



STAGES SPORTIFS, CULTURELS ET DE LOISIRS
POUR ENFANTS, ADOS ET ADULTES

DIJON **SPORT** DÉCOUVERTE
du 15 au 26 avril

Printemps 2024

Vacances scolaires

46 disciplines sportives
18 disciplines culturelles

20
TERRE
DE JEUX
24



dijon.fr



Sommaire

Printemps Du 15 au 26 avril 2024

ACTIVITÉS SPORTIVES

- p. 9 Activités aquatiques **S1 • S2**
- p. 9 Athlétisme **S1**
- p. 9 Athlétisme 1^{er} pas **S1**
- p. 9 Badminton **S1 • S2**
- p. 9 Basketball/Handball **S1 • S2**
- p. 9 Basketball/Handball 1^{er} pas **S1 • S2**
- p. 9 Bowling classic **S2**
- p. 9 Équitation **S1 • S2**
- p. 10 Escalade **S1 • S2**
- p. 10 Escrime **S1**
- p. 10 Escrime 1^{er} pas **S1**
- p. 10 Éveil danse **S1**
- p. 10 Football **S1 • S2**
- p. 10 Football 1^{er} pas **S1 • S2**
- p. 10 Golf **S1 • S2**
- p. 10 Gymnastique 1^{er} pas **S1 • S2**
- p. 11 Gymnastique parents/enfants **S1**
- p. 11 Gymnastique sportive **S1**
- p. 11 Jardin des sports **S1 • S2**

ACTIVITÉS CULTURELLES

- p. 14 Art de la mosaïque **S1**
- p. 14 Arts plastiques jeunes **S1 • S2**
- p. 14 Arts plastiques "Mon tote-bag du musée" **S1**
- p. 14 Atelier "Architecture" **S2**
- p. 15 Atelier "Comédie musicale" **S1**
- p. 15 Atelier "Crée ton jeu" **S1 • S2**
- p. 15 Atelier "Découvre ton style" **S1**
- p. 15 Atelier "Designer" **S1**

ACTIVITÉS ADULTES

- p. 17 Aquagym
- p. 17 Aquabike
- p. 17 Badminton
- p. 17 Circuit training
- p. 18 Fitboxing
- p. 18 Gymnastique bien-être
- p. 18 Marche
- p. 18 Marche nordique

- p. 11 Jeux d'échecs **S2**
- p. 11 Lutte **S1**
- p. 11 Multisports **S1 • S2**
- p. 11 Multisports aquatiques **S1 • S2**
- p. 12 Padel tennis **S2**
- p. 12 Patinage sur glace **S1 • S2**
- p. 12 Plongée sous-marine **S1**
- p. 12 Poney **S1 • S2**
- p. 12 Roller **S1 • S2**
- p. 13 Roller 1^{er} pas **S1 • S2**
- p. 13 Sports américains **S1 • S2**
- p. 13 Sports de raquettes 1^{er} pas **S1 • S2**
- p. 13 Tennis de table **S1**
- p. 13 Tir à l'arc 1^{er} pas **S2**
- p. 13 Trampoline **S1**
- p. 13 VTT découverte **S1 • S2**
- p. 13 VTT nature **S1 S1 • S2**

- p. 15 Atelier "Les Lunes Artiques" **S2**
- p. 15 Atelier "Maroquinerie" **S2**
- p. 15 Atelier "Mix Mao" **S1**
- p. 16 Atelier "Mode vintage" **S1 • S2**
- p. 16 Atelier "Modelage fin" **S1**
- p. 16 Batterie **S1**
- p. 16 Cirque **S2**
- p. 16 Éveil théâtre **S1**
- p. 16 Théâtre **S1 • S2**

- p. 18 Pilates
- p. 18 Qi gong
- p. 18 Tir à l'arc

STAGES CULTURELS ADULTES

- p. 18 Aquarelle
- p. 18 Atelier de bijoux fantaisie

S1 semaine 1 - du 15 au 19 avril

S2 semaine 2 - du 22 au 26 avril

Avec le soutien
de la Caisse d'allocations
familiales de la Côte-d'Or



Quand printemps rime avec sport et plaisir !

Cette session de *Dijon sport découverte* est une formidable occasion de reprendre les activités en extérieur, à l'image du VTT, du golf ou de l'escalade, qui permettront aux jeunes et aux moins jeunes de repartir dans les différentes combes dijonnaises.

Ce dispositif, qui s'adresse à toutes et à tous, propose plus de 200 stages pour cette session printanière. Plus de 60 disciplines sportives et culturelles, encadrées par des éducatrices et des éducateurs diplômés, sont au programme.

Cette saison encore, les enfants pourront s'adonner au football, à l'escrime, à l'escalade, au VTT, à la gymnastique, au badminton, à l'équitation, au roller...

Les plus grands pourront se faire plaisir en pratiquant des activités de bien-être comme l'aquabike, l'aquagym, le badminton, le fitness, la gym bien-être, le pilates, le qi gong, la marche nordique...

Mais *Dijon sport découverte*, ce n'est pas seulement des activités sportives. Ce sont aussi des stages culturels qui permettent à chacun d'entre vous de vous initier aux arts plastiques, au théâtre, au Mix Mao (mixage musique par ordinateur), au cirque, aux ateliers "Designer" et "Mode vintage"... et bien d'autres loisirs encore.

L'accessibilité demeure l'un des fils conducteurs de ce dispositif avec une tarification indexée aux ressources familiales et des créneaux ouverts à tous les âges et à tous les niveaux de pratique. Afin de préserver un encadrement de qualité, les places pour chaque séance restent en nombre limité. Aussi je vous invite à vous inscrire **du 20 mars au 21 avril 2024** sur **eservices.dijon.fr** pour profiter pleinement de ce programme riche et varié pour passer de belles vacances à Dijon !

