



PROGRAMME DES
VACANCES D'ÉTÉ

**Du 8 juillet
au 2 août 2019**

Activités pour
les ados

Mayenne Communauté

ADOS'
COM

Alexain, Aron, Belgeard,
Champéon, Charchigné,
Commer, Contest, Grazay,
Hardanges, Jublains,
La Bazoge-Montpinçon,
La Chapelle-au-Riboul, La Haie-Traversaine,
Lassay-les-Châteaux, Le Horps,
Le Housseau-Brégnolles, Le Ribay,
Martigné-sur-Mayenne, Mayenne,
Montreuil-Poulay, Moulay,
Parigné-sur-Braye, Placé,
Rennes-en-Grenouille, Sacé,
Saint-Baudelle,
Sainte-Marie-du-Bois,
Saint-Fraimbault-de-Prières,
Saint-Georges Buttavent,
Saint-Germain d'Anxure,
Saint-Julien-du-Terroux,
Thuboeuf



MAYENNE
communauté

Un service commun pour la jeunesse

32 communes représentées

Ados'Com

Un service de Mayenne Communauté qui propose des activités aux ados du CM2 jusqu'au lycée.

19 communes adhèrent à ce service, dont Mayenne.

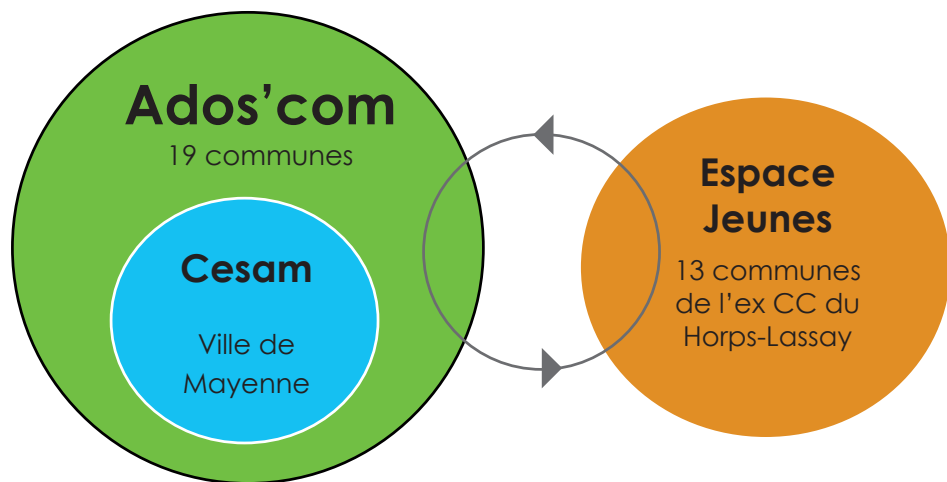
Cesam

Un service de la Ville de Mayenne, qui propose des activités aux ados de Mayenne à partir du CM2. Il est désormais complètement intégré dans Ados'Com

Espaces Jeunes

Un service de Mayenne Communauté qui propose des activités aux ados du collège jusqu'au lycée.

13 communes adhèrent à ce service, basé à Lassay-les-Châteaux



Principe 1 : tous les jeunes, quelle que soit leur commune d'origine, ont accès à toutes les activités Ados'com, Espace jeunes et Césam.

Principe 2 : Priorité est donnée aux jeunes résidant la commune d'accueil des activités.

Principe 3 : Les modalités d'inscription sont les mêmes pour tous, ainsi que les tarifs des activités.

Ados' com qu'est-ce que c'est ?

C'est un service animation pour les jeunes (de la 6^e à leurs 17 ans) qui se déplace dans les communes adhérentes : l'ensemble des communes de Mayenne Communauté, à l'exception de Marcellé-la-Ville. Ces dernières ont en effet souhaité mutualiser des moyens pour offrir des temps d'animation encadrés à leurs jeunes habitants. Afin de bénéficier d'un pilotage cohérent, c'est Mayenne Communauté qui assure l'organisation.

Accessibilité

Les activités sont accessibles à tous les jeunes habitants des 32 communes adhérentes, s'étant acquittés de la cotisation annuelle de 10 €. Les adolescents peuvent participer à une ou plusieurs activités de leurs choix quelle que soit la commune dans laquelle l'animation est prévue. Les parents doivent cependant les emmener.

Transports exceptionnels :

Certaines activités nécessitent un déplacement en car ou en minibus. Dans les deux cas, la précision vous est notée dans le descriptif de l'activité.

Ordre de priorité

Afin de garantir un accès équitable aux activités les plus demandées, un ordre de priorité a été arrêté. Ce dernier est valable pour toutes les inscriptions faites sur la semaine de pré-inscription (**entre le 12 et le 19 juin**)

Sont prioritaires :

- 1- les jeunes souhaitant participer à d'autres activités que celles de la liste ci-dessous pendant la même période de vacances
- 2- les jeunes ayant été refusés à une sortie des précédentes vacances
- 3- Les jeunes s'inscrivant qu'à une des activités listées
- 4- Par ordre chronologique d'inscription

Après la semaine de pré-inscriptions les jeunes peuvent compléter les places disponibles jusqu'à la veille de l'activité.

