



LA SEYNE
SUR MER

ACTIVITÉS SPORTIVES MUNICIPALES

• Ecoles
Municipales
des Sports
(EMS)

• Centre de Loisirs
Adultes Municipal
(CLAM)

• Dispositif
obésité diabète
et maladies chroniques

• Salle
d'escalade
municipale
Roc'en Seyne

DISPOSITIFS SPORTIFS



Ecoles Municipales des Sports (EMS)



Initiations sportives pour les enfants et adolescents de 3 à 14 ans

DÉBUT DES ACTIVITÉS
MERCREDI 09 SEPTEMBRE 2020

INSCRIPTIONS - SAMEDI 5 SEPTEMBRE

de 8h30 à 12h30

CHALET DES SPORTS

101, allée Danielle-Mitterrand
parc Fernand-Braudel - Sablettes

À PARTIR DU LUNDI 7 SEPT.

GUICHET UNIQUE

Espace social Docteur Paul-Raybaud
1, rue Ernest-Renan
04 94 06 97 30



TARIFS

- 20 euros par activité pour les résidents seynois
- 40 euros par activité pour les non résidents seynois

A compter de la deuxième activité l'inscription sera automatiquement placée sur liste d'attente

ACTIVITÉS NAUTIQUES

- Certificat de réussite au test d'aisance aquatique
> effectuer un saut dans l'eau, réaliser une flottaison sur le dos pendant 5 secondes, réaliser une sustentation verticale pendant 5 secondes, nager 20 m sur le ventre, franchir une ligne d'eau ou passer sous une embarcation ou un objet flottant.

À SAVOIR

- Si votre enfant n'est pas inscrit en école publique maternelle ou élémentaire à La Seyne-sur-Mer, dossier guichet unique téléchargeable sur :

WWW.LA-SEYNE.FR + DOCUMENTS
CITÉS DANS CE DOSSIER

ACTIVITÉS EMS

ANNÉE	ACTIVITÉS	LIEUX	JOURS	HORAIRES
2017	BABY GYMNASTIQUE	À DÉFINIR	MERCREDI	10H00-11H00
	BABY GYMNASTIQUE	À DÉFINIR	MERCREDI	11H00-12H00
	BABY GYMNASTIQUE	GYMNASE BAQUET	MERCREDI	10H00-11H00
2016	BABY GYMNASTIQUE	COMPLEXE SPORTIF LÉRY	MERCREDI	10H00-11H00
	BABY GYMNASTIQUE	GYMNASE BAQUET	MERCREDI	11H00-12H00
	ACTIVITÉS D'ÉVEIL SPORTIF (BABY GYMNASTIQUE, JEUX DE MOTRICITÉ ET DE BALLE(S))	À DÉFINIR	MERCREDI	15H00-16H30
	BABY GYMNASTIQUE	COMPLEXE SPORTIF LÉRY	MERCREDI	15H00-16H00
2015	BABY GYMNASTIQUE	À DÉFINIR	MARDI	17H00-18H15
	BABY GYMNASTIQUE BABY TRAMPOLINE	COMPLEXE SPORTIF LÉRY	MERCREDI	11H00-12H00
	ACTIVITÉS D'ÉVEIL SPORTIF (BABY GYMNASTIQUE, JEUX DE MOTRICITÉ ET DE BALLE(S))	À DÉFINIR	MERCREDI	15H00-16H30
	ACTIVITÉS D'ÉVEIL SPORTIF (BABY GYMNASTIQUE, JEUX DE MOTRICITÉ ET DE BALLE(S))	GYMNASE BAQUET	MERCREDI	14H00-15H30
	BABY GYMNASTIQUE RYTHMIQUE	GYMNASE BAQUET	MERCREDI	15H30-17H00
	BABY GYMNASTIQUE	COMPLEXE SPORTIF LÉRY	MERCREDI	15H00-16H00
2014	GYMNASTIQUE	À DÉFINIR	MARDI	17H00-18H15
	TRAMPOLINE	COMPLEXE SPORTIF LÉRY	MERCREDI	10H00-11H00
	ACTIVITÉS PLEIN AIR (ATHLÉTISME, JEUX COLLECTIFS DE BALLE(S))	STADE SCAGLIA	MERCREDI	10H00-11H00
	ACTIVITÉS D'ÉVEIL SPORTIF (BABY GYMNASTIQUE, JEUX DE MOTRICITÉ ET DE BALLE(S))	GYMNASE BAQUET	MERCREDI	14H00-15H30
	GYMNASTIQUE RYTHMIQUE	GYMNASE BAQUET	MERCREDI	15H30-17H00
	ACTIVITÉS GYMNiques	COMPLEXE SPORTIF LÉRY	MERCREDI	14H00-15H00
	2013	GYMNASTIQUE RYTHMIQUE	ESAJ	LUNDI
TRAMPOLINE		COMPLEXE SPORTIF LÉRY	MERCREDI	10H00-11H00
MULTI-SPORTS EN SALLE (BASKET-BALL VOLLEY-BALL FOOTBALL EN SALLE HANDBALL JEUX DE RAQUETTES)		GYMNASE SAUVAT	MERCREDI	9H45-11H45
ACTIVITÉS DE PLEIN AIR (ATHLÉTISME JEUX COLLECTIFS DE BALLE(S))		STADE SCAGLIA	MERCREDI	10H00-11H00
GYMNASTIQUE ARTISTIQUE		À DÉFINIR	MERCREDI	13H30-15H00

