

# FAITES DU SPORT PENDANT LES VACANCES !

Un large choix de disciplines sportives  
encadrées par vos associations sportives

11-17  
ANS

jeunes  
à CERGY



## DU LUNDI 22 AU MERCREDI 31 DÉCEMBRE

Gymnases de l'Axe majeur et des Touleuses

Sur inscriptions au 06 48 47 31 97  
ou auprès de vos maisons de quartier

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



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



[JeunesACergy](https://www.instagram.com/JeunesACergy)

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 vacances de Noël : sports collectifs, individuels, sports de combat... 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.

	<b>AU GYMNASE DE L'AXE MAJEUR</b> 9 avenue du Jour	<b>AU GYMNASE DES TOULEUSES</b> 24 avenue du Bois
 <b>Badminton</b> Exercez-vous au badminton, en solo ou en double, travaillez votre agilité et votre cardio. <b>En partenariat avec les Volants de Cergy</b>	<b>Lundi 22 décembre</b> de 14h à 17h	<b>Lundi 29 décembre</b> de 14h à 18h Tournoi suivi d'un goûter partagé (apporter un gâteau à partager)
 <b>Basketball (15-17 ans, niveau intermédiaire)</b> Perfectionnez-vous et affrontez d'autres joueurs lors de ces soirées dédiées au basketball. <b>En partenariat avec Laniak basketball</b>	<b>Lundis 22 et 29 décembre, mardis 23 et 30 décembre</b> de 18h à 20h30	
 <b>Foot en salle</b> Amatrices et amateurs de ballon rond, participez à un tournoi de Noël entre toutes les maisons de quartier de la ville. <i>Inscriptions auprès de vos maisons de quartier pour cette activité (contacts au dos).</i>		<b>Mardi 23 décembre</b> de 14h à 18h
 <b>MMA (arts martiaux mixtes)</b> Le MMA regroupe des techniques issues du karaté, du judo ou de la boxe. Testez votre agilité lors de combats dans la bonne humeur et le fair-play. <b>En partenariat avec Cick fight Academy</b>		<b>Mercredi 24 décembre</b> de 14h à 17h
 <b>Volleyball</b> Prenez vos marques derrière le filet, pour pratiquer ce sport d'équipe de cardio et de précision.. <b>En partenariat avec Cergy Volley</b>	<b>Mercredi 31 décembre</b> de 14h à 16h	<b>Mercredi 24 décembre</b> de 14h à 18h
 <b>Tennis de table</b> À vos raquettes ! En solo ou en duo, affrontez vos adversaires avec détermination et précision lors de matchs de ping-pong. <b>En partenariat avec Cergy boxe française</b>		<b>Lundi 29 décembre</b> de 14h à 17h
 <b>Boxe française</b> Participez à un stage sur deux après-midi pour vous initier aux techniques de boxe française : coups de pied, de poing, esquives, déplacements rapides. Présence obligatoire sur les 2 jours. <b>En partenariat avec Cergy boxe française</b>	<b>Lundi 29 et mardi 30 décembre</b> de 14h à 17h	
 <b>Taekwondo</b> Apprenez les techniques et les principes du célèbre art martial coréen. <b>En partenariat avec Taekwondo Elite</b>	<b>Mercredi 31 décembre</b> de 14 h à 16h	



**Samedi 20 décembre**  
de 14h à 21h30

**AU COMPLEXE AXE  
MAJEUR-HORLOGE**

**Amateurs de jeux vidéo, participez à des tournois Mario Kart World ou Super Smash Bros. Jouez à une dizaine de jeux PS5 et Switch entre amis ou en famille, amusez-vous sur des jeux d'arcade ou de rétrogaming...**

**PLUS D'INFOS :**



**GRATUIT**

## INFORMATIONS ET INSCRIPTIONS

auprès du service des sports au **06 48 47 31 97**  
(sauf pour le foot en salle)

## INFORMATIONS ET INSCRIPTIONS

pour le foot en salle :

- Maison de quartier Axe majeur Horloge (Le Douze) : **01 34 33 32 12** ou [ledouze.mq@cergy.fr](mailto:ledouze.mq@cergy.fr)
- Maison de quartier des Hauts-de-Cergy (Visages du Monde) : **01 34 33 47 50** ou [accueil.vdm@cergy.fr](mailto:accueil.vdm@cergy.fr)
- Maison de quartier des Linandes : **01 34 33 77 90** ou [accueil.cgc@cergy.fr](mailto:accueil.cgc@cergy.fr)
- Maison de quartier des Toulouses : **01 34 33 47 20** ou [accueil.odb@cergy.fr](mailto:accueil.odb@cergy.fr)

## BON À SAVOIR POUR TOUTES LES ACTIVITÉS PROPOSÉES :

- Tenue de sport, bouteille d'eau, vêtements chauds et en-cas pour les fins d'activité obligatoires.
- La ville et les associations sportives ne sont pas responsables en cas de perte ou de vol d'objet de valeur dans l'enceinte des gymnases.



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

[villedecergy](http://villedecergy)

