

9 juillet > 27 août 2025

ANIMATIONS GRATUITES

Stade municipal Jean Adret

Programme

UN  
été

au

STADE



Un été au stade

Direction des sports

Tél. 02 35 63 62 21

[sotteville-les-rouen.fr](http://sotteville-les-rouen.fr)



  
**Sotteville**  
lès-Rouen

## Sommaire

Edito	p. 3
Infos pratiques	p. 4
Un été aux stages	p. 5-7
Un été hors stade	p. 8-11
Plans	p. 12-13
Piscine municipale	p. 14
Planning	
• Juillet	p. 15-35
• Août	p. 36-55
Parcours au stade et dans la ville	p. 56-57
Remerciements	p. 58



## Edito

Du 9 juillet au 27 août, le stade Jean Adret se transforme une nouvelle fois en lieu de détente, de loisirs et de convivialité. L'été s'installe, et avec lui revient l'envie de se retrouver, de bouger ou simplement de profiter d'un bon moment à l'ombre ou au soleil.

Pour sa 12<sup>e</sup> édition, *Un été au stade* continue de rassembler toutes les générations autour d'un programme riche, varié et accessible. Que vous soyez sportif du dimanche, curieux de découvertes culturelles, adepte de loisirs créatifs ou amateur de farniente, il y a forcément une animation faite pour vous. La plupart des activités sont en accès libre, sans inscription, directement au Stade municipal.

Conçu avec les associations locales et les habitants, cet événement est une invitation à partager ensemble des instants chaleureux, ludiques et festifs. Sotteville se vit aussi en été : venez en profiter !

Bien chaleureusement,

Alexis RAGACHE  
Maire  
Conseiller Départemental



Christophe Delamare  
Adjoint au Maire  
en charge des sports



## Infos pratiques

### Comment s'inscrire ?

Pour participer aux activités, présentez-vous au lieu indiqué. La plupart ne nécessitent aucune inscription préalable.

Les activités où l'inscription est obligatoire sont indiquées.

Chaque jour, d'autres activités non présentées dans ce programme seront proposées directement dans l'arène.

Rendez-vous sur place pour voir le menu du jour !

Des animations ont également lieu à la salle Marcel Lods, et au complexe Jacques Anquetil rue Léon Salva.

**A tout moment, en tout lieu, les enfants sont sous la responsabilité des parents.**

### En savoir plus

Ce programme vous est communiqué sous réserve de modifications et peut évoluer au gré des initiatives des habitants et associations sottevillaises. Pour prendre connaissance des éventuels ajustements, rendez-vous sur la page Facebook *Un été au stade* ou sur [sotteville-les-rouen.fr](http://sotteville-les-rouen.fr). Des panneaux d'affichage seront également installés sur place et l'équipe d'animation reste à votre disposition pour toute interrogation.

### Un dîner au stade

Ce logo s'invite pour chaque soirée du mercredi.

Il vous informe que, dans la limite du matériel disponible, tables, chaises, barbecue et du charbon de bois sont mis à votre disposition.

Il ne vous reste plus qu'à apporter vos aliments, pour partager un repas dans la bonne humeur.



## Un été aux stages

Sur inscription obligatoire au 06 82 35 31 44  
Nombre de places limité.

### Couture : confection d'un sac banane

L'été, on a la pêche car le soleil donne la banane ! Et lorsque ce dernier fruit est associé au mot sac, voilà l'accessoire mode qui signe son grand retour en 2025.

Créé soi-même, ce modèle sera encore plus précieux ; il ne comptera pas pour des prunes.

Réservé aux plus de 16 ans

Engagement sur 3 séances :

- les 15, 16 et 17 juillet de 14h à 16h
- les 5, 6 et 7 août de 14h à 16h

Salle Marcel Lods



### Couture : confection d'un organisateur de sac



De fil en aiguille, ce stage permet de découvrir comment on peut recycler des tissus et faire des miracles qui facilitent le quotidien.

