



Un Bel été aux parcs édition 2021

PROGRAMME DES ACTIVITÉS

DU 5 juillet au 27 août 2021

**LES PARCS DU TREMBLAY ET DE CHOISY
PARIS VAL DE MARNE**

ORGANISENT DES ACTIVITÉS GRATUITES POUR TOUS !

Golf	VTC	Badminton
Handball	Marche Nordique	Tennis de table
Parcours Santé	Flag-foot	Beach-tennis
Ultimate	Paddle sur l'eau	Athlétisme
Basket	Sport santé	Padel
Tennis	Beach-volley	Work-Out
Zumba	Preci-foot	Tchoukball
Kango-jumps	Baby Ski	CAE Centre d'Animation Ecologique
Tennis ballon Yoga dynamique	Aviron	

En partenariat avec



Avec le soutien



Je veux participer ? Je m'inscris !

RÉSERVATION OBLIGATOIRE

*(En raison du contexte sanitaire,
le nombre de places sera limité)*

- 1 - télécharger la fiche d'inscription sur **www.parc-tremblay.fr/activites**
- 2 - la renvoyer complétée au plus tard 24h à l'avance à l'adresse mail animation@parc-parisvaldemarne.fr
- 3 - attendre la confirmation par mail

INFORMATIONS

- par téléphone au 01.48.81.89.97
- ou par mail : animation@parc-parisvaldemarne.fr

Le programme des activités est susceptible d'évoluer, les informations seront régulièrement mises à jour sur notre site internet : www.parc-tremblay.fr

JUILLET 2021

SEMAINE DU 5 AU 9 JUILLET
Parc du Tremblay

Activités nautiques (aviron, Baby Ski) CAE et accrobranche ont lieu sur le parc de Choisy :

lundi

5

10H - 12H

Tennis
10H-12H

Tennis de
Table 10H-
12H

Aviron
9h30- 11h00

Athlétisme
10H-12H

mardi

6

9H30 - 12H

**Course
d'orientation
10H-12H

Tchoukball

Boxe
cardio
10H-12H

Aviron
9h30- 11h00

mercredi

7

9H30 - 15H30

Golf 10h15-
12H15

Aviron
9h30- 11h00

CAE
14h-15H30

**Course
d'orientation
10H-12H

Kangoo-
jump
10H-12H

***VTC
10H-12H

CAE
animation
écologique
14h-15H30

jeudi

8

9H30 - 15H30

**Course
d'orientation
10H-12H

Marche
nordique
10H-12H

Padel
10H-12H

Accrobranche
10h30 -13h00

vendredi

9

9H30 - 16H

Activités sur inscription obligatoire, dans la limite des places disponibles,

Activités à partir de 9 ans, sauf restrictions suivantes :

*A partir de 14 ans **Entre 9 et 15 ans,

*** A partir de 13 ans (activité VTC vélos fournis)

(1)Baby ski :DE 2 À 10 ANS (max 35kg et 38 de pointure)

Attestation de "savoir-nager" obligatoire

Les activités auront lieu dans le respect des gestes barrières.

JUILLET 2021

SEMAINE DU 12 AU 16 JUILLET
Parc de Choisy

lundi
12

9H30 - 16H30

mardi
13

9H30 - 15H30

mercredi

14

9H30 - 12H00

jeudi
15

9H30 - 12H

vendredi

16

9H30 - 16H

Tennis

10H-12H

Afrovibe

danses
14h- 16h30

Soft Archery

14h- 16h30

Tennis de

Table

10H-12H

Zumba

18H-20H

Handball

10H-12H

Aviron

9h30- 11h00

Speedminton

14h- 16h30

Accrobranche

10h30 -13h00

Aviron

9h30- 11h00

CAE

animation
écologique
14h-15H30

Tennis

10H-12H
parc du
Tremblay

Boxe

cardio
10H-12H00

Tennis

10H-12H
Parc du
Tremblay

Parcours
combat d'eau
10H-12H

Ultimate

10H-12H

Kangoo-jump

10H-12H

Accrobranche

10h30 -13h00

CAE

animation
écologique
9h30-11H30

Activités sur inscription obligatoire, dans la limite des places disponibles,
Activités à partir de 9 ans, sauf restrictions suivantes :

*A partir de 14 ans **Entre 9 et 15 ans,

(1)Baby ski :DE 2 À 10 ANS (max 35kg et 38 de pointure)

*** A partir de 13 ans (activité VTC vélos fournis)

Les activités auront lieu dans le respect des gestes barrières.