François Rebsamen
Maire de Dijon
Président de Dijon métropole

A close-up photograph of a person's hand typing on a laptop keyboard. The focus is on the fingers and the keys, with a soft, blurred background.

*INSCRIPTIONS
PLUS SIMPLES
PLUS RAPIDES*

Inscriptions hiver **100% INTERNET** sur *eservices.dijon.fr*

Dans l'onglet "Compte famille" puis "Culture/sports" et "Dijon sport découverte"

Du mercredi 20 mars 8h
au dimanche 21 avril minuit*

Pour s'inscrire aux activités
Dijon sport découverte, c'est
simple, il faut :

- Créer ou avoir un compte sur eservices.dijon.fr
- Créer ou avoir un dossier famille pour accéder à votre espace famille personnel

Attention : votre dossier famille devra être créé au minimum 48 heures avant toute demande d'inscription à *Dijon sport découverte*, aucune inscription ne pourra être effectuée avant ce délai.

Vous aurez ensuite accès aux inscriptions *Dijon sport découverte*. Vous recevrez un accusé de réception attestant de la prise en compte immédiate des inscriptions demandées.

Si vous ne pouvez pas
constituer votre dossier famille
depuis votre domicile

Vous pouvez effectuer cette démarche à l'accueil général de la ville de Dijon, 11, rue de l'Hôpital, dans les mairies de quartier Toison d'Or, Grésilles, Bourroches, Mansart et Fontaine d'Ouche.

Cette démarche devra elle aussi être effectuée au minimum 48 heures avant toute inscription.

Renseignements

Nous vous rappelons que les inscriptions prises par Internet peuvent être supprimées depuis votre fiche famille dans eservices.dijon.fr.

Passée la période Internet, aucune annulation ne peut être prise en compte.

De plus, la ville de Dijon se réserve le droit de modifier ses programmes et n'acceptera les inscriptions que dans la limite des places disponibles.

Le règlement de *Dijon sport découverte* est consultable sur dijon.fr, rubrique "Formulaire en ligne".

* Inscriptions possibles jusqu'au dimanche 14 avril pour les activités du 15 au 19 avril 2024

* Inscriptions possibles jusqu'au dimanche 21 avril pour les activités du 22 au 26 avril

Les inscriptions et les annulations sont possibles jusqu'au dimanche minuit précédant la semaine d'activités.

Informations utiles

Pour toutes les activités sportives, culturelles et de loisirs

Tous nos stages ou ateliers permettent la découverte d'une activité sous forme ludique et sont donc principalement destinés aux enfants débutants. Nous vous déconseillons d'inscrire un enfant à plusieurs stages ou ateliers programmés la même semaine ou de le réinscrire plusieurs fois à la même activité. Pour les activités inscrites dans le cadre des *Accueils collectifs de mineurs*, une **fiche sanitaire dûment complétée et signée** devra être présentée dès le 1^{er} jour du stage ou de l'atelier.

F

Dans le livret, ce signe vous rappelle l'obligation de remettre une **fiche sanitaire** dûment complétée et signée dès le 1^{er} jour d'activité*.

CM

Dans le livret, ce signe vous rappelle l'obligation de remettre un **certificat de non contre-indication** apparente à la pratique des activités physiques et sportives (certificat médical) dès le 1^{er} jour d'activité.

AN

Dans le livret, ce signe vous rappelle l'obligation de remettre une **attestation de réussite** au test préalable à la pratique des activités nautiques en ACM* dès le 1^{er} jour d'activité.

*Fiche sanitaire et attestation accessibles sur eservices.dijon.fr (Démarches familles : Documents utiles).

Attention : en cas de non présentation de ces documents suivant la spécificité réglementaire propre à chaque activité, votre enfant ne pourra débuter son stage ou son atelier.

Activités accessibles aux personnes porteuses d'un handicap

Dans la grande majorité, les activités proposées sont accessibles à tous. Nous vous remercions de bien vouloir prendre contact avec le dispositif *Dijon sport découverte* (03 80 74 51 51) avant chaque inscription afin de vérifier conjointement que l'activité et son environnement sont bien adaptés au handicap du participant.

TARIFS DIJON SPORT DÉCOUVERTE : UNE FACTURATION ADAPTÉE AUX REVENUS

Cette tarification permet de proposer des tarifs proportionnels aux ressources du foyer actuel, en tenant compte de sa composition (enfants à charge au sens des prestations familiales) et du lieu de résidence. Un coefficient fixé par le conseil municipal est appliqué sur les ressources pour déterminer le tarif à appliquer. Le règlement des activités s'effectuera suite à une facturation. Un simulateur de tarifs est disponible sur eservices.dijon.fr (onglet "Famille" puis "Simulation tarifs").

	T1 : activité inférieure à 1h30	T2 : activité supérieure à 1h30	T3 : équitation, poney	T4 : randonnée	T5 : baptême
DIJONNAIS					
Formule (1 séance)	(QF x 0,514%) 1,39€	(QF x 0,993%) 2,66€	(QF x 1,434%) 3,83€	(QF x 1,969%) 5,25€	(QF x 2,701%) 7,22€
Tarif plancher 2024 à la séance	1,85€	3,60€	5,20€	7,15 €	9,80€
Tarif plafond 2024 à la séance	9,25€	17,90€	25,85 €	35,50€	48,70€
NON DIJONNAIS					
Formule (1 séance)	(QF x 0,591%) 1,60€	(QF x 1,142%) 3,05€	(QF x 1,649%) 4,41€	(QF x 2,264%) 6,04€	(QF x 3,106%) 8,30€
Tarif plancher 2024 à la séance	2,12€	4,14€	5,98€	8,22€	11,27€
Tarif plafond 2024 à la séance	10,63€	20,58€	29,72€	40,82€	56,00€

La ville de Dijon, soucieuse de promouvoir la qualité éducative des temps de l'enfant, met en place le dispositif *Dijon sport découverte*. Ce dernier déclaré comme *Accueil collectif de mineurs (ACM)* s'intègre pleinement dans une démarche qualitative.