Infos et inscriptions :

François Richard

adoscom@mayennecommunaute.fr

 [adoscom jeunesse](https://www.facebook.com/adoscom.jeunesse)

Attention, toutes les activités ont une capacité d'accueil limitée ! Il est par conséquent indispensable de vous inscrire au préalable !

● Modalités d'inscription ●

Pour vous inscrire aux activités :

- par mail à adoscom@mayennecommunaute.fr
- sur Facebook : [adoscom jeunesse](#)

Si c'est ta première inscription à Ados'Com :

- imprime le dossier d'inscription reçu ou téléchargé sur le blog
- retourne les documents suivants au service Ados'Com de Mayenne Communauté ou aux animateurs lors de la première activité :
 - le dossier d'inscription complété
 - le règlement de la cotisation annuelle valable pour l'année civile : 10 €

● Pré-inscription ●

Les pré-inscriptions débutent à partir du mardi 12 juin, jusqu'au mercredi 19 juin. C'est le moment où les jeunes peuvent communiquer auprès d'Ados'Com les activités auxquelles ils souhaitent participer.

● Inscription définitive ●

La confirmation des inscriptions aura lieu le lundi 24 juin.

La confirmation d'inscription est réalisée par Ados'Com à la suite de la pré-inscription. Ados'Com envoie un mail à chaque jeune retenu pour préciser à quelle(s) activité(s) il pourra participer en fonction des demandes et des places disponibles.

Les jeunes de la commune sur laquelle une activité est proposée seront prioritaires sur celle-ci s'ils s'inscrivent entre le 12 et le 19 juin.

IMPORTANT :

Les plages horaires de 13h30 à 14h et de 17h à 17h30 sont des temps d'accueil sur lesquels vous pouvez amener ou récupérer les jeunes.

Les jeunes souhaitant participer à un après-midi suivi d'une veillée peuvent rester sur le lieu d'accueil encadrés par les animateurs. À cet effet, veuillez prévenir le service lors de l'inscription.

● Paiement et tarifs ●

Une **cotisation annuelle de 10 €** permet de participer à toutes les activités proposées par le service Ados'com durant l'année civile.

Une **participation supplémentaire** est demandée lorsque le repas est pris en charge par le service ou lorsqu'une **sortie avec prestation extérieure** est programmée. Ce supplément est précisé sur chaque programme.

Afin de garantir un accès à tous, Ados'com en partenariat avec la Caf vous propose une tarification modulée en fonction de votre Quotient Familial (QF) :

- T1 : tarif pour les QF < 800 €
- T2 : tarif pour les QF entre 800 € et 1200 €
- T3 : tarif pour les QF > ou égal à 1200 €

Pour bénéficier du tarif 1 ou 2, vous devrez fournir une attestation de votre QF que la CAF ou la MSA vous aura fournie.

Tarif spécifique pour les stages à la semaine proposés à Mayenne

Un tarif spécifique est appliqué pour cette semaine « stage », évolutif en fonction de vos revenus, auquel il faut ajouter la cotisation annuelle de 10 € :

Tarif à la semaine	Stage	+ option 3 matins
T1 - QF < 800 €	20 €	32 €
T2 - 800 € < QF < 1200 €	22,50 €	36 €
T3 - QF > 1200 €	25 €	40 €

Le paiement des activités se fera auprès du service Ados'com à réception d'une facture envoyée par mail après chaque période de vacances. Espèce, chèque et ticket CAF sont acceptés.

● À la carte ● Semaine du 8 au 12 juillet ●

	Lundi 8	Mardi 9	Mercredi 10	Jeudi 11	Vendredi 12
Après-midi	1 Parc Asterix A partir de la 4 ^e	2 Atelier cirque Mayenne	5 Sortie Archery tag à Forcé	9 En plein air Mayenne	14 « Mayenne Express » Mayenne
		3 Graffiti et grominet Saint-Baudelle	6 Créajeux La Bazoge Montpinçon	10 Piscine Alexain	15 Kayak La Haie Traversaine
		4 Rando Géocaching Saint-Fraimbault-de-Prières	7 Vélo terroir Sacé	11 Multisports déjanté Grazay	16 Escalade Moulay
Soirée			8 Les dénicheurs de talents La Bazoge Montpinçon	12 Burger quizz Mayenne	
				13 Buzz-it Alexain	

Retrouver le « stage à la semaine » qui a lieu à Mayenne pour les jeunes de la sortie de CM2 à la 5^e en pages 16 à 23

1 **Lundi 8 juillet / Parc Asterix**

De 5 h à 23h45

T1 : 15 € / T2 : 17,50 € / T3 : 20 €

Jeunes scolarisés en 4^e et plus au 1^{er} semestre 2019

Rendez-vous à la [gare routière de Mayenne](#)

Prévoir : sac à dos avec tenue de pluie ou casquette selon la météo annoncée, crème solaire et 2 pique-niques dans des sacs séparés au nom du jeune.

2 **Mardi 9 juillet / Atelier cirque**

De 10h à 17h30

Gratuit avec cotisation

Rendez-vous [au musée du château de Mayenne](#) pour une journée arts du cirque et de la rue encadrée par des professionnels.

Prévoir pique-nique du midi.

