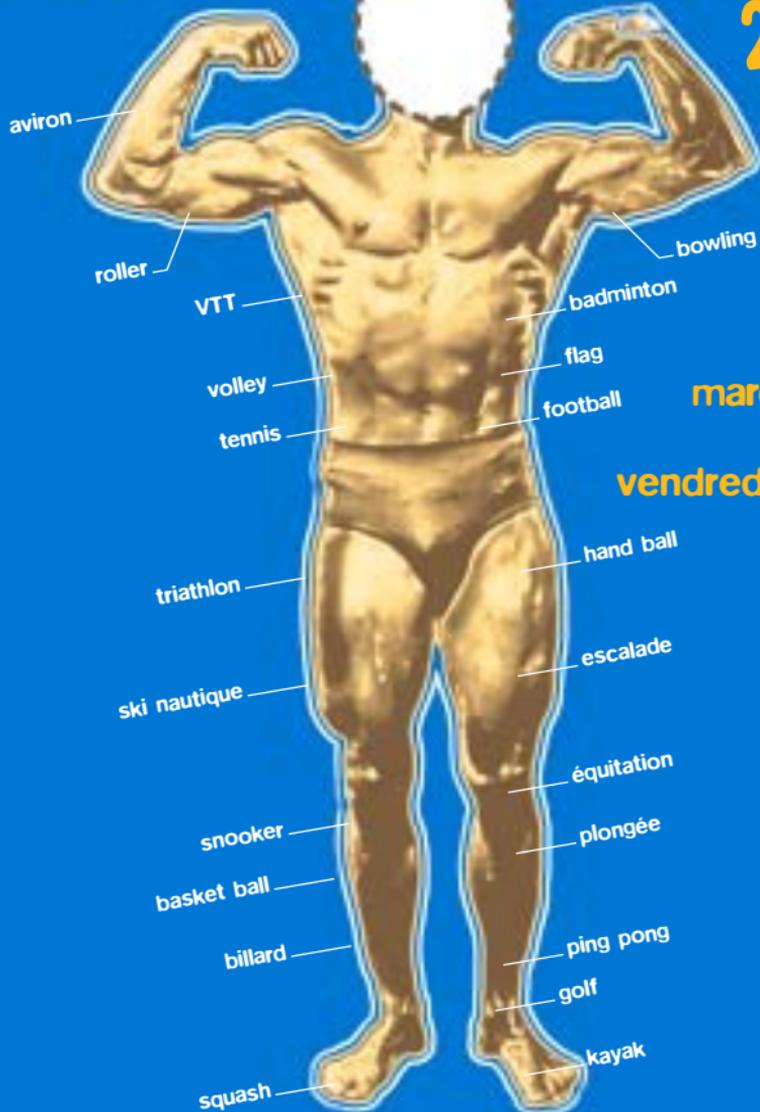


Printemps tonus

2004



du
mardi 13 avril
au
vendredi 23 avril

Vous trouverez dans cette plaquette

- Des infos pratiques sur Tonus
- Le programme des activités jour par jour
- Les adresses des installations sportives
- fiche d'inscription
- Une autorisation parentale
- votre agenda sport vacances

INFOS PRATIQUES

▶ OU SE RENSEIGNER ?

Avant Tonus

Service des sports

Tél. : 01.43.52.22.42

Pendant Tonus

Sur le lieu d'accueil et d'inscription
salle du stade Karman

▶ COMMENT S'INSCRIRE À TONUS ?

Il faut venir à la permanence

(salle du stade Karman)

pour établir la carte Tonus 2004,
obligatoire pour chaque activité.

(Les cartes de Printemps Tonus 2004
sont valables pour juillet 2004).

On vous demandera :

- 1) une photo récente
- 2) une autorisation parentale
(formulaire fourni)
- 3) 3,10 € pour l'inscription

On vous donnera une carte Tonus

qui vous permettra :

- 1) de vous inscrire à toutes les activités
Printemps et Été Tonus 2004
- 2) de bénéficier du tarif réduit à
la piscine d'Aubervilliers pendant les
vacances
- 3) d'être assuré en cas d'accident.

INFOS PRATIQUES

► QUAND S'INSCRIRE À TONUS ?