À ce titre, il se doit de respecter des taux d'encadrement préalablement définis par la législation des ACM, à savoir :

- Extrascolaire enfant de moins de 6 ans : 1 éducateur sportif pour 8 enfants.
- Extrascolaire enfant de plus de 6 ans : 1 éducateur sportif pour 12 enfants.

De plus, les activités sont encadrées par des éducateurs tous diplômés qui sont soucieux de proposer aux enfants une évolution pédagogique permettant à chacun de s'inscrire dans une démarche de réussite éducative et sportive.



ACTIVITÉS SPORTIVES

15 au 26 avril

Activités aquatiques

De 5 à 6 ans · De 12h20 à 13h · **S1 · S2**

De 7 à 8 ans · De 12h20 à 13h · **S1 · S2**

T1 5 séances | **F**

ACCUEIL Piscine Grésilles, 4, rue Marius Chanteur, DIJON • **ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ** Bonnet de bain obligatoire, maillot de bain, lunettes et serviette de bain.

De 5 à 6 ans · De 13h à 13h40 · **S1 · S2**

De 7 à 8 ans · De 13h à 13h40 · **S1 · S2**

T1 5 séances | **F**

ACCUEIL Piscine Fontaine d'Ouche, allée de Ribeaupillé, DIJON • **ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ** Bonnet de bain obligatoire, maillot de bain, lunettes et serviette de bain.

Athlétisme

De 8 à 13 ans · De 14h à 17h · **S1**

T2 5 séances | **F**

PARTENAIRE Duc athlétisme • **ACCUEIL** Halle des sports, campus universitaire, DIJON
ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ Tenue de sport pour activité en salle et/ou en extérieur. Chaussures de sport propres.

Athlétisme 1^{er} pas

De 5 à 7 ans · De 9h30 à 11h30 · **S1**

T2 5 séances | **F**

PARTENAIRE Duc athlétisme • **ACCUEIL** Halle des sports, campus universitaire, DIJON
ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ Tenue de sport pour activité en salle et/ou en extérieur. Chaussures de sport propres.

Badminton

De 8 à 11 ans · De 14h à 17h · **S1 · S2**

De 12 à 17 ans · De 14h à 17h · **S1 · S2**

T2 5 séances | **F**

ACCUEIL Gymnase Chambelland, 8, rue Olympe de Gouges, DIJON • **ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ** Tenue de sport pour activité en salle. Chaussures de sport propres.

Basketball/Handball

De 9 à 13 ans · De 14h à 17h · **S1 · S2**

T2 5 séances | **F**

ACCUEIL COSEC Fontaine d'Ouche, boulevard Bachelard, DIJON • **ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ** Tenue de sport pour activité en salle. Chaussures de sport propres.

Basketball/Handball 1^{er} pas

De 6 à 8 ans · De 9h à 12h · **S1 · S2**

T2 5 séances | **F**

ACCUEIL COSEC Fontaine d'Ouche, boulevard Bachelard, DIJON • **ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ** Tenue de sport pour activité en salle. Chaussures de sport propres.

Bowling classic

De 9 à 15 ans · De 14h à 17h · **S2**

T2 5 séances | **F**

PARTENAIRE Bowling Classic Dijon Côte-d'Or
ACCUEIL Salle des sports de quilles, 73, route de Dijon, LONGVIC • **ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ** Tenue de sport pour activité en salle. Chaussures de sport propres • **OBSERVATIONS** Variante du jeu de quilles, qui se joue avec 9 quilles et boules de petite taille, ne correspond pas au bowling américain.

Équitation

De 9 à 13 ans · De 9h à 11h · **S1 · S2**

T3 5 séances | **F**

PARTENAIRE Étrier de Bourgogne • **ACCUEIL** Étrier de Bourgogne, Castel de la Colombière, DIJON
ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ Bottes (de pluie), pantalon (type survêtement) et vêtements de saison.
OBSERVATIONS Pour cavaliers débutants. L'activité comprend la préparation et les soins du cheval.

S1 semaine 1 · du 15 au 19 avril

S2 semaine 2 · du 22 au 26 avril

F Fiche sanitaire obligatoire (voir page 6)

Escalade

De 8 à 11 ans · De 9h à 12h · **S1**

De 12 à 17 ans · De 14h à 17h · **S1 · S2**

T2 5 séances | **F** |

ACCUEIL Gymnase Boivin, 22, rue de la Côte-d'Or, DIJON • **ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ** Activité en salle.

Tenue de sport pour activité en salle.

Chaussures de sport propres.

De 6 à 8 ans · De 10h à 11h30h · **S1 · S2**

T1 5 séances | **F** |

ACCUEIL Salle Cime Altitude 245, 14, rue Marius

Chanteur, DIJON • **ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ** Tenue

de sport pour activité en salle. Chaussures

de sport propres.

De 4 à 5 ans · De 14h à 15h15 · **S1 · S2**

De 5 à 6 ans · De 15h30 à 16h45 · **S1 · S2**

T1 5 séances | **F** | S1

T1 5 séances | **F** | S2

ACCUEIL École municipale des sports Jean-Claude Mélinand, 3, chemin de la Rente de la Cras

(Fontaine d'Ouche), DIJON • **ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ**

Tenue de sport pour activité en salle.

Chaussures de sport propres.

Escrime

De 8 à 12 ans · De 14h à 17h · **S1**

T2 5 séances | **F** |

PARTENAIRE ASPTT Escrime • **ACCUEIL** Complexe

sportif ASPTT, 24, rue François Mitterrand,

SAINT-APOLLINAIRE • **ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ**

Tenue de sport pour activité en salle.

Chaussures de sport propres. Prévoir

impérativement un pantalon (type survêtement).

Tee-shirt de rechange.