3 **Mardi 9 juillet / Graffiti et Grominet**

De 13h30 à 17h30

Gratuit avec cotisation

Rendez-vous au [foyer des jeunes de St Baudelle](#) pour un après-midi créatif : viens découvrir le street art.

4 **Mardi 9 juillet / Rando Géocaching**

de 13h30 à 17h30

Gratuit avec cotisation

Rendez-vous à l'[Église de St Fraimbault](#) avec tes baskets pour une chasse aux trésors le long des sentiers de Lassay-les-châteaux.

5 **Mercredi 10 juillet / Archery tag**

De 13h30 à 18h

T1 : 6 € / T2 : 7 € / T3 : 8 €

Départ de la salle Jules Ferry à Mayenne. Avec ton arc et tes flèches, viens défier les autres aventuriers.

6 **Mercredi 10 juillet / Créajeux**

De 13h30 à 17h30

Gratuit avec cotisation

Après-midi ludique et manuel à la [salle des fêtes de La Bazoge](#).

7 **Mercredi 10 juillet / Vélo terroir**

De 10h à 17h30

Gratuit avec cotisation

Rendez-vous à la [salle des fêtes de Sacé](#) pour une balade à vélo (VTT ou VTC) à la découverte du terroir local (jeux/dégustations).

À prévoir : Vélo, casque, Pique-nique dans un sac à dos, gourde ou bouteille d'eau.

8 **Mercredi 10 juillet / Les dénicheurs de talent**

De 19h à 22h

T1 : 3,5 € / T2 : 4 € / T3 : 4,5 €

[Salle des fêtes de La Bazoge](#) : une veillée, un repas entre copains, un grand jeu d'ambiance. Repas compris.

9 **Jeudi 11 juillet / En plein air**

De 13h30 à 17h30

Gratuit avec cotisation

Rendez-vous à la [ferme de Bras à Mayenne](#) pour des activités de plein air ; slick lane, capture de drapeaux, aigle lion, boa, etc.

10 **Jeudi 11 juillet / Piscine**

De 13h30 à 17h30

Gratuit avec cotisation

Rendez-vous [place de l'église d'Alexain](#). Activités au centre aquatique La Vague à Mayenne. Transport en minibus.

À prévoir : maillot de bain (short interdit), serviette, nécessaire de douche.

11 Jeudi 11 juillet / Multisports déjanté

De 13h30 à 17h30

Gratuit avec cotisation

Rendez-vous au [terrain de football de Grazay](#) en tenue de sport et viens revisiter tes sports préférés.

12 Jeudi 11 juillet / Burgerquizz

De 19h à 22h

T1 : 3,50 € / T2 : 4 € / T3 : 4,50 €

Rendez-vous [aux châteliers à Mayenne](#), qui de l'équipe Mayo ou ketchup saura sortir victorieuse de ce quizz loufoque ? Repas compris.

13 Jeudi 11 juillet / Buzz-it

De 19h à 22h

T1 : 3,50 € / T2 : 4 € / T3 : 4,50 €

Rendez-vous à la [salle des associations d'Alexain](#) pour une veillée quizz à rebondissements.

14 Vendredi 12 juillet / Mayenne express

De 13h30 à 17h30

Gratuit avec cotisation

Rendez-vous à l'entrée du [parc du château de Mayenne](#) pour un grand jeu d'orientation dans la ville.

15 Vendredi 12 juillet / Kayak

De 9h à 17h30

T1 : 6 € / T2 : 6 € / T3 : 8 €

Rendez-vous à [l'église de la Haie Traversaine](#). Descente kayak à la journée au départ de Torchamp. Transport en minibus.

Prévoir : pique-nique, affaires de douche et de change, test anti panique ou brevet de natation.

16 Vendredi 12 juillet / Escalade

De 13h30 à 17h30

T1 : 3 € / T2 : 4 € / T3 : 5 €

Rendez-vous à [l'église de Moulay](#) pour un après-midi escalade encadré par le comité départemental.

À prévoir : tenue de sport et baskets.

● À la carte ● Semaine du 15 au 19 juillet ●

	Lundi 15	Mardi 16	Mercredi 17	Jeudi 18	Vendredi 19
Après-midi	<p>17</p> <p>Foot et step</p> <p>Mayenne</p>	<p>20</p> <p>Futuroscope</p> <p>Sortie de CM2 à la 5^e</p>	<p>21</p> <p>Où est Charly ?</p> <p>Mayenne</p>	<p>24</p> <p>Jeux de plage</p> <p>Carolles (50)</p>	<p>25</p> <p>Crêpes et jeux vidéo</p> <p>Mayenne</p>
	<p>18</p> <p>Alibaba et les 53 voleurs</p> <p>Saint-Baudelle</p>		<p>22</p> <p>Objectif lune</p> <p>Belgeard</p>		
	<p>19</p> <p>Sagamore</p> <p>Grazay</p>		<p>23</p> <p>Cuisto d'avenir</p> <p>Contest</p>		<p>26</p> <p>Martigné-Lanta</p> <p>Martigné-sur-Mayenne</p>

Retrouver le « stage à la semaine » qui a lieu à Mayenne pour les jeunes de la sortie de CM2 à la 5^e en pages 16 à 23

17 Lundi 15 juillet / Foot et step

De 13h30 à 17h30

Gratuit avec cotisation

Rendez-vous à la [salle Gambetta de Mayenne](#) avec une tenue de sport pour des activités qui bougent : step / zumba / acrosport / foot sont au programme.