Réservé aux plus de 16 ans

Engagement sur 3 séances les 22, 23 et 24 juillet de 14h à 16h

Salle Marcel Lods

## Confection de petits objets en résine

Bijoux fantaisie, porte-clés, figurines et autres objets de décoration prennent forme. La seule limite en résine, c'est l'imagination.

Engagement sur 3 jours :

- les 29, 30 et 31 juillet de 14h à 16h
- les 19, 20 et 21 août de 14h à 16h

Salle Marcel Lods

## Nager comme un poisson dans l'eau

On enfile son maillot pour améliorer ses performances dans l'eau.

- > **Améliorer sa brasse** - du 22 au 25 juillet de 16h30 à 17h30
- > **Bien respirer en crawl** - du 5 au 8 août de 16h30 à 17h30

Réservé aux plus de 16 ans

Engagement sur 4 séances

Piscine municipale - Entrée aux tarifs habituels avec accès au bassin dès 14h

**Inscription obligatoire au 02 35 72 90 58**

## Place au spectacle !

Théo, Hélène et Alexis de *Compartiment 7 & Cie* proposent un stage de création de chansons avec des musiciens. La troupe découvrira ou redécouvrira les instruments, l'harmonie des mots et la mise en scène afin de dépasser ses peurs et développer la confiance en soi.

Dès 6 ans

Engagement sur 5 séances les 17, 18, 21, 22 et 23 juillet de 10h à 13h

Restitution finale en soirée le 23 juillet

Arène

## Création de marionnettes

Fabriquez des marionnettes à partir de matériaux recyclés. De vieilles paires de chaussettes, quelques boutons dépareillés et un peu de créativité suffisent pour donner vie à de drôles de créatures qui se produiront dans un mini-théâtre.

Pour tous

Les 28 et 29 juillet de 14h30 à 16h30

Arène

## Une fresque murale pour colorer l'espace Hawaï

Les artistes K2B Graff et Naja comptent sur l'implication des Sottevillaises et des Sottevillais pour réaliser une fresque murale. Les participants dessineront des croquis sur le thème du sport en s'initiant à la pratique du graffiti et suivront des ateliers de calligraphie pour la création de la partie basse de la fresque.

A partir de 10 ans

Les 18, 19 et 20 août

Espace Hawaï (sous réserve de conditions climatiques favorables)



## Un été hors stade

Pour découvrir, s'émerveiller, se cultiver, partager un bon moment ou tout simplement pour se changer les idées, *Un été au stade* invite à prendre la poudre d'escampette... et sortir du stade !

Sur inscription obligatoire par téléphone auprès de la direction des sports au 06 82 35 31 44.

### Sauvez !

Les **10 et 31 juillet**, puis le **21 août**, l'équipe du centre d'incendie et de secours de Sotteville-lès-Rouen vous fait découvrir le fonctionnement de la caserne. Les sapeurs-pompiers professionnels et volontaires vous expliquent tous les rouages de leurs interventions et quel que soit votre âge, vous pourrez peut-être monter dans le beau camion rouge !

Rendez-vous à 9h45 au centre d'incendie et de secours, avenue Jean Jaurès.

Visite de 10h à 11h, ouverte à tous. Pas de poussettes et deux enfants maximum par adulte.



## Pédalez !

Les **10 et 24 juillet, 7 et 21 août**, les passionnés de l'Union vélocipédique sottevillaise vous emmènent faire un tour de vélo au départ du stade. Un parcours de 18 à 32 km à allure modérée, histoire de se faire plaisir, accompagnés par les adhérents expérimentés du club.

Sortie de 1 à 2 heures.

Prévoir son vélo en bon état (indispensable), son casque (obligatoire) et une chambre à air de rechange (on ne sait jamais).

Les mineurs doivent impérativement être accompagnés d'un adulte.

Rendez-vous à 13h45 devant le Stade municipal Jean Adret.

