



## CENTRE DE LOISIRS ADULTES MUNICIPAL (CLAM)

Activités de remise en forme et de randonnée

- Début des cours le 12 septembre 2011
- Inscriptions à partir du 29 août 2011 de 8h30 à 17h à la Direction des Sports

### • Remise en forme

- lundi 9h - 11h : stade Scaglia
- mardi 9h - 11h : plage des Sablettes
- jeudi 9h - 11h : stade Scaglia
- vendredi 9h - 11h : plage des Sablettes

### • Gymnastique tonique

- lundi 18h30 - 19h30 : Espace Accueil Jeunes La Maurelle
- jeudi 19h30 - 20h30 : Espace Accueil Jeunes La Maurelle

### • Marche à Janas

- mardi 14h - 16h

### • Randonnée à la journée

- jeudi 9h - 17h

### • Documents à fournir :

- Certificat médical d'aptitude à l'activité physique
- Adhésion de 75 euros
- Attestation d'assurance responsabilité civile

## SALLE MUNICIPALE D'ESCALADE ROC EN SEYNE

### • Horaires d'ouverture

- À partir du 12 septembre 2011
- Du lundi au vendredi 17h - 22h
- Jeudi 12h - 14h
- Samedi 14h - 20h30

### • Tarifs

- Adhésion annuelle : 220 euros
- Adhésion pour 10 séances mur et pan : 40 euros
- Adhésion à la séance mur et pan : 5 euros
- Adhésion à la séance pan : 3 euros
- Tarifs réduits sur présentation de justificatif

- Complexe sportif Léry - 26 chemin départemental de La Seyne à Ollioules  
06 86 26 53 56 ou au 04 94 22 95 64

## CHALET DES SPORTS

Plage des Sablettes

Activités sportives gratuites pour tous



- Ouverture du 4 juillet au 19 août 2011 de 9h à 19h
- Inscriptions sur place à partir du 4 juillet - 9h

### • Remise en forme (à partir de 16 ans) :

- Abdos fessiers → Step → Gymnastique dans l'eau → Marche dans l'eau → Footing

### • Sports collectifs (à partir de 7 ans) :

- Volley-ball → Sandball → Football → Rugby

### 2 tournois organisés chaque semaine

- Les enfants de 7 à 9 ans doivent être accompagnés par un adulte

Pour tous renseignements  
Direction des Sports

15, rue Jules Guesde  
Tél : 04 94 10 81 40  
Fax : 04 94 10 81 49

Les dossiers incomplets  
ne seront pas pris en compte

Courriel : [sports@la-seyne.com](mailto:sports@la-seyne.com)  
[www.la-seyne.fr](http://www.la-seyne.fr)



Direction de la communication - La Seyne-sur-Mer

# ACTIVITES SPORTIVES MUNICIPALES

## Saison 2011 2012



LA SEYNE  
SUR MER

## ECOLES MUNICIPALES DES SPORTS (EMS)

Pour les enfants, initiation à une vingtaine d'activités sportives (programme en pages intérieures)

Centres sportifs durant les vacances de Toussaint et de Printemps

- Début des cours le 12 septembre 2011
- Pré-inscriptions à partir du 14 juin 2011 au Guichet Unique
- Mairie sociale, rue Renan : 04 94 06 97 70 de 8h30 à 17h
- Direction Culture et Patrimoine, place Martel Esprit : 04 94 06 96 60 de 9h à 16h
- Groupe scolaire Léo Lagrange, avenue Noël Verlaque : 04 94 06 38 11 de 8h30 à 17h

### • Documents à fournir :

- Pour les résidents seynois : certificat médical + 20 euros par an/activité. (Gratuit pour les bénéficiaires de l'Allocation de Rentrée Scolaire sur présentation du justificatif de la Caisse d'Allocations Familiales)
- + attestation d'assurance responsabilité civile
- Pour les non-résidents : certificat médical + 40 euros par an/activité
- + attestation d'assurance responsabilité civile
- Attestation de 25 m pour les activités nautiques délivrée par un maître nageur sauveteur (se renseigner en piscine)

**NB** : A compter de la 2<sup>ème</sup> activité, l'inscription sera placée sur liste d'attente.

Compte tenu du nombre de places disponibles pour l'escalade en extérieur et en salle, inscription sur un an non renouvelable.