18 Lundi 15 juillet / Alibaba et les 53 voleurs

De 13h30 à 17h30

Gratuit avec cotisation

Rendez-vous au [foyer des jeunes de Saint-Baudelle](#) pour un grand jeu de bluff et de courses.

19 Lundi 15 juillet / Sagamore

De 13h30 à 17h30

Gratuit avec cotisation

Rendez-vous au [terrain de football de Grazay](#) et en route pour le bois du Tay et un sagamore de folie. Transport en minibus.

20 Mardi 16 juillet / Futuroscope

De 5h à 22h45

Ouvert aux jeunes sortant de CM2 à la 5^e

T1 : 13 € / T2 : 14 € / T3 : 15 €

Rendez-vous à la [gare routière de Mayenne](#). Prévoir : sac à dos avec tenue de pluie ou casquette selon la météo annoncée, crème solaire et 2 pique-niques dans des sacs séparés au nom du jeune.

21 Mercredi 17 juillet / Où est Charly ?

De 13h30 à 17h30

Gratuit avec cotisation

Rendez-vous à l'entrée du [parc du château de Mayenne](#) pour un grand jeu d'enquête interactive dans la ville de Mayenne.

22 Mercredi 17 juillet / Objectif Lune

De 13h30 à 17h30

Gratuit avec cotisation

Rendez-vous à la [salle de l'Orée de Belgeard](#) pour un concours de trucs qui volent.

23 Mercredi 17 juillet / Cuisto d'avenir

De 13h30 à 17h30

Gratuit avec cotisation

Rendez-vous sur le [parking de la mairie de Contest](#). Concours de cuisine par équipes.

24 Jeudi 18 juillet / Jeux de plage

De 8h25 à 19h15

T1 : 6 € - T2 : 7 € - T3 : 8 €

Rendez-vous à la [gare routière de Mayenne](#). Direction Carolles (50) pour une journée plage avec les copains de l'Espace Jeunes.

À prévoir : pique-nique, serviette de plage, crème solaire, maillot de bain, lunettes de soleil et casquette ou chapeau.

25 Vendredi 19 juillet / Crêpes et jeux vidéo

De 13h30 à 17h30

Gratuit avec cotisation

Rendez-vous à la [maison de quartier de Brossolette à Mayenne](#). Après-midi jeux vidéo. Comme un bon après-midi rime avec crêpe party, viens t'amuser et te régaler.

26 Vendredi 19 juillet / Martigné-Lanta

De 13h30 à 17h30

Gratuit avec cotisation

Rendez-vous au [complexe sportif de Martigné](#). Viens participer à ce Koh Lanta revisité rien que pour toi.

● À la carte ● Semaine du 22 au 26 juillet ●

	Lundi 22	Mardi 23	Mercredi 24	Jeudi 25	Vendredi 26
Après-midi	<p>27</p> <p>Kinball et Hockey</p> <p>Mayenne</p>	<p>30</p> <p>Jeu de rôle et bivouac à Lassay-les-Châteaux : la guerre des boutons</p> <p>Lassay-les-Châteaux Départ et retour de Mayenne</p>		<p>31</p> <p>Piscine</p> <p>Mayenne</p>	<p>35</p> <p>Kayak</p> <p>Aron</p>
	<p>28</p> <p>Tu tires ou tu pointes ?</p> <p>Aron</p>			<p>32</p> <p>Piscine</p> <p>Grazay</p>	<p>36</p> <p>Stand'up impro</p> <p>Mayenne</p>
	<p>29</p> <p>Photos chrono</p> <p>Placé</p>			<p>33</p> <p>Escalade</p> <p>Moulay</p>	<p>37</p> <p>Décathlon</p> <p>Parigné-sur-Braye</p>
Soirée				<p>34</p> <p>Pizza blabla</p> <p>Mayenne</p>	

Retrouver le « stage à la semaine » qui a lieu à Mayenne pour les jeunes de la sortie de CM2 à la 5^e en pages 16 à 23

27 Lundi 22 juillet / Kinball et hockey

De 13h30 à 17h30

Gratuit avec cotisation

Rendez-vous à la [salle Robert Buron de Mayenne](#).

À prévoir : tenue de sport

28 Lundi 22 juillet / Tu tires ou tu pointes ?

De 13h30 à 17h30

Gratuit avec cotisation

Rendez-vous au [parc des forges d'Aron](#) pour un tournoi de jeux de cibles (pétanque, mölky, Kubb).

29 Lundi 22 juillet / Photo chrono

De 13h30 à 17h30

Gratuit avec cotisation

Rendez-vous sur la [place de la mairie de Placé](#). Un peu de sens de l'orientation, des photos à réaliser ; c'est après-midi rallye photos.

30 Mardi 23 et mercredi 24 juillet /

Jeu de rôle Bivouac

Du mardi à 13h30 au mercredi à 17h30

T1 : 8 € / T2 : 9 € / T3 : 10 €

Tu aimes le mystère, les challenges, l'aventure et l'inconnu ? Ces deux jours sont faits pour toi. Viens revivre la guerre des boutons dans ce grand jeu de rôle grandeur nature à [Lassay-les-châteaux](#). Jeu préparé par payaso loco. Nuit sous tente.