## Apprenez !

Le **10 juillet**, visite guidée de l'exposition *Stop les toxiques, l'expo qui fait du bien à ma santé* et atelier *Mon quartier se met au vert* sur le réchauffement climatique.

Des reconstitutions des scènes de vie quotidiennes illustrent l'impact des polluants sur la santé.

Le **24 juillet**, le réchauffement climatique fera l'objet d'un atelier ludique *Pollu'Do*, sous la forme d'un jeu de plateau inspiré du *Cluedo*.

Rendez-vous à 9h45 au Pavillon des transitions H2O – Quai de Boisguilbert à Rouen.

Sorties ouvertes à tous.



## Découvrez !

Mercredis **16 juillet et 13 août** de 10h à 12h, visite de la Forêt monumentale.

Pour cette seconde édition, 13 œuvres viennent peupler les bois. De quoi enchanter petits et grands. Avec un guide-conférencier, partez à la rencontre de ces créations artistiques dialoguant avec la nature. Bonne promenade !

Rendez-vous au parking de la Maison forestière des Côteaux, 1 avenue Président Allende à Canteleu.

Déplacement en transport en commun T3.

Sortie ouverte à tous.



## Prenez de la hauteur !

Le **mardi 22 juillet** de 10h à 12h, visite et randonnée sur la côte Sainte-Catherine. On apprécie souvent son panorama, mais la connaît-on vraiment ? Entre forts et monastères, la colline Sainte-Catherine vous livre une part de ses secrets historiques, lors d'une visite guidée proposée en partenariat avec le label Villes et pays d'art et d'histoire de la Métropole Rouen Normandie.

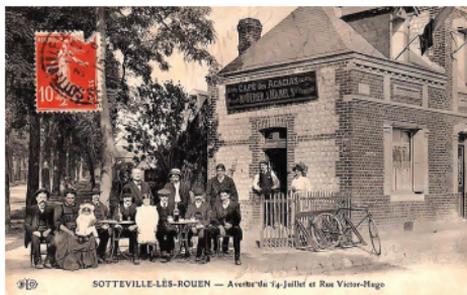
Rendez-vous au cimetière du Mont-Gargan, rue Henri Rivière à Rouen.  
 Le parcours nécessite une bonne condition physique (fort dénivelé).  
 Sortie réservée aux adultes.

## Baladez-vous !

Les **29 juillet et 11 août**, l'association Sotteville au fil du temps vous propose de remonter le temps lors d'une balade dans le secteur du stade.

Une rando-patrimoine de 6,5 km dans les quartiers Toit familial, Bruyères et 14-Juillet. Arrêts ponctuels sur des sites dont l'histoire mérite d'être mise en valeur ou sur des « petits patrimoines » souvent invisibles pour les passants pressés, toujours en présentant d'anciennes photos de ces lieux.

Rendez-vous 13h45 devant le stade municipal Jean Adret.  
 Sortie ouverte à tous.



Pour toutes les sorties, inscription obligatoire par téléphone auprès de la direction des sports : 06 82 35 31 44.

# Plans

## Stade municipal Jean Adret



**Entrée**  
avenue du 14-Juillet



## Piscine municipale

Du 7 juillet au 30 août, la Piscine municipale ouvre ses portes (ainsi que sa terrasse et son toit par beau temps) selon les créneaux suivants :



### Activités familiales

#### Du mardi au vendredi

- De 14h à 17h45

(animations gratuites de 15h à 16h sous réserve)

#### Le samedi

- De 10h à 12h
- De 14h à 18h

### Nage dynamique en ligne d'eau

#### Du lundi au samedi

- De 12h15 à 13h45

#### Du mardi au vendredi

- De 18h à 19h

La caisse ferme 30 minutes avant l'évacuation du bassin.