	ACTIVITÉS GYMNQUES	COMPLEXE SPORTIF LÉRY	MERCREDI	14H00-15H00
	ESCALADE EN SALLE	COMPLEXE SPORTIF LERY	JEUDI	17H00-18H00
2012	MULTI-SPORTS EN SALLE (BASKET-BALL VOLLEY-BALL FOOTBALL EN SALLE HANDBALL JEUX DE RAQUETTES)	GYMNASE SAUVAT	LUNDI	16H45-18H00
	GYMNASTIQUE RYTHMIQUE	ESAJ	LUNDI	17H00-19H00
	ACTIVITÉS NAUTIQUES (VOILE KAYAK PADDLE)	BASE NAUTIQUE DE SAINT ELME	MERCREDI	10H00-12H00
	TRAMPOLINE	COMPLEXE SPORTIF LÉRY	MERCREDI	11H00-12H00
	MULTI-SPORTS EN SALLE (BASKET-BALL VOLLEY-BALL FOOTBALL EN SALLE HANDBALL JEUX DE RAQUETTES)	GYMNASE SAUVAT	MERCREDI	9H45-11H45
	ACTIVITÉS DE PLEIN AIR (ATHLÉTISME JEUX COLLECTIFS DE BALLE)	STADE SCAGLIA	MERCREDI	11H00-12H00
	TENNIS	COMPLEXE TENNISTIQUE BARBAN	MERCREDI	11H00-12H00
	GYMNASTIQUE ARTISTIQUE	À DÉFINIR	MERCREDI	13H30-15H00
	FOOTBALL / RUGBY	STADE SCAGLIA	MERCREDI	13H30-15H00
	ESCALADE EN SALLE	COMPLEXE SPORTIF LÉRY	JEUDI	17H00-18H00
	EXPRESSION CORPORELLE / DANSE	GYMNASE BAQUET	JEUDI	17H00-18H00
2011	MULTI-SPORTS EN SALLE (BASKET-BALL VOLLEY-BALL FOOTBALL EN SALLE HANDBALL JEUX DE RAQUETTES)	GYMNASE SAUVAT	LUNDI	16H45-18H00
	FOOTBALL EN SALLE	ESAJ	MARDI	17H00-18H00
	GYMNASTIQUE ARTISTIQUE	GYMNASE BAQUET	MARDI	17H00-18H00
	ACTIVITÉS NAUTIQUES (VOILE KAYAK PADDLE)	BASE NAUTIQUE DE SAINT ELME	MERCREDI	10H00-12H00
	ACTIVITÉS DE PLEIN AIR (ATHLÉTISME JEUX COLLECTIFS DE BALLE)	STADE SCAGLIA	MERCREDI	11H00-12H00
	TENNIS	COMPLEXE TENNISTIQUE BARBAN	MERCREDI	10H00-11H00
	VTT	MAISON DE LA PLEINE NATURE - JANAS	MERCREDI	13H30-16H30
	TRAMPOLINE	COMPLEXE SPORTIF LÉRY	MERCREDI	13H00-14H00
	FOOTBALL / RUGBY	STADE SCAGLIA	MERCREDI	13H30-15H00
	ESCALADE EN SALLE	COMPLEXE SPORTIF LÉRY	JEUDI	18H00-19H00
	EXPRESSION CORPORELLE / DANSE	GYMNASE BAQUET	JEUDI	17H00-18H00

