

**QUINZAINE SPORTIVE 2019
MANIFESTATIONS PAR THEMES**

Renseignements et inscriptions :

Direction des Sports

01 64 52 74 23

sports@ville-melun.fr

SOIREE SPORTS D'OPPOSITION
Vendredi 31 mai de 18h00 à 23h00
Gymnase Pierre LESPIAT

Associations	Propositions
AIKIDO	Démonstrations et initiations adultes et enfants avec manipulation de sabres (bois et mousse pour les plus petits)
BOXE ANGLAISE	Démonstrations et initiations en boxe anglaise
JC ALMONT	Démonstrations et initiations en judo, self défense et jujitsu brésilien
JC MELUN	Démonstrations et initiations en judo et jujitsu brésilien
ESCRIME	Démonstrations et initiations

JOURNEE DE LA FORME
Samedi 8 juin de 9h30 à 19h00
Complexe Sportif Jacques Marinelli

Associations	Propositions	Commentaires
AVIRON	Avifit de 11h00 à 12h00 (au Cercle Nautique)	
DIRECTION DES SPORTS	Crossfit de 17h00 à 19h00	Sur inscription uniquement
MOBILES ETRES	Pilâtes de 9h30 à 10h30 Renforcement cardio de 10h30 à 11h30 Self défense de 14h00 à 15h30 Renforcement musculaire de 13h30 à 14h30 Stretching de 14h30 à 15h30	
STUDIO TK	Zumba de 9h30 à 10h30 Circuit minceur de 10h30 à 11h30 Yoga vinyasa de 11h30 à 12h30	
RETRAITE SPORTIVE MVDS	Initiations en gymnastique et Qi Qong pour seniors de 15h30 à 16h30	

JOURNEE FLASH SUR LA PISCINE
Samedi 8 juin de 8h30 à 17h00
Piscine municipale de Melun

Associations	Propositions	Commentaires
NATATION	Bébés nageurs de 8h30 à 10h00 Aquagym de 11h30 à 12h15	Sur inscription uniquement Bonnet de bain obligatoire
PLONGEE	Baptêmes de plongée et Apnée : de 14h00 à 17h00 Tir sur cible : de 14h00 à 15h00 Baptêmes de Nage en Eau Vive : de 15h00 à 17h00	

PRINTEMPS SUR SEINE FETE L'EAU
Samedi 15 juin de 10h00 à minuit
quai de la Courtille

SE MESURER : TOURNOIS ET CONCOURS

Associations	Propositions	Lieu	Jour / date	Commentaires
BASKET	Tournoi de basket-ball : Samedi catégories U11/U13/U15 Dimanche catégories U17/U20 et adultes	parking de la piscine municipale	samedi 8 et dimanche 9 juin de 10h00 à 20h00	Renseignements et inscriptions auprès de l'US Melun Basket-Ball : usmelunbasket@gmail.com 07 62 73 77 07
PETANQUE	Concours amical nocturne ouvert à tous	boulodrome stade Paul Fischer	vendredi 14 juin à partir de 18h30	Sur inscription uniquement
TENNIS	Tournoi de double ouvert à tous	Tennis Club	Samedi 8 juin de 14h00 à 19h00	Sur inscription uniquement