Avant Tonus

Jeudi 8 avril de 16 h à 18 h
à la permanence Tonus,
salle du stade André Karman

Pendant Tonus

Mardi 13 avril de 9 h à 12 h
et tous les jours de 9 h à 10 h
et de 17 h à 18 h

► COMMENT S'INSCRIRE À UNE ACTIVITÉ ?

Bien vérifier si l'activité correspond à votre âge.

- Pour toutes les activités nécessitant une réservation (nombre de places limité), il faudra s'inscrire les jours précédents à la permanence Tonus.
- Aucune inscription sans le paiement correspondant (au détail ou avec la carte forfait).

La carte forfait activités

Pour vous aider à pratiquer de nombreuses activités, nous vous proposons une carte d'activités que vous payez 7 euros et qui vous donne droit à 10 euros d'activités.

Vous pourrez la renouveler autant de fois que vous le souhaitez.

► **MARDI 13 AVRIL**

INSCRIPTIONS

De 9 h à 12 h salle du stade Karman

PASSAGE DU BREVET DE NATATION obligatoire pour la plupart des activités nautiques

Inscriptions à l'avance

RV : 9 h 30 à la permanence

Gratuit

SPORTS DE RAQUETTE

Choix entre le tennis, le badminton et le tennis de table

RV : 9 h 30 à la permanence

Gratuit

VTT : initiation et perfectionnement

Test obligatoire avant les sorties en forêt

RV : 13 h 30 à la permanence Tonus

Participation : 1 euro

SPORTS COLLECTIFS : basket, hand...

RV : 14 h à Manouchian

Gratuit

GOLF : initiation

Inscriptions à l'avance

RV : 13 h 30 stade Karman

Gratuit

BOXE : catégorie 10-13 ans

RV : 13 h 30 salle de boxe Jean Martin

Gratuit

MERCREDI 14 AVRIL

VTT : sortie à la journée

Pour les 14-17 ans

Inscriptions à l'avance

Prévoir un pique-nique

RV : 9 h 30 à la permanence Tonus

Participation : 2 euros

PASSAGE DU BREVET DE NATATION

Inscriptions à l'avance

RV : 9 h 30 à la permanence Tonus

Gratuit

ESCALADE : initiation

Inscriptions à l'avance

RV : 9 h 30 à la permanence Tonus

Prévoir deux tickets de bus

Participation : 1 euro

BOWLING

Inscriptions à l'avance

RV : 9 h 30 à la permanence Tonus

Prévoir deux tickets de bus

Participation : 3 euros

HIP-HOP

Deux séances découverte avec un professionnel

RV : 9 h 30 et 13 h 30 à la permanence

Gratuit

ROLLERS : initiation

Inscriptions à l'avance

Matériel fourni mais vous pouvez amener le vôtre

RV : 13 h 30 à la permanence Tonus

Gratuit

GOLF : initiation

Inscriptions à l'avance

RV : 13 h 30 stade Karman

Gratuit

FOOT EN SALLE

Entraînement au gymnase Robespierre

RV : sur place à 14 h

Gratuit

▶ JEUDI 15 AVRIL

KAYAK : initiation en piscine

Inscriptions à l'avance

Savoir nager obligatoirement

Maillot de bain et bonnet obligatoires

RV : 9 h 15 centre nautique

Participation : 1 euro

ESCALADE : initiation

Inscriptions à l'avance

RV : 9 h 30 à la permanence

Prévoir deux tickets de bus

Participation : 1 euro

SPORTS DE RAQUETTE

Choix entre tennis, badminton
et tennis de table

RV : 9 h 30 à la permanence

Gratuit

HIP-HOP

Séance découverte avec un professionnel

RV : 9 h 30 à la permanence

Gratuit

SPORTS COLLECTIFS : basket, hand...