2010	FOOTBALL EN SALLE	ESAJ	MARDI	17H00-18H00
	GYMNASTIQUE ARTISTIQUE	GYMNASE BAQUET	MARDI	17H00-18H00
	HANDBALL	SALLE OMNISPORTS BAQUET	MARDI	17H00-18H00
	TENNIS	COMPLEXE TENNISTIQUE BARBAN	MERCREDI	10H00-11H00
	VTT	MAISON DE LA PLEINE NATURE - JANAS	MERCREDI	13H30-16H30
	ACTIVITÉS NAUTIQUES (VOILE KAYAK PADDLE)	BASE NAUTIQUE DE SAINT ELME	MERCREDI	13H30-16H30
	TRAMPOLINE	COMPLEXE SPORTIF LÉRY	MERCREDI	13H00-14H00
	MULTI-SPORTS PLEIN AIR (BASKET-BALL FOOTBALL HANDBALL RUGBY)	STADE SCAGLIA	MERCREDI	15H00-16H30
	ESCALADE EN SALLE	COMPLEXE SPORTIF LÉRY	JEUDI	18H00-19H00
	BASKET-BALL	ESAJ	JEUDI	16H45-18H00
	EXPRESSION CORPORELLE / DANSE	GYMNASE BAQUET	JEUDI	17H00-18H00
2009	GYMNASTIQUE ARTISTIQUE	GYMNASE BAQUET	MARDI	17H00-18H00
	HANDBALL	SALLE OMNISPORTS BAQUET	MARDI	17H00-18H00
	JEUX DE RAQUETTES (BADMINTON TENNIS DE TABLE)	GYMNASE SAUVAT	MARDI	16H45-18H00
	VTT	MAISON DE LA PLEINE NATURE - JANAS	MERCREDI	13H30-16H30
	ACTIVITÉS NAUTIQUES (VOILE KAYAK PADDLE)	BASE NAUTIQUE DE SAINT ELME	MERCREDI	13H30-16H30
	ESCALADE EN SALLE	COMPLEXE SPORTIF LÉRY	MERCREDI	15H30-16H30
	ATHLÉTISME	STADE SCAGLIA	MERCREDI	13H30-15H00
	MULTI-SPORTS PLEIN AIR (BASKET-BALL FOOTBALL HANDBALL RUGBY)	STADE SCAGLIA	MERCREDI	15H00-16H30
	BASKET-BALL	ESAJ	JEUDI	16H45-18H00
	VOLLEY-BALL	SALLE OMNISPORTS BAQUET	JEUDI	17H00-18H00
	TRAMPOLINE	COMPLEXE SPORTIF LÉRY	JEUDI	17H00-18H00
2008	JEUX DE RAQUETTES (BADMINTON / TENNIS DE TABLE)	GYMNASE SAUVAT	MARDI	16H45-18H00
2007	ESCALADE EN SALLE	COMPLEXE SPORTIF LÉRY	MERCREDI	16H30-17H30
2006	ATHLÉTISME	STADE SCAGLIA	MERCREDI	13H30-15H00
	VOLLEY-BALL	SALLE OMNISPORTS BAQUET	JEUDI	17H00-18H00
	TRAMPOLINE	COMPLEXE SPORTIF LÉRY	JEUDI	17H00-18H00

INSCRIPTIONS
*** GUICHET UNIQUE EN COURS D'ANNÉE**
 Espace social Docteur Paul-Raybaud
 1, rue Ernest-Renan
 04 94 06 97 30
TARIFS : 20 euros la semaine
 pour les résidents seynois
40 euros la semaine
 pour les non résidents seynois

VACANCES DE TOUSSAINT 2020

Semaine du lundi 19 au vendredi 23 octobre

- ESCALADE 9h-10h30
 enfants nés en 2007-2008

- ESCALADE 15h-16h30
 enfants nés en 2009-2010

- ACTIVITES NAUTIQUES* 9h-12h
 enfants nés en 2011-2012-2013
 (*fournir le test d'aisance aquatique)