Escrime 1^{er} pas

De 5 à 7 ans · De 9h30 à 11h30 · **S1**

T2 5 séances | **F** |

PARTENAIRE ASPTT Escrime • **ACCUEIL** Complexe

sportif ASPTT, 24, rue François Mitterrand,

SAINT-APOLLINAIRE • **ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ**

Tenue de sport pour activité en salle.

Chaussures de sport propres. Prévoir

impérativement un pantalon (type survêtement).

Tee-shirt de rechange.

Éveil danse

De 4 à 6 ans · De 10h45 à 11h45 · **S1**

T1 5 séances | **F** |

ACCUEIL École municipale des sports Jean-Claude

Mélinand, 3, chemin de la Rente de la Cras

(Fontaine d'Ouche), DIJON • **ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ**

Tenue de sport pour activité en salle.

Football

De 8 à 14 ans · De 14h à 17h · **S1 · S2**

T2 5 séances | **F** |

PARTENAIRE DFCO • **ACCUEIL** Gymnase Henri Dunant,

4, rue Charles Oursel, DIJON • **ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ**

Tenue de sport pour activité en salle. Chaussures

de sport propres. Pas de chaussures type crampons

vissés ou moulés.

Football 1^{er} pas

De 5 à 7 ans · De 9h à 12h · **S1 · S2**

T2 5 séances | **F** |

PARTENAIRE DFCO • **ACCUEIL** Gymnase Henri Dunant,

4, rue Charles Oursel, DIJON • **ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ**

Tenue de sport pour activité en salle. Chaussures

de sport propres. Pas de chaussures type crampons

vissés ou moulés.

Golf

De 8 à 12 ans · De 14h à 17h · **S1 · S2**

T2 5 séances | **F** |

PARTENAIRE Country club Norges golf Dijon

Bourgogne • **ACCUEIL** Allée Jacques Laffite,

NORGES-LA-VILLE • **ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ** Tenue de

sport pour activité en extérieur. Prévoir vêtement

de pluie.

Gymnastique 1^{er} pas

De 4 à 6 ans · De 9h30 à 10h30 · **S1 · S2**

T1 5 séances | **F** |

ACCUEIL Centre sportif de la Source, centre

commercial Fontaine d'Ouche, niveau haut, DIJON

ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ Tenue de sport pour activité

en salle.

S1 semaine 1 · du 15 au 19 avril

S2 semaine 2 · du 22 au 26 avril

F Fiche sanitaire obligatoire (voir page 6)

Gymnastique parents/enfants

De 2 à 3 ans · De 10h45 à 11h45 · **S1**
T1 5 séances | **F**

ACCUEIL Centre sportif de la Source, centre commercial Fontaine d'Ouche, niveau haut, DIJON
ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ Tenue de sport pour activité en salle • **OBSERVATIONS** Inscription uniquement pour l'enfant. Participation active du ou des parents accompagnant l'enfant pendant la séance.

Gymnastique sportive

De 7 à 10 ans · De 14h à 17h · **S1**
T2 5 séances | **F**

PARTENAIRE Dijon gym • **ACCUEIL** Palais des sports Jean-Michel Geoffroy (entrée B), 17, rue Léon Mauris, DIJON • **ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ** Tenue de sport pour activité en salle. Chaussons de type rythmiques.

Jardin des sports

De 3 à 4 ans · De 9h30 à 10h30 · **S1**
T1 5 séances | **F**

ACCUEIL École municipale des sports Jean-Claude Mélinand, 3, chemin de la Rente de la Cras (Fontaine d'Ouche), DIJON • **ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ** Tenue de sport pour activité en salle. Chaussons de type rythmiques.

De 3 à 4 ans · De 10h45 à 11h45 · **S2**
T1 5 séances | **F**

ACCUEIL Centre sportif de la Source, centre commercial Fontaine d'Ouche, niveau haut, DIJON
ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ Tenue de sport pour activité en salle. Chaussons de type rythmiques.

Jeux d'échecs

De 6 à 10 ans · De 14h à 15h30 · **S2**
T1 5 séances | **F**

PARTENAIRE Académie du jeu d'échec Philidor
ACCUEIL Palais des sports (entrée C), 17, rue Léon Mauris, DIJON • **ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ** Tenue de sport pour activité en salle.

Lutte

De 8 à 12 ans · De 14h à 17h · **S1**
T2 5 séances | **F**

ACCUEIL Palais des sports Jean-Michel Geoffroy (entrée B), 17, rue Léon Mauris, DIJON • **ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ** Tenue de sport pour activité en salle.

Multisports

De 5 à 6 ans · De 14h à 17h · **S1 · S2**
T2 5 séances | **F**

ACCUEIL Centre sportif de la Source, centre commercial Fontaine d'Ouche, niveau haut, DIJON
ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ Tenue de sport pour activité en salle • **OBSERVATIONS** Découverte de diverses activités sportives (gymnastique, athlétisme, basketball, mini tennis...).

Multisports aquatiques

De 5 à 6 ans · De 9h à 12h · **S1 · S2**
De 7 à 10 ans · De 14h à 17h · **S1 · S2**
T2 5 séances | **F**

ACCUEIL Gymnase Jean Marion, rue Marius Chanteur, DIJON • **ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ** Bonnet de bain obligatoire, maillot de bain, lunettes et serviette de bain. Tenue de sport pour activité en salle. Chaussures de sport propres • **OBSERVATIONS** **Multisports** : activité différente chaque jour (jeux de ballon, gymniques, athlétiques) et, en fonction de la météo, activité en salle ou en extérieur. **Natation** : jeux aquatiques (immersion, propulsion). Ouvert aux "NON NAGEURS".

De 5 à 6 ans · De 9h à 12h · **S1 · S2**
De 7 à 10 ans · De 14h à 17h · **S1 · S2**
T2 5 séances | **F**

ACCUEIL École municipale des sports Jean-Claude Mélinand, 3, chemin de la Rente de la Cras (Fontaine d'Ouche), DIJON • **ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ** Bonnet de bain obligatoire, maillot de bain, lunettes et serviette de bain. Tenue de sport pour activité en salle. Chaussures de sport propres • **OBSERVATIONS** **Multisports** : activité différente chaque jour (jeux de ballon, gymniques, athlétiques) et, en fonction de la météo, activité en salle ou en extérieur. **Natation** : jeux aquatiques (immersion, propulsion). Ouvert aux "NON NAGEURS".

