

La Quinzaine SPORTIVE

SOIREE SPORTS D'OPPOSITION - VENDREDI 31 MAI DE 18H00 À 23H00 - GYMNASSE PIERRE LESPIAT

AIKIDO	Démonstrations et initiations adultes et enfants avec manipulation de sabres (bois et mousse pour les plus petits)
BOXE ANGLAISE	Démonstrations et initiations en boxe anglaise
JC ALMONT	Démonstrations et initiations en judo, self défense et jujitsu brésilien
JC MELUN	Démonstrations et initiations en judo et jujitsu brésilien
ESCRIME	Démonstrations et initiations

JOURNEE DE LA FORME - SAMEDI 8 JUIN DE 9H30 À 19H00 - COMPLEXE SPORTIF JACQUES MARINELLI

AVIRON	Avifit - de 11h00 à 12h00 (au Cercle Nautique)
DIRECTION DES SPORTS	Crossfit - de 17h00 à 19h00
MOBILES ETRES	Pilates - de 9h30 à 10h30 Renforcement cardio - de 10h30 à 11h30 Self défense - de 14h00 à 15h30 Renforcement musculaire - de 13h30 à 14h30 - Stretching de 14h30 à 15h30
STUDIO TK	Zumba - de 9h30 à 10h30 Circuit minceur - de 10h30 à 11h30 Yoga vinyasa - de 11h30 à 12h30
RETRAITE SPORTIVE MVDS	Initiations en gymnastique et Qi Gong pour seniors - de 15h30 à 16h30

JOURNEE FLASH SUR LA PISCINE - SAMEDI 8 JUIN DE 8H30 À 17H00 - PISCINE MUNICIPALE DE MELUN

NATATION	Bébés nageurs - de 8h30 à 10h00 Aquagym - de 11h30 à 12h15
PLONGEE	Baptêmes de plongée et Apnée - de 14h00 à 17h00 Tir sur cible - de 14h00 à 15h00 Baptêmes de Nage en Eau Vive - de 15h00 à 17h00

SE MESURER : TOURNOIS ET CONCOURS

BASKET	Tournoi de basket-ball : samedi 8 juin : catégories U11/U13/U15 dimanche 9 juin : U17/U20 et adultes - de 10h00 à 20h00 - parking de la Piscine municipale
PETANQUE	Concours amical nocturne ouvert à tous - vendredi 14 juin à partir de 18h30 - boulodrome stade Paul Fischer
TENNIS	Tournoi de double ouvert à tous - samedi 8 juin - de 14h00 à 19h00

DECOUVRIR : PORTES OUVERTES ET INITIATIONS

AIKIDO	Porte ouverte pendant les horaires des cours - les lundis, mercredis, vendredis et samedis - gymnase Duvauchelle
ARTS MARTIAUX ET BIEN-ETRE	Porte ouverte Yoga et Tai Chi - jeudi 6 et 13 juin - de 19h00 à 21h00 - Complexe Sportif
BOULES LYONNAISES	Porte ouverte, initiation à la pratique de la boule lyonnaise - mercredi 12 juin - de 14h00 à 16h00 - boulodrome Complexe Sportif
BOXE ANGLAISE	Porte ouverte pour tous - du lundi a vendredi de 18h00 à 20h30 - Complexe Sportif
COQUELICOT BLEU POLE DANCE	Porte ouverte - dimanche 16 juin à 16h45 - Maison Pole Dance, 1 route de Nangis
GYMNASTIQUE	Initiation en gymnastique pour les 15/25 ans - jeudi 13 juin - de 20h00 à 22h00 - gymnase Pierre Lespiat
JUDO JC MELUN	Porte ouverte aux horaires d'ouverture des séances de judo, jujitsu brésilien et fitness - du lundi au samedi - gymnase Duvauchelle
MTB CLUB - VTT	Parcours découverte VTT en forêt de Fontainebleau d'environ 30 kms - dimanche 2 juin de 10h00 à 16h00 - RDV 10h00 sur le parking de la Piscine
RANDONNEURS R. Barthélémy	Randonnée-balade découverte des bords de Seine - dimanche 16 juin - de 9h00 à 16h00 - RDV 9h00 devant le Monument aux Morts quai du Maréchal Joffre
ROLLER	Démonstrations et initiations - samedi 8 juin - de 14h00 à 18h00 - parking de l'Escale
RUGBY	Porte ouverte à partir de 6 ans - mercredi 5 et 12 juin - de 16h00 à 17h30 - stade Jean Bonis
SKI NAUTIQUE	Initiations gratuites pour tous ceux qui n'ont jamais pratiqué le ski nautique auparavant (Classique et Babyski) - samedis 1, 8 et 15 juin - de 10h00 à 18h00 - chemin de Halage
TENNIS DE TABLE	Porte ouverte - mardi 4 et 11 juin - de 18h00 à 20h00 et jeudi 6 et 13 juin - de 17h30 à 22h00 gymnase les Récollets
VOILE	Initiations en voile, catamaran, planche à voile et paddle - dimanche 2 et 9 juin - de 14h00 à 17h00 - Base de loisirs de La Grande-Paroisse

VENIR ENCOURAGER ET APPRECIER

BOULES LYONNAISES	Championnat de Ligue Vétérans en quadrettes - mercredi 5 et jeudi 6 juin - stade Paul Fischer
CROSS DES ECOLES	Cross des Ecoles - vendredi 7 juin de 9h00 à 12h00 - Complexe Sportif
DIRECTION DES SPORTS	Fête de l'école multisports - mercredi 12 juin matin - Complexe Sportif
FOULEES MELUNAISES	39ème Foulées Melunaises - vendredi 07 juin à partir de 20h45 - Melun sud
GYMNASTIQUE	Finale Championnat inter départemental gymnastique féminine - samedi 8 et dimanche 9 juin gymnase Pierre Lespiat
JOUTES NAUTIQUES	Challenge du meilleur Joueur - samedi 8 juin Trophée de la Ville de Melun - dimanche 9 juin - quai de la Courtille
MCO	Grand prix cycliste Jacques Marinelli - mercredi 5 juin à partir de 20h00 - Melun sud
NATATION	Meeting de Natation - vendredi 31 mai et samedi 1er juin - Piscine municipale
SPORT AUTO	25ème Course de côte de Tréchy - dimanche 9 juin - Tréchy
TENNIS	Rencontres Interclubs Nationales hommes et femmes - samedis et dimanches - Tennis Club