- VTT J'apprends à faire du VTT
 13h30-15h enfants nés en 2012-2013

- VTT J'apprends à faire du VTT
 15h-16h30 enfants nés en 2010-2011

- VTT 9h-12h
 enfants nés en 2007-2008-2009
 (Pré-requis : savoir faire du vélo)

- GYMNASTIQUE ARTISTIQUE
 9h-10h30 enfants nés en 2013-2014

Semaine du lundi 26 au vendredi 30 octobre

- GYMNASTIQUE ARTISTIQUE
 9h-10h30 enfants nés en 2009-2010-2011

- GYMNASTIQUE RYTHMIQUE
 10h30-12h
 enfants nés en 2011-2012-2013

- TENNIS 9h-10h30
 enfants nés en 2010-2011-2012

- MULTISPORTS 9h-10h30
 enfants nés 2009-2010-2011

- TRAMPOLINE 15h-16h30
 enfants nés en 2012-2013-2014

- BABY GYMNASTIQUE BABY
 TRAMPOLINE 15h-16h30 enfants nés
 en 2014-2015

VACANCES D'HIVER 2021

Semaine du lundi 22 au vendredi 26 février

- ESCALADE 9h-10h30
 enfants nés en 2013-2014

- ESCALADE 15h-16h30
 enfants nés en 2011-2012

- BABY GYMNASTIQUE 15h-16h30
 enfants nés en 2015-2016

- GYMNASTIQUE ARTISTIQUE
 9h-10h30
 enfants nés en 2010-2011-2012

- VTT 13h30-16h30
 enfants nés en 2008-2009
 (Pré-requis : savoir faire du vélo)

Semaine du lundi 1er au vendredi 5 mars

- ACTIVITES GYMNiques
 15h-16h30
 enfants nés en 2011-2012-2013

- TRAMPOLINE 15h-16h30
 enfants nés en 2009-2010

- ACTIVITES NAUTIQUES* 9h-12h
 enfants nés en 2008-2009-2010
 (*fournir le test d'aisance aquatique)

- MULTISPORTS 9h-10h30
 enfants nés 2012-2013

- FOOTBALL EN SALLE 15h-16h30
 enfants nés 2009-2010

VACANCES DE PRINTEMPS 2021

Semaine du lundi 26 au vendredi 30 avril

- ESCALADE 9h-10h30
 enfants nés en 2011-2012

- ESCALADE 15h-16h30
 enfants nés en 2013-2014

- BABY GYMNASTIQUE 9h-10h30
 enfants nés en 2015-2016

- GYMNASTIQUE ARTISTIQUE
 15h-16h30 enfants nés en 2012-2013

STAGES SPORTIFS PETITES ET GRANDES VACANCES

- ACTIVITES NAUTIQUES* 9h-12h
 enfants nés en 2006-2007-2008
 (*fournir le test d'aisance aquatique)

- ACTIVITES NAUTIQUES* 9h-12h
 enfants nés en 2009-2010
 (*fournir le test d'aisance aquatique)

- VTT 9h-12h enfants nés en 2010-2011
 (Pré-requis : savoir faire du vélo)

Semaine du lundi 3 au vendredi 7 mai

- TRAMPOLINE 9h-10h30
 enfants nés en 2011-2012-2013

- COURSE D'ORIENTATION 9h-10h30
 enfants nés en 2010-2011-2012

- TENNIS 15h-16h30
 enfants nés en 2007-2008-2009

- MULTISPORTS 9h-10h30
 enfants nés 2012-2013

VACANCES D'ETE 2021

Semaine du lundi 12 au samedi 17 juillet

(mercredi 14 juillet férié)
 - ACTIVITES NAUTIQUES* 9h-12h
 enfants nés en 2006-2007-2008
 (*fournir le test d'aisance aquatique)

Semaine du lundi 19 au vendredi 23 juillet

- ACTIVITES NAUTIQUES* 9h-12h
 enfants nés en 2012-2013
 (*fournir le test d'aisance aquatique)

Semaine du lundi 26 au vendredi 30 juillet

- ACTIVITES NAUTIQUES* 9h-12h
 enfants nés en 2009-2010
 (*fournir le test d'aisance aquatique)