DECOUVRIR : PORTES OUVERTES ET INITIATIONS

Associations	Propositions	Lieu	Jour / date	Commentaires
AIKIDO	Porte ouverte pendant les horaires des cours	gymnase Duvauchelle	lundis, mercredis, vendredis et samedis	Adultes : lundi et vendredi de 18h00 à 19h15, mercredi de 19h45 à 21h30, samedi de 9h30 à 12h00 Enfants de 9 à 10 ans : vendredi de 18h00 à 19h15 Enfants à partir de 10 ans : lundi de 18h00 à 19h30.
ARTS MARTIAUX ET BIEN-ETRE	Porte ouverte	Complexe Sportif	jeudi 6 et 13 juin de 19h00 à 21h00	Tai chi de 19h00 à 20h00 Yoga de 20h00 à 21h00
BOULES LYONNAISES	Porte ouverte, initiation à la pratique de la boule lyonnaise	boulodrome Complexe Sportif	mercredi 12 juin de 14h00 à 16h00	
BOXE ANGLAISE	Porte ouverte pour tous	Complexe Sportif	du lundi a vendredi de 18h00 à 20h30	
COQUELICOT BLEU - POLE DANCE	Porte ouverte	Maison Pole Dance - 1 route de Nangis	dimanche 16 juin à 16h45	Sur inscription uniquement auprès du club : poledancemelun@gmail.com
GYMNASTIQUE	Initiation en gymnastique pour les 15/25 ans	gymnase Pierre Lespiat	jeudi 13 juin de 20h00 à 22h00	Sur inscription uniquement
JUDO JC MELUN	Porte ouverte aux horaires d'ouverture des séances de judo, jujitsu brésilien et fitness	gymnase Duvauchelle	du lundi au samedi	Consulter les horaires sur le site du club : www.jcmelun.fr
MTB CLUB - VTT	Parcours découverte VTT en forêt de Fontainebleau d'environ 30 kms	RDV 10h00 sur le parking de la Piscine	dimanche 2 juin de 10h00 à 16h00	15 kms le matin, repas sandwichs le midi ensemble, retour 15 kms l'apm. Casque obligatoire Présence d'un parent accompagnateur obligatoire pour les mineurs
RANDONNEURS R. Barthélémy	Randonnée-balade découverte des bords de Seine	RDV 9h00 devant le Monument aux Morts quai du Maréchal Joffre	dimanche 16 juin de 9h00 à 16h00	Traversée du Mée-sur-Seine, passage dans la forêt de Bréviande (arrêt pique-nique), traversée de Boissise-la-Bertrand, Boissette, et retour au point de départ par les bords de Seine 17 kms
ROLLER	Démonstrations et initiations	parking de l'Escale	samedi 8 juin de 14h00 à 18h00	Présence des parents obligatoire pour les mineurs.
RUGBY	porte ouverte à partir de 6 ans	stade Jean Bonis	mercredi 5 et 12 juin de 16h00 à 17h30	
SKI NAUTIQUE	Initiations gratuites pour tous ceux qui n'ont jamais pratiqué le ski nautique auparavant (Classique et Babyski)	chemin de Halage	samedis 1, 8 et 15 juin de 10h00 à 18h00	Sur inscription uniquement Classique : + 10 ans Babyski : de 3 à 10 ans (-35kgs)
TENNIS DE TABLE	Porte ouverte	gymnase les Récollets	mardi 4 et 11 juin de 18h00 à 20h00 et jeudi 6 et 13 juin de 17h30 à 22h00	
VOILE	Initiations en voile, catamaran, planche à voile et paddle	Base de loisirs de La Grande-Paroisse	dimanche 2 et 9 juin de 14h00 à 17h00	A partir de 8 ans

VENIR ENCOURAGER ET APPRECIER

Associations	Propositions	Lieu	Jour / date	Commentaires
BOULES LYONNAISES	Championnat de Ligue Vétérans en quadrettes	stade Paul Fischer	mercredi 5 et jeudi 6 juin	
CROSS DES ECOLES	Cross des Ecoles	Complexe Sportif	vendredi 7 juin de 9h00 à 12h00	
DIRECTION DES SPORTS	Fête de l'école multisports	Complexe Sportif	mercredi 12 juin matin	
FOULEES MELUNAISES	39ème Foulées Melunaises	Melun sud	vendredi 07 juin à partir de 20h45	Championnat de Seine-et-Marne des 10 kms - label régional
GYMNASTIQUE	Finale Championnat inter départemental gymnastique féminine	gymnase Pierre Lespiat	samedi 8 et dimanche 9 juin	
JOUTES NAUTIQUES	Challenge du meilleur Joueur Trophée de la Ville de Melun	quai de la Courtille	samedi 8 juin dimanche 9 juin	
MCO	Grand prix cycliste Jacques Marinelli	Melun sud	mercredi 5 juin à partir de 20h00	
NATATION	Meeting de Natation	Piscine municipale	vendredi 31 mai et samedi 1er juin	
SPORT AUTO	25ème Course de côte de Tréchy	Tréchy	dimanche 9 juin	
TENNIS	Rencontres Interclubs Nationales hommes et femmes	Tennis Club	Samedis et dimanches	