# PROGRAMME EMS SAISON 2011-2012



ACTIVITÉS	ANNÉES DE NAISSANCE	JOURS	HORAIRES	LIEUX
<b>ATHLÉTISME</b>	2001 - 2002 2005 - 2006 2003 - 2004	MER.	9h/10h30 10h30/12h 14h30/16h30	Stade Scaglia
<b>BABY GYM</b>	2005 - 2006 2006 - 2007 2006 - 2007 2008 2005 - 2006 2006 - 2007 2004 - 2005 2003 - 2004 2007 - 2008 2006 - 2007	MAR. MER. MER. MER. MER. MER. MER. MER. MER. MER.	17h/18h 9h/10h 10h/11h 11h/12h 14h/15h30 15h30/17h 9h/10h30 10h30/12h 10h30/12h 16h45/18h15	Ecole Pagnol Ecole Pagnol Ecole Pagnol Ecole Pagnol Ecole Pagnol Ecole Pagnol Ecole St-Exupéry Ecole St-Exupéry Gymnase Baquet Gymnase Baquet
<b>BASKET-BALL</b>	2001 - 2002 2003 - 2004	MAR. JEU.	16h30/18h 16h30/18h	Gymnase Renan Gymnase Renan
<b>CENTRE MULTISPORTS</b> BALLE OVALE/FOOTBALL/HANDBALL TENNIS/BASKET/TENNIS DE TABLE	2004 - 2005 2004 - 2005 2001 - 02 - 03	MER.	9h/10h30 10h30/12h 14h/17h	Stade Scaglia
<b>CENTRE SPORTIF BABY</b> JEUX DE BALLONS	2005 - 2006 2006 - 2007	MER.	9h/10h30 10h30/12h	Stade Scaglia
<b>DÉCOUVERTE FOOTBALL</b>	2005 - 2006 2005 - 2006 2005 - 2006	MER.	9h/10h 10h/11h 11h/12h	Stade Scaglia
<b>DÉCOUVERTE RUGBY</b>	2004 - 2005 2005 - 2006	MER.	9h/10h30 10h30/12h	Stade Scaglia
<b>DÉCOUVERTE FOOTBALL/RUGBY</b>	2004 - 2005 2004 - 2005	MER.	14h/15h30 15h30/17h	Stade Scaglia
<b>ESCALADE EN EXTERIEUR</b>	2001 - 2002	MER.	9h/15h ou 9h/12h En salle en cas d'intempéries	Rendez-vous Complexe sportif Léry

ACTIVITÉS	ANNÉES DE NAISSANCE	JOURS	HORAIRES	LIEUX
<b>ESCALADE EN SALLE</b>	2005 - 2006 2003 - 2004 2003 - 2004 2001 - 2002	MER.	15h/16h 16h/17h 17h/18h 18h/19h	Complexe sportif Léry
<b>EXPRESSION CORPORELLE/GRS</b>	2005 - 2006 2001 - 2002	LUN.	17h/18h 18h/19h	Salle polyvalente Complexe Léry
<b>GYMNASTIQUE SPORTIVE</b>	2003 - 2004 2003 - 04 - 05 - 06	MAR. MER.	18h15/19h30 9h/10h30	Gymnase Baquet
<b>HANDBALL</b>	2001 - 02 - 03	MAR.	16h30/18h	Gymnase Sauvat
<b>JEUX DE RAQUETTES</b>	2001 - 2002	MER.	9h/12h	Gymnase Sauvat
<b>ROLLERS</b>	2001 - 2002 2003 - 2004	MER.	14h/15h30 15h30/17h	Stade Léry
<b>SPORTS D'OPPOSITION</b> LUTTE/JEUX D'OPPOSITION	2001 - 2002	MER.	14h/15h30	Complexe Langevin Dojo 1
<b>TRAMPOLINE</b>	2004 - 2005 2004 - 2005 2001 - 02 - 03 2001 - 02 - 03 2001 - 02 - 03 2001 - 02 - 03 2001 - 02 - 03	MER. MER. MER. MER. MER. JEU. JEU.	10h/11h 11h/12h 14h/15h 15h/16h 16h/17h 17h/18h 18h/19h	Complexe sportif Léry
<b>VOLLEY-BALL</b>	2001 - 02 - 03	VEN.	16h30/18h	Gymnase Sauvat
<b>VOILE/KAYAK</b>	2001 - 2002 2001 - 2002	MER.	9h/12h 14h/17h*	Maison de la Mer (Base Nautique)
<b>VTT</b>	2001 - 2002 2001 - 2002	MER.	9h/12h 14h/17h	Maison de la Pleine Nature (Janas)

\* 1 an de pratique minimum