

MARS 2026

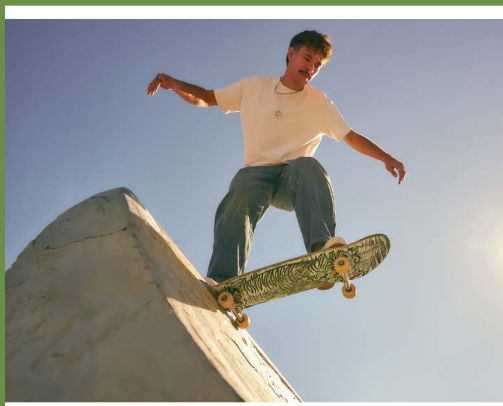
**FESTIVAL DES
ARTS MARTIAUX**

SAMEDI 7 MARS

- Initiation et découverte
 - 14H > 18H** | Gymnase Camus
 - Soirée de gala et démonstration
 - 20H > 22H** | Gymnase Lucan
- Tout public | Sur inscription

AVRIL 2026

**URBAN MANTES
GLISSE**



SAMEDI 18 AVRIL

- Initiation et démonstration de sports de glisse (BMX, skateboard, roller, trottinette)
 - 13H30 > 18H** | Hall Matisse
- À partir de 6 ans | Sur inscription

HANDI-DAY

SAMEDI 25 AVRIL

- Animation handisport (basket-fauteuil, hand-fauteuil, escrime-fauteuil, boccia, cécifoot, torball)

13H30 > 18H

Gymnase Camus et Lucan
Tout public | Sur inscription

MAI 2026

FÊTE DU VÉLO

SAMEDI 16 MAI

13H30 > 18H

Place du marché du Val Fourré
Tout public | Sur inscription

MANT'FIT

SAMEDI 30 MAI

- Compétition de cross-training
- 14H > 18H**

Stade Jean-Paul-David

Tout public | Sur inscription

JUIN 2026

**CONFÉRENCE
SUR LE THÈME DE
LA NUTRITION
SPORTIVE**

VENDREDI 5 JUIN

20H > 22H | Agora

Tout public | Sur inscription

Information

et inscription :

✉ ds@manteslajolie.fr

☎ **01 34 78 99 26**

**1 RENDEZ-VOUS
CHAQUE MOIS
POUR RESTER
EN FORME**

**MANTAIS
SPORT**

NOUVELLE SAISON 2025 > 2026

DÉCOUVRIR INFORMER BOUGER

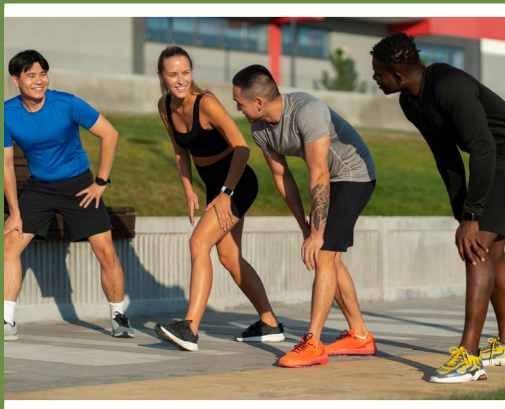
manteslajolie.fr



SEPTEMBRE 2025

TEST DE PRÉPARATION PHYSIQUE

Pour évaluer ses capacités physiques et cardiovasculaires en début de saison sportive.



SAMEDI 20 SEPTEMBRE

- Test cardiovasculaire (VMA)
- Test de force (test 1 RM)

10H > 18H

Stade Jean-Paul-David
Gymnase Lucan et Camus
À partir de 15 ans | Sur inscription
20 places

OCTOBRE 2025

SÉANCES SENIOR

VENDREDI 10 OCTOBRE

- Parcours de motricité et coordination
- Renforcement musculaire autour des gestes du quotidien



9H30 > 11H30

Complexe Sportif Haby Niaré

14H > 16H

Résidence Clérissé

Public Senior | Sur inscription
20 places/séance

NOVEMBRE 2025

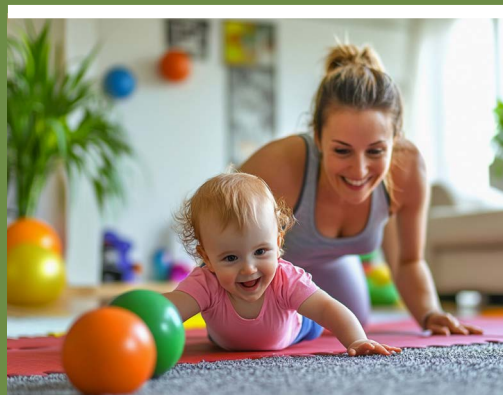
BABY MOUV'

SAMEDI 15 NOVEMBRE

- Apprentissage du mouvement (par les formes, les couleurs et les sons)
- Renforcement musculaire autour des gestes du quotidien
- Espace « vivre dans le monde des grands » pour les parents

14H > 18H

Gymnase Camus
Parents et enfants (de 0 à 3 ans)
Sur inscription



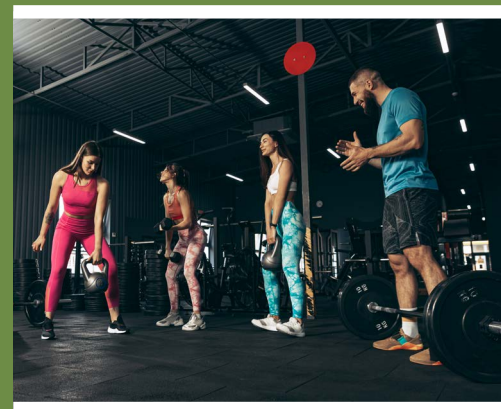
DÉCEMBRE 2025

CONFÉRENCE SUR LE THÈME DE LA PRÉPARATION PHYSIQUE

VENDREDI 5 DÉCEMBRE

20H > 22H | Agora

À partir de 16 ans | Sur inscription



MANTES LIGHT SPORT

SAMEDI 20 DÉCEMBRE

- Animations sportives fluorescentes

18H > 00H

Stade Jean-Paul-David
Gymnase Lucan et Camus
À partir de 3 ans | Sur inscription

PRÉPARATION AU TRAIL URBAIN DE LA GALETTE KIDS

DU 22 AU 26 DÉCEMBRE

14H > 15H | 15H > 16H

Stade Jean-Paul-David
De 6 à 15 ans | Sur inscription
30 places/séance



JANVIER 2026

OLYMPIADES D'HIVER ADAPTÉES

MARDI 20 JANVIER

14H > 17H

Patinoire de Mantes-la-Jolie
Personnes en situation de handicap
Sur inscription | 30 places

FÉVRIER 2026

ESCAPE GAME FAMILY

MERCREDI 25 FÉVRIER

14H > 17H

Départ en centre-ville
À partir de 6 ans | Sur inscription