À prévoir : trousse de toilette, duvet, matelas, vêtements chauds pour le soir.

31 Jeudi 25 juillet / Piscine

De 13h30 à 17h30

Gratuit avec cotisation

Rendez-vous à la [Vague à Mayenne](#). À prévoir : maillot de bain (short interdit), serviette, nécessaire de douche.

32 Jeudi 25 juillet / Piscine

De 13h30 à 17h30

Gratuit avec cotisation

Départ de la [mairie de Grazay](#). Activités au centre aquatique La Vague à Mayenne. Transport en minibus.

À prévoir : maillot de bain (short interdit), serviette, nécessaire de douche.

33 Jeudi 25 juillet / Escalade

De 13h30 à 17h30

T1 : 3 € / T2 : 4 € / T3 : 5 €

Rendez-vous à l'[église de Moulay](#) pour un après-midi escalade encadré par le comité départemental.

À prévoir : tenue de sport et baskets.

34 Jeudi 25 juillet / Pizza blabla

De 19h à 22h

T1 : 3,50 € - T2 : 4 € - T3 : 4,50 €

Pour ou contre les olives sur la margaritta ? Soirée pizza, débats et papotage [aux Châteliers à Mayenne](#).

35 Vendredi 25 juillet / Kayak

De 8h45 à 17h40

T1 : 6 € - T2 : 7 € - T3 : 8 €

Descente kayak à la journée [au départ de Torchamp](#). À prévoir : pique-nique, affaires de douche et de change, test anti panique ou brevet de natation. Transport en minibus.

36 Vendredi 25 juillet / Stand-up impro

De 13h30 à 17h30

Gratuit avec cotisation

Rendez-vous à la [maison de Quartier de l'Angellerie à Mayenne](#) pour le Mayenn'comedy club.

37 Vendredi 25 juillet / Décathlon

De 13h30 à 17h30

Gratuit avec cotisation

Rendez-vous au [terrain de football de Parigné](#) pour 10 défis sportifs.

● À la carte ● Semaine du 29 juillet au 2 août ●

	Lundi 29	Mardi 30	Mercredi 31	Jeudi 1 ^{er}	Vendredi 2
Après-midi	38 Do it yourself Coques de portable et pâte fimo Mayenne	40 Discgolf Volley Commer	43 Lasergame de Laval	46 Wakeboard À la Rincerie	47 Jeux d'eau Saint-Fraimbault-de-Prières
	39 Tournoi du ballon rond Jublains	41 Vis ma vie de pompier Mayenne	44 Chill à la playa La Haie-Traversaine		
Soirée		42 Des blabla au coin du feu Mayenne	45 Casin'o 1000 bornes Saint-Georges Buttavent		

Retrouver le « stage à la semaine » qui a lieu à Mayenne pour les jeunes de la sortie de CM2 à la 5^e en pages 16 à 23

38 Lundi 29 juillet / Do it yourself

De 13h30 à 17h30

Gratuit avec cotisation

Rendez-vous à la [salle de sport Jules ferry de Mayenne](#) pour une activité petites mains. Fabrication de coques de portable décorées selon tes goûts, fabrication de bijoux ou porte-clés en pâte fimo.

39 Lundi 29 juillet / Tournoi de ballon rond

De 13h30 à 17h30

Gratuit avec cotisation

Rendez-vous au [terrain de football de Jublains](#). Activités sportives utilisant un ballon rond.

40 Mardi 30 juillet / Discgolf/volley

De 13h30 à 17h30

Gratuit avec cotisation

Rendez-vous au [terrain de football de Commer](#). Sport mixant l'ultimate et le golf et volleyball sur herbe au programme de cet après-midi.

41 Mardi 30 juillet / Vis ma vie de pompier

De 10h à 17h30

Gratuit avec cotisation

Rendez-vous à la [caserne des pompiers de Mayenne](#). Visite du Centre de Secours Principal, parcours sportifs, lance à eau, premiers secours, viens découvrir les pompiers.

42 Mardi 30 juillet / Blabla au coin du feu

De 19h à 22h

T1 : 3,50 € - T2 : 4 € - T3 : 4,50 €

Papotages et débats enflammés [aux Châteliers](#). Repas compris.

43 Mercredi 31 juillet / Lasergame

De 13h30 à 17h30

T1 : 6 € - T2 : 7 € - T3 : 8 €

Transport en minibus. Départ de la [salle Jules Ferry de Mayenne](#).

44 Mercredi 31 juillet / Chill à la playa

De 13h30 à 17h30

Gratuit avec cotisation

Rendez-vous à l'[église de La Haie-Traversaine](#) puis direction le plan d'eau. Jeux de plage, loups garous, baignade, faniente.

À prévoir : serviette de plage, crème solaire, maillot de bain, lunettes de soleil et casquette ou chapeau.

