

Dans les équipements sportifs de la Ville

Initiations sportives à destination des femmes

Réervations auprès des associations – Informations auprès du Service des sports : 01 46 15 34 53

Samedi 7 mars 9h30 - CAL ARTS MARTIAUX

Initiation boxe thaï , MMA, boxe anglaise, jiu-jitsu brésilien

**Salle arts martiaux
Dojo Stéphane Pignarre
Vallée-aux-Renards**

Dimanche 8 mars 14h - CAL BASKET

Découverte du basket : Atelier de tirs, circuit de dribbles, passes et lancers de précision, découverte des règles du jeu
Gymnase Ronsard

Lundi 9 mars 19h30 - CAL JUDO

Initiation à la self défense
Dojo - Gymnase David Douillet

18h - FIT FORME GYM

Cours de remise en forme, cours d'activation cardio-vasculaire et cours de relaxation

Gymnase David Douillet

Mardi 10 mars 20h15 - CAL GYMNASTIQUE

Cours de fitness (LIA, step, renforcement musculaire, cardio gym ...)

Complexe sportif Caroline Aigle

21h - CAL DARTS

Découverte, initiation ou perfectionnement de la pratique des fléchettes traditionnelles
Foyer des sports Maurice Aubin

Mercredi 11 mars 19h - CAL BUSHIDO

Self défense et initiation aux sports de combat
Dojo - Complexe sportif tennis couverts

Jeudi 12 mars 20h15 - CAL GYMNASTIQUE

Cours de fitness (LIA, step, renforcement musculaire, cardio gym)
Complexe sportif Caroline Aigle

Vendredi 13 mars 18h - FIT FORME GYM

Cours de remise en forme, cours d'activation cardio-vasculaire et cours de relaxation

Gymnase David Douillet

Dimanche 15 mars 9h - CAL PLONGÉE

Baptêmes de plongée
Maillot de bain, bonnet de bain, serviette
Piscine de L'Hay-les-Roses

Du lundi 16 au vendredi 20 mars

18h - CAL HANDBALL

Évènement « invite ta copine » - Initiation au Handball
Gymnase Chevreul

Mercredi 18 mars 16h - CAL FOOTBALL

Découverte du football à travers des jeux
Stade Evelyne Gérard

19h - CAL BUSHIDO

Self défense et initiation aux sports de combat
Dojo - Complexe sportif tennis couverts

Jeudi 19 mars 18h30 - CAL SPORTS LOISIRS

Multisports : Badminton, volley-ball, handball, basket, étirements, assouplissement
Gymnase du Jardin Parisien

Vendredi 20 mars 19h - CAL TIR À L'ARC

Découverte du tir à l'arc avec des tirs ludiques
Gymnase de la Vallée-aux-Renards

Samedi 21 mars 10h - ATHLE CLUB L'HAY-LES-ROSES

Athlé santé - Presciforme
Tenue de sport, bouteille d'eau et serviette
Stade L'Hayette

14h - CAL KARATÉ

Présentation générale du karaté. Exercices d'attaques et de défense en utilisant du matériel type cibles et frites. Exercices de défense sur saisie. Bas de survêtement, tee-shirt, bouteille d'eau et serviette
Complexe sportif Lilian Thuram

14h30 - CAL TENNIS DE TABLE

Initiation à la pratique du tennis de table. Tenue de sport, bouteille d'eau et serviette. Prêt de raquette et de balles.
Gymnase du Jardin Parisien

Dimanche 22 mars 13h - CAL FUTSAL

Initiation à la pratique du Futsal. Atelier jeu et apprentissage (initiation et apprentissage des lois du futsal, règles, gestuelle,

fautes... mise en situation)
Gymnase de la Vallée-aux-Renards

10h30 - CAL HANDBALL

Évènement « invite ta maman » - Initiation au Handball
Gymnase Chevreul

Mardi 24 mars 20h - CAL AIKIDO

Initiation à l'aïkido
Dojo - Gymnase David Douillet

Mercredi 25 mars 16h - CAL FOOTBALL

Découverte du football à travers des jeux
Stade Evelyne Gérard

Jeudi 26 mars 18h30 - CAL SPORTS LOISIRS

Multisports : Badminton, Volley-ball, Handball, Basket Etirements, assouplissements
Gymnase du Jardin Parisien

20h - CAL AIKIDO

Initiation à l'aïkido
Dojo - Gymnase David Douillet

Samedi 28 mars 10h15 - CAL RCVB

Initiation au rugby
Stade Evelyne Gérard

10h - CAL BADMINTON

Découverte du badminton
Jonglage individuel, record d'échanges, visée sur cibles, explication du geste et du placement, match en double
Salle EPS du Collège Chevreul

Dimanche 29 mars 11h - CAL BADMINTON

Découverte du badminton
Jonglage individuel, record d'échanges, visée sur cibles, explication du geste et du placement, match en double
Salle EPS du Collège Chevreul

10h - CAL FUTSAL

Tournoi féminin inter-quartiers de 8 à 65 ans
Gymnase de la Vallée-aux-Renards

10h - CAL TENNIS

Initiation au tennis
Complexe sportif tennis couverts

MOIS des DROITS des FEMMES

Du 3 au 31 mars

REGARDS DE FEMMES

PROJECTIONS EXPOSITIONS SPECTACLES CONFÉRENCES INITIATIONS SPORTIVES



EXPOSITION
« Histoire de France
au féminin »
Bibliothèque

ATELIER BIEN-ÊTRE
« Girls Talk »
Maison de la Jeunesse
et de la Solidarité (MJS)