Padel tennis

De 10 à 14 ans • De 14h30 à 16h30 • **S2**

T2 5 séances | **F** |

PARTENAIRE Country club Norges golf Dijon Bourgogne • **ACCUEIL** Allée Jacques Laffite, NORGES-LA-VILLE • **ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ** Tenue de sport pour activité en extérieur. Prévoir vêtement de pluie • **OBSERVATIONS** Le padel est un sport de raquette qui se situe entre le squash et le tennis.

Patinage sur glace

De 5 à 10 ans • De 9h45 à 10h45

ou de 10h45 à 11h45 • **S1 • S2**

T1 4 séances | **F** |

Pas de séance les lundis 15 et 22 avril.

PARTENAIRE Association des sports de glace Dijon Bourgogne (ASGDB) • **ACCUEIL** Patinoire municipale, 1, boulevard Trimolet, DIJON • **ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ** Patins à glace fournis par la patinoire municipale. Prévoir des gants. **OBSERVATIONS** Les horaires comprennent le temps de laçage des patins à glace.

Plongée sous-marine

De 8 à 14 ans • De 14h à 15h30 • **S1**

T2 5 séances | **F** | **CM** |

PARTENAIRE LS 21 • **ACCUEIL** Piscine olympique de Dijon métropole, 12, rue Alain Bombard, DIJON • **ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ** Bonnet de bain obligatoire, maillot de bain, lunettes et serviette de bain. **OBSERVATIONS** Pour des personnes sachant nager. Certificat de non contre-indication apparente à la pratique de la plongée sous-marine et brevet de 25 mètres obligatoire.

Poney

De 4 à 6 ans • De 10h à 11h

ou de 11h à 12h • **S1 • S2**

De 7 à 12 ans • De 10h à 12h • **S1 • S2**

T2 5 séances pour les 4 à 6 ans | **F** |

T3 5 séances pour les 7 à 12 ans | **F** |

PARTENAIRE Cercle hippique dijonnais • **ACCUEIL** Cercle hippique dijonnais, rue Saint-Vincent de Paul, DIJON • **ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ** Bottes (de pluie), pantalon (type survêtement) et vêtements de saison • **OBSERVATIONS** Pour cavaliers débutants. L'activité comprend la préparation et les soins du poney. **Pour un enfant âgé de 4 ans, il est obligatoire qu'un parent l'accompagne durant la semaine d'activité.**

De 4 à 6 ans • De 10h à 11h30 • **S1 • S2**

T2 5 séances | **F** |

PARTENAIRE Écurie de poney Fleurey-sur-Ouche • **ACCUEIL** Écurie de poney, rue Saint-Jean, FLEUREY-SUR-OUCHE • **ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ** Bottes (de pluie), pantalon (type survêtement) et vêtements de saison. **OBSERVATIONS** Pour cavaliers débutants. L'activité comprend la préparation et les soins du poney.

De 7 à 12 ans • De 10h à 12h • **S1 • S2**

T3 5 séances | **F** |

PARTENAIRE Académie de Bonvaux • **ACCUEIL** Centre équestre Bonvaux, PLOMBIÈRES-LÈS-DIJON • **ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ** Bottes (de pluie), pantalon (type survêtement) et vêtements de saison. **OBSERVATIONS** Pour cavaliers débutants. L'activité comprend la préparation et les soins du poney.

Roller

De 9 à 15 ans • De 9h à 12h • **S1 • S2**

T2 5 séances | **F** |

ACCUEIL Dijon skate parc, 2, rue Général Delaborde, DIJON • **ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ** Tenue de sport pour activité en salle. Prévoir une paire de chaussettes longues. Matériel fourni par le skate parc.

Roller 1^{er} pas

De 4 à 8 ans · De 9h à 10h30
ou de 10h30 à 12h · **S1 • S2**
T1 5 séances | **F**

ACCUEIL Dijon skate parc, 2, rue Général Delaborde, DIJON • **ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ** Tenue de sport pour activité en salle. Prévoir une paire de chaussettes longues. Matériel fourni par le skate parc • **OBSERVATIONS** Les horaires comprennent l'habillage spécifique (rollers et protections).

Sports américains

De 8 à 12 ans · De 14h à 17h · **S1 • S2**
T2 5 séances | **F**

ACCUEIL Gymnase Masingue, boulevard Maréchal Joffre, DIJON • **ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ** Tenue de sport pour activité en salle • **OBSERVATIONS** Découverte de diverses activités à thématique sports américains : hockey, thèque, flag, ultimate...

Sports de raquettes 1^{er} pas

De 5 à 7 ans · De 9h30 à 11h30 · **S1 • S2**
T2 5 séances | **F**

ACCUEIL Gymnase Trémouille, 3, rue Pierre Prud'hon DIJON • **ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ** Tenue de sport pour activité en salle • **OBSERVATIONS** Découverte du tennis, du badminton...

Tennis de table

De 8 à 13 ans · De 9h à 12h · **S1**
T2 5 séances | **F**

PARTENAIRE Dijon tennis de table • **ACCUEIL** Centre sportif de la Source, centre commercial Fontaine d'Ouche, niveau haut, DIJON • **ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ** Tenue de sport pour activité en salle. Chaussures de sport propres • **OBSERVATIONS** Matériel fourni par le partenaire.

Tir à l'arc 1^{er} pas

De 7 à 9 ans · De 10h à 12h · **S2**
T2 5 séances | **F**

ACCUEIL École municipale des sports Jean-Claude Mélinand, 3, chemin de la Rente de la Cras (Fontaine d'Ouche), DIJON • **ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ** Tenue de sport pour activité en salle. Chaussures de sport propres.