45 Mercredi 31 juillet / Casin'o1000 bornes

De 19h à 22h

T1 : 3,50 € - T2 : 4 € - T3 : 4,50 €

Rendez-vous à la [salle des fêtes de Saint-Georges Buttavent](#). Au casino tu joueras pour atteindre le premier les 1000 bornes. Jeu d'équipes. Repas compris.

46 Jeudi 1^{er} août / Wakeboard

T1 : 8 € - T2 : 9 € - T3 : 10 €

Rendez-vous à la [gare routière de Mayenne](#) (départ 8h20, retour 17h05) ou au [complexe sportif de Martigné](#) (départ 8h45, retour 16h45). Activité wakeboard et jeux au bord de l'eau sont au programme.

À prévoir : Pique-nique – Maillot de bain – serviette – chaussures fermées – crème solaire – casquette.

47 Vendredi 2 août / Jeux d'eau

De 13h30 à 17h30

Gratuit avec cotisation

Rendez-vous directement à la [plage de St-Fraimbault](#) (13h30) ou à 13h15 [aux châteliers à Mayenne](#). Spongebball, vetriglisse et autres jeux d'eau au programme de ce dernier après-midi.

À prévoir : change qui ne craint pas la salissure, casquette, serviette de bain.

Les stages à la semaine - Mayenne

Inscription à la semaine, du lundi au vendredi, de 13h30 à 18h

Du CM2 à la 3^e

Accueil possible le matin - activités proposées par les animateurs :
les mardi, mercredi et jeudi, de 9h à 13h30, repas compris

Rendez-vous tous les jours au complexe sportif Jules Ferry





Activités proposés par les animateurs le matin : Badminton, hockey, piscine, bracelets, step, ping-pong, visites, cuisine, thèque, film, jeux de société, pétanque, foot, déco, basket, volley, marché de Mayenne...

Tarif spécifique pour les stages à la semaine proposés à Mayenne

Un tarif spécifique est appliqué pour cette semaine « stage », évolutif en fonction de vos revenus, auquel il faut ajouter la cotisation annuelle de 10 € :

Tarif à la semaine	Stage	+ option 3 matins
T1 - QF < 800 €	20 €	32 €
T2 - 800 € < QF < 1200 €	22,50 €	36 €
T3 - QF > 1200 €	25 €	40 €

Les stages à la semaine - Mayenne

Semaine du 8 au 12 juillet - À l'aventure					
	Lundi 8	Mardi 9	Mercredi 10	Jeudi 11	Vendredi 12
Après-midi 14h30 17h30	 Accro- branche à Forcé 8 places	 Accro- branche à Bagnolles de l'Orne 8 places	Archery tag	 Accro- branche à Forcé 8 places	Grand jeu « Mayenne Express »
	 Kayak au fil de l'eau 12 places	 Kayak au fil de l'eau 12 places		 Kayak au fil de l'eau 12 places	
Veillée				Veillée Sagamore aux Châteliers (Buffet froid)	

Stage à l'aventure :

Deux stages sont proposés lundi, mardi et jeudi afin de partir à l'aventure. Que ce soit dans les airs ou sur l'eau, tu devras maîtriser ton environnement. Au choix :

Accrobranche

Viens à Forcé ou à Bagnolles de l'Orne t'accrocher et te suspendre dans les arbres.

Kayak

Prends ta pagaie pour sillonner la Mayenne. Attention, il te faut ton diplôme 50m. Affaires de rechange, serviettes et crème solaire obligatoire.

Le mercredi, un nouveau défi te sera proposé, cette fois-ci, prends-ton arc et tes flèches et viens affronter les autres aventuriers à Forcé lors d'une sortie **Archery Tag**.

Le jeudi, pour continuer à te tester, une veillée Sagamore aux Châteliers est organisée, mets ton confort de côté, cette soirée sera sans pitié...

Le vendredi, pour bien terminer la semaine, participe au grand jeu « Mayenne express », en espérant que tu aies le sens de l'orientation.

Les stages à la semaine - Mayenne

50 Semaine du 15 au 19 juillet - Futurosport

	Lundi 15	Mardi 16	Mercredi 17	Jeudi 18	Vendredi 19
Après-midi 14h30 17h30	Sport US 24 places	Futuroscope Pique nique à prévoir pour le midi et le soir (retour vers 22h)	Sports de raquettes (Bad, tennis de table, tennis)	Sortie à la mer à Carolles (50) Pique nique à prévoir pour le midi	Sports d'opposition (Sumo, lutte, judo) ou Fitness et step

50 Stage Futurosport :

Un stage sportif est proposé, des sports que tu connais, mais des règles qui évoluent... Basket, Badminton ou encore Judo, à quoi ressembleront-ils dans quelques années ?

Le lundi, pars sur des sports US, mets tes baskets et viens jouer au basket, au baseball ou encore à l'ultimate et découvre les nouvelles règles du futur.

Le mardi, un peu de repos avec une sortie Futuroscope, n'oublie pas ton pique-nique pour le midi et le soir, on ne sait pas ce que nous réserve la nourriture du futur...

Le mercredi, oublie tout ce que tu sais sur tes jeux de raquette préférés, tout est chamboulé.

Jeudi, mets ton maillot de bain et pars une journée au bord de mer à Carolles, n'oublie pas ton pique-nique pour le midi également !

Le vendredi, termine la semaine, à toi de choisir, es-tu plutôt opposition et tatami ou fitness et step ?