SPECTACLE
« Vive l'amour ! »
Espace culturel
Dispan de Floran

Infos utiles

Moulin de la Bièvre – 73 avenue Larroumès

Bibliothèque George Sand – 21 rue Henri Thirard - Tél : 01 46 64 52 55

Service Municipal de la Jeunesse – 34 bis rue des Tournelles - Tél : 01 49 08 02 30

Cinéma La Tournelle – 14 rue Dispan - Tél : 01 49 08 70 73

L'Avara – 2 allée du Colonel Rivière à Fresnes - Tél : 01 43 50 93 09

Complexe sportif Caroline Aigle – 1 rue Claudie Haigheré

Programme Du 3 au 31 mars

Gratuit (sauf mention contraire) sur inscription

Au Cinéma La Tournelle

Projection

« La Maison des femmes »

Film de Mélisa Godet, avec Karin Viard, Laetitia Dosch, Eye Haidara (durée : 1h50)
À la Maison des femmes, entre soin, écoute et solidarité, une équipe se bat chaque jour pour accompagner les femmes victimes de violences dans leur reconstruction. Dans ce lieu unique, Diane, Manon, Inès, Awa et leurs collègues accueillent, soutiennent, redonnent confiance. Ensemble, avec leurs forces, leurs fragilités, leurs convictions et une énergie inépuisable.

Samedi 14 mars, séances à 14h et 20h30
Séances offertes aux femmes par la Ville



Marion Mezadorian nous entraîne dans un spectacle où l'humour et l'émotion explosent quand la pression quotidienne devient trop forte.

À l'Espace culturel Dispan de Floran

Humour — seul-en-scène Marion Mezadorian « Craquage »

Dans Craquage, Marion Mezadorian incarne seize personnages, chacun confronté à une situation de bascule : l'amour, l'amitié, le boulot... Sa source d'inspiration principale ? Les gens, sa famille, elle-même. Observatrice aguerrie, Marion s'amuse à capter les petits riens du quotidien pour les transformer en sketches ciselés. Son talent pour incarner ses personnages repose sur son travail d'observation. Un travail précis qui donne à son humour une teinte extrêmement réaliste.

Vendredi 13 mars à 20h30
Conseillé à partir de 12 ans
De 6€ à 19€ - Durée : 1h15

Lecture musicale Julie Depardieu « Vive l'amour ! »

Qui n'a jamais rêvé de connaître l'intimité amoureuse de nos plus grands compositeurs ? Saviez-vous que Mozart écrivait jusqu'à deux fois par jour à sa femme Constance ? Que Beethoven eut une histoire d'amour avec une femme restée inconnue de tous ? Sans oublier les confidences étonnantes d'Alma et Gustav Mahler, de Robert et Clara Schuman.

Dimanche 29 mars à 16h

Tout public - De 6€ à 19€ - Durée : 1h10

À la bibliothèque

Exposition

« Histoire de France au féminin »

Réalisée par Sandrine Mirza et Blanche Sabbah

Du 3 au 21 mars, hall de la bibliothèque

Tout public, entrée libre aux heures d'ouverture

Rencontre

Autour de l'ouvrage « Le viol conjugal »

Avec Patrick Chariot (CNRS éditions)
Selon des représentations bien ancrées dans les esprits, le viol est commis dans un lieu isolé par un inconnu violent et armé. Pourtant en France, 9 fois sur 10, la victime connaît l'agresseur et dans ce cas une fois sur deux, le violeur est le conjoint ou un ex-conjoint. Dans le cadre de Les Sciences des livres en partenariat avec le Conseil départemental du Val de Marne et l'ASTS

Samedi 14 mars à 15h

Public adulte - Gratuit, sur inscription



« Vive l'amour », un voyage envoûtant entre lettres d'amour et musiques des plus grands compositeurs.

Sortie au Château de Versailles

Jeudi 5 mars, rendez-vous à 13h au SMJ

Durée de la visite : 1h30

Inscriptions auprès du service jeunesse
01 49 08 02 30

À l'AVARA (Fresnes)

Exposition

« Les femmes et le sport dans l'histoire »

Du 9 au 28 mars

Entrée libre aux heures d'ouverture

Projection

« Un transport en commun »

Film de Dyana Gaye - Avec Umban Gomez de Kset, Mbègne Kassé, Anne Jeanine Barboza (2010) - Durée : 0h48
Dakar, Sénégal. C'est la fin de l'été.



Le temps d'un voyage de Dakar à Saint-Louis, les passagers d'un taxi-brousse croisent leurs destins et se racontent en chansons.

En partenariat avec l'association Ciné Regards Africains - Afrique sur Bièvre
Mardi 10 mars à 14h

Gratuit, sur inscription - 01 43 50 93 09

Samedi 14 mars

De 10h à 12h : Marche et relaxation au Parc des Prés à Fresnes

De 14h à 16h : Atelier dessins d'Asie avec Sellal Zohra, artiste plasticienne
Gratuit, sur inscription - 01 43 50 93 09

Association Échecs et Mat

Grand prix féminin d'échecs

À cette occasion, 70 joueuses licenciées parmi les 24 clubs du Val-de-Marne seront présentes.

Les visiteurs sont acceptés dans la limite des places disponibles.

Les joueuses non licenciées sachant jouer avec une horloge pour 5 parties de 2x20 min chacune sont admises.

Samedi 14 mars de 14h à 18h

Salle des fêtes du Moulin de la Bièvre.



Inscription au grand prix d'échecs