

FAITES DU SPORT PENDANT LES VACANCES !

Un large choix de disciplines sportives
encadrées par vos associations sportives

jeunes
à CERGY

11-17
ANS



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

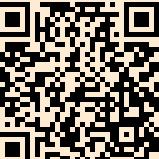
[villedecergy](#)

[JeunesACergy](#)

cergy

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.

	AU GYMNASE DE L'AXE MAJEUR 9 avenue du Jour	AU GYMNASE DES TOULEUSES 24 avenue du Bois	
Badminton  Exercez-vous au badminton, en solo ou en double, travaillez votre agilité et votre cardio. En partenariat avec les Volants de Cergy	Lundi 22 décembre de 14h à 17h	Lundi 29 décembre de 14h à 18h Tournoi suivi d'un goûter partagé (apporter un gâteau à partager)	
Basketball (15-17 ans, niveau intermédiaire)  Perfectionnez-vous et affrontez d'autres joueurs lors de ces soirées dédiées au basketball. En partenariat avec Laniak basketball	Lundis 22 et 29 décembre, mardis 23 et 30 décembre de 18h à 20h30		Samedi 20 décembre de 14h à 21h30
Foot en salle  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>		Mardi 23 décembre de 14h à 18h	AU COMPLEXE AXE MAJEUR-HORLOGE
MMA (arts martiaux mixtes)  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. En partenariat avec Cick fight Academy		Mercredi 24 décembre de 14h à 17h	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...
Volleyball  Prenez vos marques derrière le filet, pour pratiquer ce sport d'équipe de cardio et de précision.. En partenariat avec Cergy Volley	Mercredi 31 décembre de 14h à 16h	Mercredi 24 décembre de 14h à 18h	
Tennis de table  À vos raquettes ! En solo ou en duo, affrontez vos adversaires avec détermination et précision lors de matchs de ping-pong. En partenariat avec Cergy boxe française		Lundi 29 décembre de 14h à 17h	PLUS D'INFOS :
Boxe française  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. En partenariat avec Cergy boxe française	Lundi 29 et mardi 30 décembre de 14h à 17h		
Taekwondo  Apprenez les techniques et les principes du célèbre art martial coréen. En partenariat avec Taekwondo Elite	Mercredi 31 décembre de 14 h à 16h		

INFORMATIONS ET INSCRIPTIONS

aujourd'hui 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
- Maison de quartier des Hauts-de-Cergy (Visages du Monde) : **01 34 33 47 50** ou accueil.vdm@cergy.fr
- Maison de quartier des Linandes : **01 34 33 77 90**
ou accueil.cgc@cergy.fr
- Maison de quartier des Touleuses : **01 34 33 47 20**
ou 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



villedecergy