Trampoline

De 7 à 10 ans · De 14h à 15h30 · **S1**
De 11 à 14 ans · De 15h45 à 17h15 · **S1**
T2 5 séances | **F**

ACCUEIL Palais des sports Jean-Michel Geoffroy (entrée B), 17, rue Léon Mauris, DIJON • **ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ** Tenue de sport pour activité en extérieur • **OBSERVATIONS** Tenue de sport pour activité en salle. Chaussons (type rythmique) ou pieds nus.

VTT découverte

De 7 à 9 ans · De 9h à 12h · **S1 • S2**
T2 5 séances | **F**

ACCUEIL École municipale des sports Jean-Claude Mélinand, 3, chemin de la Rente de la Cras (Fontaine d'Ouche), DIJON • **ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ** Tenue de sport pour activité en extérieur • **OBSERVATIONS** Découverte du VTT. Bonne aisance à vélo recommandée. Ne convient pas aux enfants ne sachant pas faire de vélo.

VTT nature

De 10 à 13 ans · De 14h à 17h · **S1 • S2**
T2 5 séances | **F**

ACCUEIL École municipale des sports Jean-Claude Mélinand, 3, chemin de la Rente de la Cras (Fontaine d'Ouche), DIJON • **ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ** Tenue de sport pour activité en extérieur.



ACTIVITÉS CULTURELLES

Art de la mosaïque

De 10 à 12 ans · De 10h à 12h · **S1**

T2 5 séances | **F** |

PARTENAIRE Musée archéologique • **ACCUEIL** 5, rue du Docteur Maret, DIJON • **ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ** Tenue souple • **OBSERVATIONS** Thème > Taillons, trions, agençons les tesselles et créons en mosaïque un motif d'inspiration antique.

Arts plastiques jeunes

De 6 à 8 ans · De 9h à 12h · **S1 · S2**

T2 5 séances | **F** |

ACCUEIL Atelier Plumes et pinceaux, 12, rue Thurot, DIJON • **ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ** Prévoir blouse et chiffons • **OBSERVATIONS** Thèmes **S1** > De toutes les couleurs. **S2** > Forêts magiques et arbres imaginaires.

De 9 à 13 ans · De 14h à 17h · **S2**

T2 5 séances | **F** |

ACCUEIL Atelier Plumes et pinceaux, 12, rue Thurot, DIJON • **ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ** Prévoir blouse et chiffons • **OBSERVATIONS** Thème > Les mythos !

Arts plastiques

"Mon tote-bag du musée"

De 8 à 13 ans · De 10h à 12h · **S1**

T2 5 séances | **F** |

PARTENAIRE Musée des Beaux-Arts • **ACCUEIL** Bibliothèque Colette, 1, place du Théâtre, DIJON • **OBSERVATIONS** Thème > Viens décorer ton sac à l'image du musée.

Atelier "Architecture"

De 7 à 11 ans · De 9h à 12h · **S2**

T2 5 séances | **F** |

PARTENAIRE La boîte à surpriz • **ACCUEIL** La boîte à surpriz, 135, rue d'Auxonne, DIJON • **ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ** Tenue souple • **OBSERVATIONS** Comme un vrai architecte, viens construire une ville. Au programme : création des sols, des bâtiments, des arbres ainsi que tous les accessoires urbains (bancs, voitures, bus...).

Atelier "Comédie musicale"

De 4 à 6 ans · De 9h30 à 12h · **S1**

T2 5 séances | **F** |

PARTENAIRE Arcibow • **ACCUEIL** École municipale des sports Jean-Claude Mélinand, 3, chemin de la Rente de la Cras (Fontaine d'Ouche), DIJON

ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ Tenue souple • **OBSERVATIONS**

Thème > L'oiseau bleu.

Atelier "Crée ton jeu"

De 8 à 12 ans · De 9h à 12h · **S1 · S2**

T2 5 séances | **F** |

PARTENAIRE Six de pique • **ACCUEIL** Dijon skate parc, 2, rue Général Delaborde, DIJON • **OBSERVATIONS**

Viens découvrir des jeux de société modernes et réalise ton propre jeu de cartes.

Atelier "Découvre ton style"

De 8 à 12 ans · De 9h à 12h · **S2**

T2 5 séances | **F** |

PARTENAIRE Les pinceaux chaussés • **ACCUEIL** Atelier "Les pinceaux chaussés", 17, impasse Prosper Mignard, DIJON • **ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ** Prévoir une blouse • **OBSERVATIONS** Exploration de techniques ludiques pour créer dans le lâcher prise : en forme (plâtre, terre, assemblage) et en couleur (encre, peinture, fusain, pastel).

Merci de se garer boulevard Schumann : demi-tour impossible impasse Prosper Mignard.

Atelier "Designer"

De 8 à 13 ans · De 9h à 12h · **S1**

T2 5 séances | **F** |

PARTENAIRE Mille et une histoire • **ACCUEIL** Palais des sports Jean-Michel Geoffroy (entrée C), 17, rue Léon Mauris, DIJON • **ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ** Prévoir une blouse • **OBSERVATIONS** Viens créer tes propres objets sur support carton (petits meubles, cadres, boîtes à secrets...).

Atelier "Les Lunes Artiques"

De 5 à 7 ans · De 10h à 12h · **S2**

De 8 à 14 ans · De 14h à 17h · **S2**

T2 5 séances | **F** |

PARTENAIRE Les Lunes Artiques • **ACCUEIL** Palais des sports Jean-Michel Geoffroy (entrée C), 17, rue Léon Mauris, DIJON • **ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ** Prévoir blouse et chiffons • **OBSERVATIONS** Arts plastiques (peinture, volume...).

Atelier "Maroquinerie"

De 8 à 12 ans · De 14h à 17h · **S2**

T2 5 séances | **F** |

PARTENAIRE Ateliers Argana maroquinerie • **ACCUEIL** Centre sportif de la Source, Centre commercial Fontaine d'Ouche, niveau haut, DIJON • **ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ** Prévoir blouse et chiffons. • **OBSERVATIONS** Découverte et utilisation du cuir pour fabriquer des objets de maroquinerie.