Semaine du lundi 02 au vendredi 06 août

- ACTIVITES NAUTIQUES* 9h-12h
 enfants nés en 2011-2012
 (*fournir le test d'aisance aquatique)

Semaine du lundi 9 au vendredi 13 août

- ACTIVITES NAUTIQUES* 9h-12h
 enfants nés en 2008-2009
 (*fournir le test d'aisance aquatique)

Semaine du lundi 16 au vendredi 20 août

- ACTIVITES NAUTIQUES* 9h-12h
 enfants nés en 2010-2011
 (*fournir le test d'aisance aquatique)

DISPOSITIFS SPORTIFS



Centre de Loisirs Adultes Municipal (CLAM)

Activités physiques axées sur le bien-être à partir de 18 ans

DÉBUT DES ACTIVITÉS
LUNDI 07 SEPTEMBRE 2020

INSCRIPTIONS • SAMEDI 5 SEPTEMBRE
de 8h30 à 12h30
CHALET DES SPORTS
101, allée Danielle-Mitterrand
parc Fernand-Braudel - Sablettes

• À PARTIR DU LUNDI 7 SEPT.
GUICHET UNIQUE
Espace social Docteur Paul-Raybaud
1, rue Ernest-Renan
04 94 06 97 30



TARIFS

- 75 euros pour les résidents seynois
- 100 euros pour les non résidents
- + 3 euros de frais de dossier

À FOURNIR

- Dossier d'inscription dûment rempli
- Attestation de responsabilité civile
- Certificat médical
- Justificatif de domicile
- Photo d'identité

À SAVOIR

Les activités liées au dispositif obésité, diabète et maladies chroniques sont soumises à des conditions particulières. Se renseigner auprès de la direction des sports.

ACTIVITÉS CLAM

ACTIVITÉS	LIEUX	JOURS	HORAIRES
REMISE EN FORME	PARC DE LA NAVALE	LUNDI	9H00-11H00
REMISE EN FORME (PILATES)	SALLE DE SPORTS L'HERMINIER	LUNDI	17H00-18H00
REMISE EN FORME (PILATES)	SALLE DE SPORTS L'HERMINIER	LUNDI	18H00-19H00
REMISE EN FORME (PILATES)	MAISON BOUVET	MARDI	8H00-9H00
REMISE EN FORME (PILATES)	MAISON BOUVET	MARDI	15H30-16H30
REMISE EN FORME	PARC DE LA NAVALE	JEUDI	9H00-11H00
REMISE EN FORME (GYM DOUCE)	MAISON BOUVET	JEUDI	15H30-16H30
REMISE EN FORME (PILATES)	MAISON BOUVET	VENDREDI	8H00-9H00
REMISE EN FORME (PILATES)	MAISON BOUVET	VENDREDI	10H00-11H00
REMISE EN FORME	CHALET DES SPORTS	MARDI	9H00-11H00
REMISE EN FORME	CHALET DES SPORTS	VENDREDI	9H00-11H00
GYM TONIQUE	GYMNASE SAUVAT	LUNDI	12H15-13H15
	GYMNASE BAQUET	MARDI	12H15-13H15
	GYMNASE BAQUET	MARDI	18H00-19H00
	GYMNASE BAQUET	JEUDI	12H15-13H15
	GYMNASE BAQUET	JEUDI	18H00-19H00
	GYMNASE SAUVAT	VENDREDI	12H15-13H15
TENNIS ACCÈS LIBRE SUR RÉSERVATION SANS ENCADREMENT	COMPLEXE TENNIS-TIQUE BARBAN	LUNDI	ENTRE 12H ET 16H
	COMPLEXE TENNIS-TIQUE BARBAN	VENDREDI	ENTRE 12H ET 16H
RANDONNÉE	FORÊT DE JANAS	LUNDI	14H00-16H30
RANDONNÉE JOURNÉE	DÉPART STADE MARQUET	MARDI	9H00-17H00
RANDONNÉE	FORÊT DE JANAS	MERCREDI	10H00-12H30
RANDONNÉE SPORTIVE	DÉPART STADE MARQUET	JEUDI	9H00-17H00
RANDONNÉE À THÈME Δ UNIQUEMENT LE DERNIER VENDREDI DE CHAQUE MOIS	DÉPART STADE MARQUET	VENDREDI	9H00-17H00
MARCHE AQUATIQUE COTIÈRE (MAC)	BASE NAUTIQUE DE SAINT ELME	MARDI	11H00-12H00
MUSCULATION	ACCÈS LIBRE SALLE DELFINO	MARDI	ENTRE 9H ET 12H
MUSCULATION (PRÉVENTION SANTÉ)	SALLE DELFINO	MERCREDI	10H00-12H00