RV : 14h à Manouchian

Gratuit

PATINOIRE

Inscriptions à l'avance

RV : 13 h 30 à la permanence Tonus

Prévoir deux tickets de bus

Participation : 2 euros

VTT : sortie pour les 10-13ans

Inscriptions à l'avance

RV : 13 h 30 à la permanence Tonus

Participation : 1 euro

BOXE : catégorie 14-17 ans

RV : 13 h 30 salle de boxe Jean Martin

Gratuit

▶ VENDREDI 16 AVRIL JOURNÉE TOURNOI DE FOOT À 7

Catégories 10-13 ans et 14-17ans

Inscriptions de 9 h à 9 h 45
au stade Delaune

Durant cette journée des animations
diverses seront proposées aux
participants du tournoi

Participation : 1 euro/joueur

RAFTING : en eau vive

Sur la base de Cergy

Inscriptions à l'avance
Brevet natation obligatoire

Participation : 3 euros

Départ à 9 h impératif du stade
Karman

ÉQUITATION

Centre équestre vers Chantilly

Inscriptions à l'avance

Participation : 3 euros

Départ à 13 h impératif du stade
Karman

STAGE DANSE HIP-HOP

Avec un professionnel

Sur 4 matinées

Horaires de 9 h 30 à 12 h

Participation : 3 euros pour le stage plus un spectacle de danse en soirée préparé par des jeunes

**JOURNÉE BASE DE LOISIRS
DE VERNEUIL**

Kayak et activités diverses

Inscriptions à l'avance

Prévoir un pique-nique

Participation : 3 euros

Départ à 9 h impératif
du stade Karman

**VOITURE - TONNEAU - SIMULATEUR
13 ans et plus**

Dans le cadre de la prévention routière

Inscription à l'avance

RV : 9 h 30 à la permanence Tonus

Participation : 1 euro

SPORTS COLLECTIFS : basket, hand...

RV : 9 h 30 à Manouchian

Gratuit

SQUASH : découverte

Inscription à l'avance

RV : 9 h 30 permanence

Participation : 1 euro

TOURNOI DE PÉTANQUE

Amener son matériel si possible,
sinon il est prêté

Inscriptions de 13 h 30 à 14 h
au square Stalingrad
(à côté de Guy Moquet)

Participation : 1 euro

ESCALADE : initiation

Inscription à l'avance

RV : 13 h 30 permanence

Prévoir deux tickets de bus

Participation : 1 euro

BREVET DE SÉCURITÉ ROUTIÈRE

SCOOTER

2 conditions

* Engagement sur trois demi-journées obligatoirement :

☛ **lundi 19 après-midi**

☛ **mercredi 21 matin**

☛ **mercredi 21 après-midi**

* être titulaire de l'ASSR 1

RV : ils seront affichés
et communiqués aux inscrits
à la permanence.

► MARDI 20 AVRIL

RAFTING : en eau vive

Sur la base de Cergy

Inscriptions à l'avance

Brevet natation obligatoire

Participation : 3 euros

Départ à 9h impératif du stade Karman

PLONGÉE : baptême

Inscriptions à l'avance

RV : 9 h 15 hall de la piscine

Participation : 1 euro

SPORTS DE RAQUETTE

Choix entre tennis, badminton et tennis de table

RV : 9 h 30 à la permanence

Gratuit

SORTIE AU ROLLERPARC

Il faut avoir participé à l'initiation avant

Si possible amener son matériel, sinon il est prêté

Inscriptions à l'avance

Participation : 3 euros

Départ à 13h impératif du stade Karman

ESCALADE : non débutants

Inscriptions à l'avance

RV : 13 h 30 permanence

Participation : 1 euro

GOLF : initiation

Inscriptions à l'avance

RV : 13 h 30 stade Karman

Gratuit

FOOT EN SALLE

Entraînement au gymnase Robespierre

RV sur place à 14 h

Gratuit

BOXE : 14-17ans

RV : 13 h 30 salle de boxe Jean Martin

Gratuit

MERCREDI 21 AVRIL

TOURNOIS DE BADMINTON

sur la journée

10-13 ans au gymnase Guy Moquet

14-17 ans au gymnase Manouchian

Inscriptions : à l'avance

ou sur place de 9 h à 9 h 45

Participation : 1 euro

Remises des récompenses vendredi
au pot final de Tonus

VTT SORTIE À LA JOURNÉE : 14-17 ans

Inscriptions : à l'avance

Prévoir un pique-nique
et des vêtements de pluie

Participation : 2 euros

RV : 9 h 30 permanence

KARTING : 13-16 ans

Dans le cadre de la prévention routière

Inscription : à l'avance

RV : 9 h 15 à Manouchian

participation : 1 euro

BOXE : ENTRAINEMENT FILLES

RV : 10 h salle de boxe Jean Martin

Gratuit

SPORTS COLLECTIFS EXTÉRIEURS

Flag (rugby sans contact), base-ball, thèque...