JUILLET 2021

SEMAINE DU 19 AU 23 JUILLET
Parc du Tremblay

CAE et Accrobranche ont lieux sur le parc de Choisy

lundi
19

9H30-20H

Beach tennis
18H-20H

Sport santé *
18h00-20h00

Accrobranche
10h30 - 13h00

CAE
animation
écologique
9h30-11H30
14h- 15h30

mardi
20

10H-20H

Afrovibe
dances
10H-12H

Soft Archery
10H- 12h00

Padel tennis
18h-20h

Mercredi
21

9H30 - 15H30

Golf
10h15-12h15

CAE
animation
écologique
9h30-11H30
14h- 15h30

Tennis
10H-12H
14H-16H
Parc du
Tremblay

Sport santé *
18h00-20h00

jeudi
22

9H30 - 20H

Padel-tennis
18H-20H

beach tennis
18H-20H

CAE
animation
écologique
9h30-11H30
14h- 15h30

vendredi
23

9H30- 20H

Padel-tennis
18H-20H

Beach
18H-20H

Accrobranche
10h30 -13h00

CAE
animation
écologique
9h30-11H30

Activités sur inscription obligatoire, dans la limite des places disponibles,
Activités à partir de 9 ans, sauf restrictions suivantes :

*A partir de 14 ans

**Entre 9 et 15 ans,

***A partir de 13 ans.

Les activités auront lieu dans le respect des gestes barrières.

JUILLET 2021

SEMAINE DU 26 AU 30 JUILLET
Parc du Tremblay

CAE et Accrobranche, Baby-Ski ont lieu au parc de Choisy

lundi
26

9H30 - 20H

Beach tennis
18H-20H

Zumba
18H-20H

Accrobranche
10h30 - 13h00

CAE
animation
écologique
9h30-11H30
14h- 15h30

mardi
27

9H30 - 20H

Zumba
18H-20H

Padel-tennis
18H-20H

CAE
animation
écologique
9h30-11H30
14h- 15h30

Mercredi

28

10H15 - 20H

Golf
10H15-12H15

Sport santé *
18h00-20h00

Tennis
10H-12H

CAE
animation
écologique
14h- 15h30

jeudi
29

9H30 - 20H

Padel-tennis
18H-20H

beach tennis
18H-20H

CAE
animation
écologique
9h30-11H30
14h- 15h30

vendredi

30

10H00- 20H

Padel-tennis
18H-20H

Beach-tennis
18H-20H

Accrobranche
10h30 - 13h00

Sport santé *
18h00-20h00

Baby
ski(1)
10H-12H 14H-16H

Activités sur inscription obligatoire, dans la limite des places disponibles,
Activités à partir de 9 ans, sauf restrictions suivantes :

*A partir de 14 ans **Entre 9 et 15 ans,

(1) Baby ski :DE 2 A 10 ANS (max 35kg et 38 de pointure)

***A partir de 13 ans.

Les activités auront lieu dans le respect des gestes barrières.

AOUT 2021

SEMAINE DU 2 AU 6 Août 2021
Parc du Tremblay

CAE et Accrobranche au Parc de Choisy

lundi

2

10H30 - 20H

Beach tennis
18H-20H

Accrobranche
10h30 -13h00

Zumba
18H-20H

Sport santé *
18h00-20h00

mardi

3

18H - 20H

Padel-tennis
18H-20H

Tennis
10H-12H

Zumba
18H-20H

Mercredi

4

9H30 - 15H30

Golf
10H15-12H15

CAE

animation
écologique
9h30-11H30
14h- 15h30

Zumba
18H-20H

Afrovibe
dances
10h 12h30

Tennis
10H-12H

jeudi

5

9H30-20H

Padel-tennis
18H-20H

CAE

animation
écologique
9h30-11H30
14h- 15h30

beach tennis
18H-20H

vendredi

6

9H30- 20H

Padel-tennis
18H-20H

CAE

animation
écologique
9h30-11H30
14h- 15h30

Beach-tennis
18H-20H

Sport santé *
18h00-20h00

Accrobranche
10h30 -13h00

Activités sur inscription obligatoire, dans la limite des places disponibles,
Activités à partir de 9 ans, sauf restrictions suivantes :

*A partir de 14 ans

**Entre 9 et 15 ans,

***A partir de 13 ans.

Les activités auront lieu dans le respect des gestes barrières.

AOUT 2021

SEMAINE DU 9 AU 13 Août 2021
Parc du Tremblay

CAE et Accrobranche ont lieu sur le parc de Choisy

lundi
9

9H30 - 20H

Beach tennis
18H-20H

Zumba
18H-20H

CAE

9h30-11H30
14h- 15h30

Accrobranche
10h30 -13h00

mardi
10

9H30 - 20H

Padel-tennis
18H-20H

Zumba
18H-20H

CAE

animation
écologique
9h30-11H30
14h- 15h30

Mercredi

11

9H30 - 20H00

Golf
10H15-12H15

Sport
santé *
18h00-20h00

CAE

animation
écologique
9h30-11H30
14h- 15h30

Yoga
dynamique
18h00-20h00

jeudi
12

9H30 - 20H

Paddle sur
l'eau

Padel-tennis
18H-20H

Zumba
18H-20H

CAE
animation
écologique
9h30-11H30
14h- 15h30

vendredi

13

9H30- 20H

Padel-tennis
18H-20H

Beach-tennis
18H-20H

CAE

9h30-11H30
14h- 15h30

Sport santé *
18h00-20h00

Accrobranche
10h30 -13h00

Yoga
dynamique
18h00-20h00

Activités sur inscription obligatoire, dans la limite des places disponibles,
Activités à partir de 9 ans, sauf restrictions suivantes :

*A partir de 14 ans

**Entre 9 et 15 ans,

***A partir de 13 ans.

Les activités auront lieu dans le respect des gestes barrières.