Atelier "Mix Mao"

De 8 à 12 ans · De 14h à 16h · **S1**

De 13 à 16 ans · De 16h à 18h · **S1**

T2 5 séances | **F** |

PARTENAIRE Cercle laïque dijonnais • **ACCUEIL** Locaux "Cercle laïque dijonnais", 3-5, rue des Fleurs, DIJON • **ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ** Prévoir clé USB et écouteurs • **OBSERVATIONS** Apprentissage des techniques de création musicale à l'aide de technologies modernes : tablettes numériques, ordinateurs. Sampler des morceaux musicaux. Construction d'une base de données musicales.

S1 semaine 1 · du 15 au 19 avril

S2 semaine 2 · du 22 au 26 avril

F Fiche sanitaire obligatoire (voir page 6)

Atelier "Mode vintage"

De 7 à 12 ans · De 14h à 17h · **S1 · S2**

T2 5 séances | **F** |

PARTENAIRE Association "RéCréation"

ACCUEIL Centre sportif de la Source, Centre commercial Fontaine d'Ouche, niveau haut, DIJON

OBSERVATIONS **Thèmes S1** > Réalisation d'un tote-bag avec divers tissus fleuris. Coudre à la main et à la machine. **S2** > Réalisation d'une ceinture en assemblant plusieurs motifs de tissus. Bâtir et coudre à la machine.

Atelier "Modelage fin"

De 7 à 12 ans · De 10h à 12h · **S1**

T2 5 séances | **F** |

PARTENAIRE L'Art de rien • **ACCUEIL** L'Art de rien, 75, rue de Longvic, DIJON • **ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ** Prévoir blouse et chiffons • **OBSERVATIONS**

Thème "Astérix et Obélix" > Réalisation de tableau par le modelage de personnages en pâte polymère sur le thème du dessin animé. Techniques abordées : modelage, peinture, graphisme, découpage et mise en scène.

Batterie

De 4 à 6 ans · De 15h45 à 16h30

ou de 16h45 à 17h30 · **S1**

De 7 à 10 ans · De 14h à 15h30 · **S1**

T1 5 séances | **F** |

ACCUEIL MJC Maladière, 21, rue Balzac, DIJON

OBSERVATIONS Découverte de la musique à travers la batterie.

Cirque

De 8 à 12 ans · De 9h à 12h · **S2**

T2 5 séances | **F** |

PARTENAIRE Cercle laïque dijonnais • **ACCUEIL** Locaux

"Cercle laïque dijonnais", 3-5, rue des Fleurs, DIJON • **ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ** Tenue de sport pour activité en salle • **OBSERVATIONS** Apprentissage de l'acrobatie au sol, portés acrobatiques, pyramides, jonglage, équilibre sur rouleau, sur boule, clown, mise en place de numéros, travail scénique.

Éveil théâtre

De 5 à 8 ans · De 10h à 12h

ou de 14h30 à 16h30 · **S1**

T2 5 séances | **F** |

PARTENAIRE Bulle etc. • **ACCUEIL** Atelier Bulle etc.,

15, rue Berlier, DIJON • **OBSERVATIONS** Prévoir une tenue souple et confortable (type survêtement) et chaussettes.

Théâtre

De 8 à 12 ans · De 10h à 12h · **S1 · S2**

T2 5 séances | **F** |

PARTENAIRE Cercle laïque dijonnais • **ACCUEIL** Locaux

"Cercle laïque dijonnais", 3-5, rue des Fleurs, DIJON • **OBSERVATIONS** Du jeu de l'enfant au jeu de théâtre. Construction de personnages, invention d'histoires, découverte du texte de théâtre.

S1 semaine 1 · du 15 au 19 avril

S2 semaine 2 · du 22 au 26 avril



ACTIVITÉS ADULTES

18 ans +

Aquagym

15, 16, 17, 18, 22, 23, 24 ou 25 avril

De 18h15 à 18h55

T1 1 séance

ACCUEIL Piscine Grésilles, allée Marius Chanteur, DIJON • **ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ** Bonnet de bain obligatoire, maillot de bain et serviette de bain.
OBSERVATIONS Activité d'initiation à la musculation aquatique permettant le remodelage du corps. Cette dernière se déroule avec l'aide d'accessoires afin d'acquérir plus de force et de puissance.

15, 17, 22 ou 24 avril · De 12h20 à 13h

18 ou 25 avril · De 18h15 à 18h55

T1 1 séance

ACCUEIL Piscine Fontaine d'Ouche, allée de Ribeauvillé, DIJON • **ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ** Bonnet de bain obligatoire, maillot de bain et serviette de bain.
OBSERVATIONS Activité d'initiation à la musculation aquatique permettant le remodelage du corps. Cette dernière se déroule avec l'aide d'accessoires afin d'acquérir plus de force et de puissance.

Aquabike

16 ou 23 avril · De 18h15 à 18h55

19 ou 26 avril · De 12h20 à 13h

T1 1 séance

ACCUEIL Piscine Fontaine d'Ouche, allée de Ribeauvillé, DIJON • **ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ** Bonnet de bain obligatoire, maillot de bain et serviette de bain.
OBSERVATIONS Cours de vélo dans l'eau. Exercices par ateliers alternant un travail sur vélo pour le renforcement des jambes et un travail de renforcement pour les bras et pour les abdominaux sans vélo.

Badminton

18 ou 25 avril · De 19h45 à 21h15

T1 1 séance

ACCUEIL Gymnase Chambelland, 8, rue Olympe de Gouges, DIJON • **ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ** Tenue de sport et bouteille d'eau. Matériel fourni par le service activités sportives.