Les stages à la semaine - Mayenne

Semaine du 22 au 26 juillet - Cook&Roll					
	Lundi 22	Mardi 23	Mercredi 24	Jeudi 25	Vendredi 26
Après-midi 14h30 17h30	51 Top chef 12 places	Grand jeu de rôle à Lassay-les-Châteaux « La guerre des boutons » Départ à 14 h le mardi et retour à 18h le mercredi		51 Top chef 12 places	51 Top chef 12 places
	52 Roller 12 places			52 Roller 12 places	52 Roller 12 places
Veillée		Bivouac à Lassay-les- Châteaux			

Stage Cook&Roll :

Au choix :

51 Top chef

Cette semaine Cook&Roll, tu peux surprendre ton entourage, des recettes inédites qui en surprendront plus d'un, il ne faudra pas oublier ta boîte pour ramener tes petits plats étonnants ...

52 Roller

Enfile ta paire de rollers et glisse sur la piste. Activité encadrée par un éducateur diplômé.

De mardi après-midi à mercredi, 18h : pour pimenter ta semaine, prépare ton sac et viens participer au grand jeu à Lassay-les-Châteaux, « La Guerre des Boutons ».

Les stages à la semaine - Mayenne

Semaine du 29 juillet au 2 août - Équitation, Biathlon, Plongeon

	Lundi 29	Mardi 30	Mercredi 31	Jeudi 1 ^{er}	Vendredi 2
Après-midi 14h30 17h30	53 Équitation 8 places	53 Équitation 8 places	Laser game	53 Équitation 8 places	« Splash attack » Fête de l'eau à la plage de St-Fraimbault
	54 Triado'thlon Vélo 12 places	54 Triado'thlon Vélo 12 places		54 Triado'thlon Vélo 12 places	
Veillée		Veillée Piscine et tortillas (19h - 22h)			

Stage Équitation, Biathlon, Plongeon :

Au choix :

53 Équitation

Enfile tes bottes pour un premier stage équitation, monte en selle et balade-toi à dos de cheval au centre équestre du Hors, bottes et pantalons obligatoires.



54 Triado'thlon

Tu peux également enfourcher ton vélo et prendre ton arc, un stage triado'thlon avec un affrontement final le jeudi t'est proposé.



Mardi soir, une veillée piscine est organisée. Prépare ton sac, viens te baigner et termine la soirée autour d'un bon repas (tortillas).

Le mercredi, j'espère que tu sais également viser avec un laser... Car une sortie Laser Game a lieu.

Le vendredi, « Splash Attack » une journée spéciale fête de l'eau à Saint-Fraimbault va te permettre de finir ta semaine en beauté (et tout mouillé).

Les stages à la semaine - Mayenne

Semaine du 5 au 9 août					
	Lundi 5	Mardi 6	Mercredi 7	Jeudi 8	Vendredi 9
Après-midi 14h30 17h30	55 Brikeau-dékeau 8 places	55 Brikeau-dékeau 8 places	« Plouff » Piscine de Fougères	55 Brikeau-dékeau 8 places	Grand jeu handisport Multiples défis sportifs
	56 Ballon mondeau 16 places	56 Ballon mondeau 16 places		56 Ballon mondeau 16 places	
Veillée				Soirée Barbecue	

Au choix :

55 Brikeau-Dékeau

Fusée à eau. Enfile ta cote du parfait bricoleur pour réaliser la fusée du futur que tu pourras faire voler.

56 Ballon mondeau

Basketball, handball, volley. Mets ton short et tes baskets pour faire du basketball, football, volleyball, handball ...

Le mercredi, Plouff !!! : Plongeurs, tobogans, nage et détente, c'est parti pour un après-midi à la piscine de Fougères. N'oublie pas ton maillot de bain et ta serviette. Retour 18H30 à Jules Ferry.

Mercredi, Goûter parents : Invite tes parents à déguster ta cuisine et tes cocktails. Moments conviviaux garantis.

Le jeudi soir, soirée Sagamore : Après un barbecue, participe à un grand jeu aventure sur le site des chateliers. Fin de la soirée à 22H30 aux chateliers.

Le vendredi, Grand jeu handisport : Grand jeu axé sur le handicap. Tu testeras tous au long de l'après-midi des épreuves en te mettant en situation de handicap (perte d'audition, de la vue, de la parole et de mobilité.)

Les stages à la semaine - Mayenne

Semaine du 12 au 16 août					
	Lundi 12	Mardi 13	Mercredi 14	Jeudi 15	Vendredi 16
Après-midi 14h30 17h30	57 Cow-boys en selle Équitation 8 places	57 Cow-boys en selle Équitation 8 places	57 Cow-boys en selle Équitation 8 places	Fermé	Fermé
	58 Vélo école VTT 16 places	58 Pédalo et jeux Gué de selle 16 places	58 Vélo école VTT 16 places		
Veillée		Soirée Strike (Bowling à Laval)			

Au choix :



57 Cow-boys en selle

Monte, trotte, galope sur les chevaux du centre équestre du horps. Pantalons et bottes obligatoires.



