



00 **ESPERER 95**

DU 10 AU 13 JUIN 2025

Le **sport**
comme **tremplin,**
l'humain au cœur
du **terrain**



Projection et table
ronde autour du
documentaire
« XXI le Sport des
solutions »



Atelier de
formation
mallette « Art
et sport » avec
Cultures du cœur

Programme
détailé et
information :



**Basketball et
cheerleading** avec
les Spartiates



**Tournoi solidaire de
foot** avec l'accueil de
jour- accueil de nuit



**Renforcement
musculaire** femmes et
motricité parents-bébé
avec Ex-Aeque



Karaté avec
A.A.S.S. Karaté
Sarcelles



Muay Thai avec
Hexagone Muay Thai



Tennis avec la
maison de quartier
des Linandes



Mercredi 11 juin 2025

14h00 - 17h00 : Basketball et cheerleading avec les Spartiates

Lieu : Complexe des Maradas 6 Pass. du Lycée, Pontoise

Public : 50 enfants, 25 adultes et 40 femmes citoyens d'ESPERER 95

- **14h00 - 16h00**
 - **Initiation et pratique du basketball**, encadrées par les éducateurs et joueurs professionnels de l'équipe des Spartiates.
Public : 50 enfants et 25 adultes citoyens d'ESPERER 95
 - **Initiation au cheerleading exclusivement à destination d'un public féminin**, encadrée par les cheerleaders des Spartiates.
Public : 40 participantes citoyennes d'ESPERER 95
- **16h00 - 16h15** : Show des cheerleaders avec la participation des citoyennes d'ESPERER 95.
- **16h15 - 17h00** : Cocktail de clôture assuré par le restaurant d'insertion d'ESPERER 95.

15h00 - 16h00 : Renforcement musculaire avec Ex-aequo

Lieu : Gymnase de l'Axe Majeur, 9 avenue du Jour, Cergy

Public : 30 femmes citoyennes d'ESPERER 95 avec une garderie pour les enfants

16h00 – 18h00 : Initiation au karaté avec A.A.S.S. Karaté Sarcelles

Lieu : Dojo Marcel Testard, stade Nelson Mandela, avenue Paul Langevin, Sarcelles

Public : 50 enfants et adultes citoyens d'ESPERER 95

Jeudi 12 juin 2025

10h00 - 12h00 : Séance motricité parents-bébés avec Ex-aequo

Lieu : Gymnase des Chênes, rue des Chênes Pourpres, Cergy

Public : Familles avec des enfants en bas âge, de la marche à 3ans maximum

10h30 - 12h00 : Initiation découverte du Muay Thai avec Hexagone Muay Thai

Lieu : Dojo du gymnase des Chênes, 8 rue des Chênes Pourpres, Cergy

Public : 12 adolescents/adultes Citoyens d'ESPERER 95

14h00 - 16h30 : Tennis avec la Maison de quartier des Linandes

Lieu : Stade du Ponceau, 36 Rue de Pontoise, Cergy

Public : 10 adultes Citoyens d'ESPERER 95

Vendredi 13 juin 2025

10h00 à 16h00 : Tournoi solidaire de foot de l'Accueil de jour/Accueil de nuit de L'Ensemble

Lieu : Stade du Ponceau, 36 Rue de Pontoise, Cergy

Public : Citoyens et professionnels d'ESPERER 95

Pour tout renseignements et inscriptions, merci de vous adresser à l'équipe sociale de l'accueil de jour : adj.lensemble@esperer95.org

Mardi 4 juin – Echauffement

13h30 – 16h30 : Cricket avec Emmaüs solidarité et l'équipe de France de Cricket

Lieu : Parc Bagatelle, route de Sèvres à Neuilly, 75016 Paris

Public : 20 adultes et enfants de plus de 8 ans citoyens d'ESPERER 95

!!! INSCRIPTIONS JUSQU'AU 26 MAI AU PLUS TARD !!!