ACTIVITÉS

DISPOSITIF OBÉSITÉ, DIABÈTE ET MALADIES CHRONIQUES

ACTIVITÉS	LIEUX	JOURS	HORAIRES
MARCHE / MARCHE AQUATIQUE CÔTIÈRE	CHALET DES SPORTS	LUNDI	9H00-11H00
MUSCULATION ET GYM D'ENTRETIEN ACCÈS LIBRE AVEC ENCADREMENT	SALLE DELFINO	LUNDI	ENTRE 9H00 ET 11H30
	SALLE DELFINO	LUNDI	ENTRE 14H00 ET 16H30
	SALLE DELFINO	MARDI	ENTRE 14H00 ET 19H00
	SALLE DELFINO	MERCREDI	ENTRE 14H00 ET 16H30
	SALLE DELFINO	JEUDI	ENTRE 9H00 ET 11H30
	SALLE DELFINO	JEUDI	ENTRE 14H00 ET 19H00
	SALLE DELFINO	VENREDI	ENTRE 14H00 ET 16H30



DISPOSITIFS SPORTIFS



Salle d'escalade municipale Roc'en Seyne

Ouverte
à tous les publics
à partir de 6 ans

(les mineurs doivent être
accompagnés d'un adulte
responsable compétent
en escalade)

DU LUNDI 7 SEPTEMBRE 2020
AU VENDREDI 25 JUIN 2021

HORS VACANCES SCOLAIRES

- De 17h à 22h du lundi au vendredi
 - de 14h30 à 19h le samedi
 - de 12h à 14h uniquement le jeudi
- DURANT LES VACANCES SCOLAIRES
- de 15h à 21h du lundi au vendredi
 - de 14h30 à 19h le samedi
(sauf Noël, deuxième semaine
des vacances de printemps, été)



APPRENDRE À ASSURER
ET/ OU À GRIMPER

• Cours à l'autonomie

Tous les vendredis
de 17h30 à 19h30

• Cours à thème

Les lundis ou mercredis
de 17h30 à 19h30

RÉSERVATION DES COURS
À L'ACCUEIL DE LA SALLE
OU PAR TÉLÉPHONE

FORMULES

FORMULES	RESIDENT SEYNOIS*		NON RESIDENT SEYNOIS	
	PLEIN TARIF	Tarif réduit Mineurs et étudiants*	PLEIN TARIF	Tarif réduit Mineurs et étudiants*
SÉANCE	5,00 €	4,00 €	8,00 €	7,00 €
CARTE de 10 séances	40,00 €	30,00 €	60,00 €	50,00 €
ABONNEMENT ANNUEL	180,00 €	150,00 €	280,00 €	250,00 €
ACCOMPAGNATEUR (assureur uniquement)	2,00 €		3,00 €	
LOCATION				
CHAUSSENS	2,00 €		3,00 €	
BAUDRIER ET/OU SYSTÈME D'ASSURAGE	2,00 €		3,00 €	

INFOS

www.la-seyne.fr

(rubrique "sport" puis cliquer sur Roc' en Seyne ou salle d'escalade municipale)

09 63 60 02 39

roc.en.seyne@la-seyne.fr

26, chemin départemental de La Seyne à Ollioules

83500 La Seyne-sur-Mer

DISPOSITIFS SPORTIFS



DOCUMENT NON CONTRACTUEL - PROGRAMME SUSCEPTIBLE DE MODIFICATIONS

DIRECTION DES SPORTS

15, rue Jules-Guesde

04 94 06 95 87 / sports@la-seyne.fr

www.la-seyne.fr



Toute l'actualité sportive
municipale sur Facebook
"la seyne Sports"



SERVICE COMMUNICATION - REPROGRAPHIE - AOUT 2020