58 Vélo-écolo

Monte sur ta bécane, un parcours différent chaque jour ou tu pourras le long du chemin ramasser dans un sac à dos des détritux. Apporte ton VTT, ta gourde et ton casque.

Le mardi, à l'étang du Gué de selle (départ 14h00). En route pour des courses de pédalos entre copains sur l'étang de Mésanger accompagnées de jeux multiples (capture drapeau, sagamore, sardine, etc).

Mardi soir, Soirée strike : Au bowling à Laval. Pas la peine de fermer un œil pour bien viser les quilles , il suffit de lancer la boule en plein milieu et voilà , STRIKE , c'est gagné !!! Retour 22H30 à la salle Jules Ferry.

Mercredi, Goûter parents : Invite tes parents à déguster ta cuisine et tes cocktails . Moments conviviaux garantis.

Les stages à la semaine - Mayenne

Semaine du 19 au 23 août					
	Lundi 19	Mardi 20	Mercredi 21	Jeudi 22	Vendredi 23
Après-midi 14h30 17h30	59 Dans les airs Acarobranche 8 places	59 Dans les airs Acarobranche 8 places	Zoo de la Flèche Sortie à la journée 32 places	59 Dans les airs Acarobranche 8 places	Grand jeu Ventrigrisse et parcours arrosé
	60 Au cordon bleu Cuisine 12 places	60 Au cordon bleu Cuisine 12 places		60 Au cordon bleu Cuisine 12 places	
	61 Air ball Basket 12 places	61 Air ball Basket 12 places		61 Air ball Basket 12 places	

Au choix :



59 Dans les airs

De liane en liane, de tyrolienne en tyrolienne, viens grimper dans les arbres et faire tous les parcours d'accrobranche. Apporte tenue de sport



60 Au cordon bleu

Hugo le grand chef du restaurant « Au cordon bleu » t'invite 3 après-midis à venir faire de bonnes recettes.



61 Air ball

Dribble, passe et shoot avec tes copains tu vas pouvoir marcher sur les traces de Tony PARKER. N'oublie pas ta tenue de sport.

Le mercredi, Zoo de la Flèche (départ 9h 30) Sortie à la journée dans ce magnifique parc de la Sarthe ou tu pourras admirer de superbes espèces animales, pique-nique (fourni par le restaurant municipal). N'oublie pas ta casquette, un sac à dos et de l'eau. Retour 20H00 Salle Jules Ferry.

Le jeudi, goûter parents

Le vendredi, ventrigrisse géant, de l'eau, du savon, des bulles pour un après-midi mouillé. Maillot de bain, serviette, tee-shirt (lunettes de piscine si possible).

Les stages à la semaine - Mayenne

Semaine du 26 au 30 août					
	Lundi 26	Mardi 27	Mercredi 28	Jeudi 29	Vendredi 30
Après-midi 14h30 17h30	62 Les rois du Ring Boxe 12 places	62 Les rois du Ring Boxe 12 places	Let's go à St-Malo Sortie à la journée 24 places	62 Les rois du Ring Boxe 12 places	Grand jeu Le grand quizz du mois
	63 Eau fil de l'eau Canoë 12 places	63 Eau fil de l'eau Canoë 12 places		63 Eau fil de l'eau Canoë 12 places	
Veillée				Silence on tourne Cinéma Le Vox	

Au choix :

62 Les rois du ring

Viens apprendre les techniques de boxe poings pieds en toute sécurité dans une ambiance musicale (full contact, boxe anglaise, kick boxing, k1). Short et tee-short conseillés, protèges dents fournis

63 Eau fil de l'eau

Brevet des 50 m OBLIGATOIRE. Kayak, pagaye sur la Mayenne avec les moniteurs du club JSPA de Mayenne. Affaires de rechange, serviettes et crème solaire obligatoire.

Le mercredi, Let's go à Saint-malo : (départ 9h30) Bronzette, pique-nique (fourni par le restaurant municipal) sur la plage. Pense à prendre dans ton sac à dos, crème solaire, casquette, serviette de plage.

Le jeudi, Goûter parents : Invite tes parents à déguster ta cuisine et tes cocktails. Moments conviviaux garantis.

Le jeudi soir, silence ça tourne : Installe toi bien dans un fauteuil devant un bon film pour passer une bonne soirée au cinéma Le Vox à Mayenne. Rendez-vous aux parents à la fin de la séance, à la sortie du cinéma à Mayenne.

Le vendredi, Le grand quizz du mois : retour sur tout le mois d'août avec des défis en tout genre, des questions, de la musique, des battles etc

TRANSPORT

Si vous ne pouvez pas emmener vos enfants aux lieux de rendez-vous, des alternatives existent :

Le co-voiturage

Le service ados' com vous envoie la liste des participants pour chaque activité afin de vous permettre d'organiser plus facilement un co-voiturage.

Le transport en commun

Pour les Mayennais, May'bus, le transport en commun de la ville, circule tous les après-midis. Deux bus effectuent de nombreux arrêts partout en ville et se rejoignent sur le quai Devizes. Vous pouvez ainsi facilement traverser la ville. Ce service est gratuit. Vous pouvez trouver les horaires des circuits sur le site internet de la ville de Mayenne ou directement à la Mairie.



May'bus



Transport collectif de la Ville de Mayenne



ADOS'
COM