillet et août (12h-19h en semaine, 10h30-19h20 les samedis et dimanches).

Tout public / entrée libre

Parking de 5 à 7 € / activités payantes
www.cergy-pontoise.iledeloisirs.fr



Du 5 juin au 30 septembre,
la ligne 29 de la Stivo dessert l'Île-de-Loisirs

L'AREN'ICE Plaine des sports

Accessible et ludique, la patinoire de l'Aren'Ice vous permet de découvrir la glisse sous toutes ses formes.

Tout public / entrée plein tarif + location de matériel à 7,80 € (port de gants obligatoire).
Plus de renseignements au 01 85 76 49 80