RV : 14 h stade Karman

Gratuit

ROLLERS

On prête le matériel mais on peut amener le sien

RV : 13 h 30 permanence

Gratuit

► JEUDI 22 AVRIL

KAYAK : initiation en piscine

Inscriptions : à l'avance

Savoir nager obligatoirement

Maillot de bain et bonnet obligatoires

RV : 9 h 15 centre nautique

Participation : 1 euro

GOLF : parcours au stade Karman

Séance d'initiation obligatoire avant

RV : 9 h 30 sur place

Participation : 1 euro

ESCALADE : NON DÉBUTANTS

Inscriptions : à l'avance

RV : 9 h 30 permanence

Participation : 1 euro

JEUX NAUTIQUES

Une dizaine de jeux seront proposés

sur les 3 bassins du centre nautique

Savoir nager et tenue de bain

(maillot et bonnet) obligatoires

Inscriptions : à l'avance ou sur place

de 13 h 15 à 13 h 45

Participation : 1 euro

► VENDREDI 23 AVRIL

PLONGÉE : baptême

Inscriptions : à l'avance

RV : 9 h 15 hall de la piscine

Participation : 1 euro

ÉQUITATION

Centre équestre de Chantilly

Inscriptions : à l'avance

Participation : 3 euros

Départ à 13 h impératif du stade
Karman

JOURNÉE OLYMPIQUE : 10-13 ANS

toute la journée

R. V. : 9 h 15 au Stade du Dr Pieyre

Inscriptions : à l'avance

Gratuit

REMISE DES RÉCOMPENSES

Et pot de clôture de Printemps Tonus

Uniquement pour ceux qui ont leur
carte Tonus

RV : 16 h au stade Karman

► ADRESSES DES INSTALLATIONS SPORTIVES

● Robespierre

21, rue Danielle Casanova

Tél. : 01.48.33.52.74

● Manouchian

41, rue Lécuyer

Tél. : 01.48.33.52.75

● Guy Moquet

rue Edouard Poisson

Tél. : 01.48.33.52.56

● Centre nautique

rue Edouard Poisson

Tél. : 01.48.33.14.32

● Dr Pieyre

139, rue Henri Barbusse

Tél. : 01.48.39.37.26

● Auguste Delaune

35, rue Hélène Cochenec

Tél. : 01.43.52.37.39

● Stade et salle André Karman

19, rue Firmin Gémier

Tél. : 01.48.34.22.71

● Salle de boxe Jean Martin

39, rue Lécuyer

Tél. : 01.43.52.67.45

Service des Sports
31, rue Bernard et Mazoyer
93300 Aubervilliers
Tél. : 01.43.52.22.42

FICHE D'INSCRIPTION

TONUS 2004

Nom

Prénoms

Date de naissance

Adresse

.....

Téléphone domicile

Téléphone Parents Portable

Autorisation parentale obligatoire au verso de cette feuille.

AUTORISATION PARENTALE

Je soussigné (e) M. Mme

Autorise mon enfant

- à participer aux activités organisées par le Service des Sports, dans le cadre de Printemps Tonus.
- A aller et revenir seul (e) aux points de rendez-vous fixés par les organisateurs.
- Autorise les organisateurs à prendre toutes les mesures nécessaires en cas d'urgence médicale.

Fait à aubervilliers, le :

signature des parents

(précédée de la mention « lu et approuvé »)

MON AGENDA PRINTEMPS TONUS

DATE	MATIN	APRES MIDI	NOTES (horaires, réservations)
Mardi 13			
Mercredi 14			
Jeudi 15			
Vendredi 16			

Lundi 19			
Mardi 20			
Mercredi 21			
Jeudi 22			
Vendredi 23			