Circuit training

18 ou 25 avril · De 18h30 à 19h30

T1 1 séance

ACCUEIL Gymnase Chambelland, 8, rue Olympe de Gouges, DIJON • **ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ** Tenue souple et bouteille d'eau • **OBSERVATIONS** Travail de renforcement musculaire sous forme d'ateliers variés.

Fitboxing

17 avril · De 18h30 à 19h30

T1 1 séance

ACCUEIL Gymnase Trémouille, 3, rue Pierre Prud'hon, DIJON • **ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ** Tenue de sport pour activité en salle.

Gymnastique bien-être

18 ou 25 avril · De 18h à 19h30

T1 1 séance

ACCUEIL Gymnase Boivin, rue de la Côte-d'Or, DIJON • **ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ** Tenue de sport pour activité en salle. Chaussures de sport propres, bouteille d'eau • **OBSERVATIONS** Atelier de renforcement musculaire.

Marche

15 avril · 17h30

T2 1 séance

Durée : jusqu'à 22h minimum

ACCUEIL Gymnase Boivin, rue de la Côte-d'Or, DIJON • **TRANSPORT** Assuré par le service activités sportives (mini-bus) • **ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ** Chaussures et vêtements adaptés, petit sac à dos, lampe frontale, gourde et repas tiré du sac • **OBSERVATIONS** Inscription obligatoire auprès du dispositif *Dijon sport découverte*.

Marche nordique

22 avril · De 18h à 19h30

T1 1 séance

ACCUEIL École municipale des sports Jean-Claude Mélinand, 3, chemin de la Rente de la Cras (Fontaine d'Ouche), DIJON • **ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ** Tenue de sport pour activité en extérieur et bouteille d'eau • **OBSERVATIONS** Découverte de la marche nordique. Au programme, travail cardio avec sollicitation de l'ensemble du corps.

Pilates

16 ou 23 avril · De 19h à 20h

T1 1 séance

ACCUEIL Gymnase Boivin, rue de la Côte-d'Or, DIJON • **ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ** Prévoir tenue souple et bouteille d'eau • **OBSERVATIONS** Méthode permettant le développement des muscles profonds, l'amélioration de la posture, l'équilibrage musculaire, l'assouplissement articulaire et la respiration.

Qi gong

15, 16 et 17 avril · De 18h30 à 20h

T1 3 séances

PARTENAIRE Art et énergie • **ACCUEIL** Gymnase Drapeau, 62, rue Général Fauconnet, DIJON • **ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ** Prévoir tenue souple et ample, bouteille d'eau • **OBSERVATIONS** Par le relâchement musculaire, par la posture et par la respiration, cette discipline ouverte à tous permet d'équilibrer les énergies du corps. Venez découvrir cette discipline en toute décontraction.

Tir à l'arc

16 avril · De 18h30 à 20h

T1 1 séance

ACCUEIL École municipale Jean-Claude Mélinand, 3, chemin de la Rente de la Cras (Fontaine d'Ouche), DIJON • **ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ** Prévoir tenue souple et bouteille d'eau.

Stages culturels adultes

Aquarelle

23 et 24 avril · De 18h à 20h

T2 2 séances

ACCUEIL Atelier Plumes et pinceaux, 12, rue Thurot, DIJON • **OBSERVATIONS** Découverte des techniques de base de l'aquarelle.

Atelier de bijoux fantaisie (argile polymère)

16 et 17 avril · De 19h à 21h

T2 2 séances

PARTENAIRE L'Art de rien • **ACCUEIL** L'Art de rien, 75, rue de Longvic, DIJON • **ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ** Prévoir blouse et chiffons • **OBSERVATIONS** Réalisation d'un bijou, d'un sac, d'un sautoir ou d'un collier torque avec différents effets de matières.

CONDITIONS GÉNÉRALES POUR TOUTES LES ACTIVITÉS

PRESTATIONS

Toutes nos activités répondent aux normes fixées par la réglementation du ministère de l'Éducation Nationale et de la jeunesse. L'opération *Dijon sport découverte* est déclarée comme *accueil collectif de mineurs* auprès du service départemental Jeunesse, Engagement et Sports.

Les activités sont dirigées par des cadres techniques diplômés. Les tarifs comprennent l'encadrement, le prêt du matériel spécifique, l'entrée dans les structures.

TARIFICATION

Toutes les activités proposées seront facturées sur la base d'un tarif personnalisé.

Ce tarif est proportionnel aux revenus déclarés à l'administration fiscale avant tout abattement et tient compte de la composition familiale et du lieu de résidence.

Une facture vous sera envoyée deux mois à l'issue du stage.

INSCRIPTIONS

Pour chaque activité, les limites d'âge sont précisément fixées. Nous ne pouvons, même à un jour près et pour des raisons de sécurité, contrevenir à cette règle.

ANNULATION

Les motifs d'annulation sont spécifiés dans le règlement *Dijon sport découverte*, voté par le conseil municipal, accessible sur : eservices.dijon.fr

ATTENTION

La ville de Dijon se réserve le droit de modifier ses programmes et de n'accepter les inscriptions que dans la limite des places disponibles.

Les enfants, ne pouvant présenter le 1^{er} jour de l'activité la fiche sanitaire dûment complétée ainsi qu'un certificat de non contre indication à la pratique des activités physiques et sportives dans le cas d'une inscription à une activité dite à risques, ne pourront débiter le stage ou l'atelier.

ASSURANCE ET RESPONSABILITÉ

La ville de Dijon décline toute responsabilité en cas d'accident survenu avant ou après les horaires de l'activité.

La ville de Dijon ne saurait être tenue pour responsable des accidents survenus indépendamment de toute faute de sa part.

Les participants devront vérifier que leur responsabilité civile chef de famille ou multirisques habitation ou assurance extra-scolaire couvre bien les activités choisies et, le cas échéant, souscrire en complément une assurance individuelle accident (renseignez-vous auprès de votre assureur).

Le dépôt de tout objet personnel dans les locaux utilisés se fait aux risques et périls des propriétaires.



DIJON **SPORT** DÉCOUVERTE