AOÛT 2021

SEMAINE DU 16 AU 20 Août 2021
Parc du Tremblay

CAE et accrobranche au parc de Choisy

lundi
16

9H 30- 20H

Beach tennis
18H-20H

Zumba
18H-20H

Accrobranche
10h30 -13h00

CAE
animation
écologique
9h30-11H30
14h- 15h30

mardi
17

18H - 20H

Padel-tennis

Zumba

Yoga
dynamique
18h00-20h00

Mercredi

18

9H30 - 20H00

Zumba
18H-20H

CAE
animation
écologique
9h30-11H30
14h- 15h30

jeudi
19

9H30 - 20H

Padel-tennis
18H-20H

Paddle sur
l'eau

CAE
animation
écologique
9h30-11H30
14h- 15h30

vendredi

20

9H30- 20H

Padel-tennis
18H-20H

CAE
animation
écologique
9h30-11H30
14h- 15h30

Accrobranche
10h30 -13h00

Beach-tennis
18H-20H

Yoga
dynamique
18h00-20h00

Activités sur inscription obligatoire, dans la limite des places disponibles,
Activités à partir de 9 ans, sauf restrictions suivantes :

*A partir de 14 ans

**Entre 9 et 15 ans,

***A partir de 13 ans.

Les activités auront lieu dans le respect des gestes barrières.

AOUT 2021

SEMAINE DU 23 AU 27 Août 2021
Parc du Tremblay

Activités nautiques, CAE et accrobranche au Parc de Choisy

lundi
23

9H30 - 20H

Beach tennis
18H-20H

Zumba

Accrobranche
10h30 -13h00

CAE
animation
écologique
9h30-11H30
14h- 15h30

mardi
24

9H30 - 20H

Padel-tennis
18H-20H

Zumba
18H-20H

CAE
animation
écologique
9h30-11H30
14h- 15h30

Mercredi
25

9H30 - 15H30

Golf
10H15-12H15

CAE
animation
écologique
9h30-11H30
14h- 15h30

jeudi
26

9H30 - 20H

Padel-tennis
18H-20H

beach tennis
18H-20H

Zumba
18H-20H

CAE
animation
écologique
9h30-11H30
14h- 15h30

vendredi
27

9H30- 20H

Padel-tennis
18H-20H

Beach-tennis
18H-20H

Accrobranche
10h30 -13h00

CAE
animation
écologique
9h30-11H30
14h- 15h30

Activités sur inscription obligatoire, dans la limite des places disponibles,
Activités à partir de 9 ans, sauf restrictions suivantes :

*A partir de 14 ans

**Entre 9 et 15 ans,

***A partir de 13 ans.

Les activités auront lieu dans le respect des gestes barrières.
PPG pour Préparation Physique Générale

PARC DE CHOISY



ACCÈS 1 Plaine Nord, PIDS, Chemin des Marais - 94000 Créteil

3 125 avenue de Villeneuve-Saint-Georges - 94600 Choisy-le-Roi

2 4b 6 Plaine Sud, Chemin des Boeufs - 94000 Créteil

TRANSPORTS EN COMMUN Créteil - Pompadour Sucey - Bonneuil Pompadour

PARC DU TREMBLAY



- ④ **SPORT SANTÉ**
- CROSSFIT WORKOUT**
- PADEL-TENNIS**
- TENNIS**
- BADMINTON**
- SOFT ARCHERY**
- NOCTURNE TENNIS ET PADEL** 🌙
- PÉTANQUE**
- ⑤ **GOLF INITIATION**
- ⑦ **YOGA**
- ⑧ **HOVERBOARD**
- ⑨ **COURSE D'ORIENTATION**
- ⑩ **ENTRAÎNEMENT FOOTBALL** ⚽
- ⑪ **ZUMBA**
- BOXE**

ACCÈS ④ 11 boulevard des Alliés - 94500 Champigny-sur-Marne

⑤ ⑦ 33 avenue Jack Gourevitch - 94500 Champigny-sur-Marne

⑧ ⑨ ⑩ ⑪ 161 boulevard Stalingrad - 94500 Champigny-sur-Marne

TRANSPORTS EN COMMUN  **106 110** Fourchette de Champigny

317 116 Parc du Tremblay

101 Polangis

NOS PARTENAIRES

CONSEIL DÉPARTEMENTAL DU VAL-DE-MARNE

VILLE DE PARIS

ASSOCIATION PROFESSION SPORT

GOLF DU PARC DU TREMBLAY

TENNIS ÉVOLUTIF TREMBLAY

MATCH POINT PARIS

ECOPARK ADVENTURES

COMITE DEPARTEMENTAL D'AVIRON

CLUB NAUTIQUE (CNPE)

UFOLEP

USEP

LUCAS FINET COACH SPORT SANTÉ