### Créneaux pour passage du brevet de natation et test de niveau

(sur présentation d'une pièce d'identité)

- du mardi au vendredi à 13h45 ou 18h
- le samedi à 13h45
- et à la demande selon la disponibilité de l'équipe de surveillance

La piscine sera fermée le 14 juillet et le 15 août puis du lundi 1<sup>er</sup> au dimanche 7 septembre pour arrêt technique et organisation de la nouvelle saison.



### **Matins de la forme**

Aquagym douce en musique **pour tous**  
30 juillet et 27 août  
de 10h30 à 11h15

### **Soirées de la forme**

Aquagym tonique **18 ans et +**  
21 juillet et 25 août  
de 17h30 à 18h15

Inscription obligatoire au 02 35 72 90 58

# Planning

## Mercredi 9 juillet

• 14h - 16h

16 ans et +

Fabrication d'essuie-tout réutilisable

Salle Marcel Lods

Inscription obligatoire  
au 06 82 35 31 44

• 14h - 16h

pour tous

Fabrication de bracelets de perles

Arène



• 14h - 19h

pour tous

Jeu de dames : initiation, démonstration et parties amicales

Arène

• 14h - 22h

pour tous

Fabrication de smoothies : si vous avez la pêche, ramenez votre fraise, vous aurez la banane !

Arène



L'utilisation est simple. Venez avec vos fruits et/ou légumes. Insérez-les dans le blender, montez sur le vélo et pédalez. Après l'effort, dégustez votre boisson rafraîchissante.

• 14h30 - 16h30

pour tous

Découverte du bridge

Arène

• **15h - 17h**

pour tous

Jeu de la thèque  
(apparenté au baseball)

Arène

• **16h - 17h**

18 ans et +

Atelier réflexologie et  
découverte des fleurs de  
Bach

Arène

Inscription obligatoire au  
06 82 35 31 44

• **19h - 20h15**

16 ans et +

Running et renforcement  
musculaire

Rendez-vous 18h45 sur la piste  
d'athlétisme

**18h30-22h**

pour tous

## Soirée de lancement

Arène

Venez découvrir l'esprit  
convivial et festif d'Un été  
au stade !

Dès 18h30, ne manquez  
pas l'inauguration  
officielle de l'édition 2025  
pour découvrir la pro-  
grammation exaltante de  
cette année.

Préparez-vous à être  
éblouis par la démonstra-  
tion du Kung Fu Thieulam.  
Après les arts martiaux,  
les Frixie's entreront  
en piste pour leurs  
entraînantes danses  
de cabaret.

Pour couronner cette mise  
en bouche, préparez vos  
propres smoothies sur un  
drôle de vélo et dégustez  
des brochettes salées et  
sucrées. Place ensuite à la  
soirée dansante.

N'oubliez pas d'immorta-  
liser ce moment au stand  
photo.



Pique-nique et barbecue  
possibles dès 19h  
dans l'arène

## Jeudi 10 juillet

• 9h45 – 10h30

• 10h45 – 11h30

famille  
0-6 ans

Fabrication de dossards  
et animation vélos et  
draisiennes

Hawaï

Inscription obligatoire auprès  
du service Petite enfance au  
02 35 63 62 25

• 10h – 12h

pour tous

Visite au Pavillon des  
transitions (voir p. 9)  
Atelier *Mon quartier se met  
au vert*

Inscription obligatoire au  
06 82 35 31 44

• 10h – 11h

pour tous

Visite du centre d'incendie  
et de secours de Sotteville-  
lès-Rouen (voir p. 8)

Inscription obligatoire au  
06 82 35 31 44

• 14h – 16h

16 ans et +

Fabrication de serviettes à  
shampooing

Salle Marcel Lods

Inscription obligatoire au  
06 82 35 31 44

• 14h – 15h

12 ans et +

Sortie vélo d'1 heure sur les  
quais rive gauche à allure  
modérée (voir p. 9)

Rendez-vous 13h45 devant le  
stade municipal Jean Adret

Inscription obligatoire au  
06 82 35 31 44

• 14h – 16h

8 ans et +

Boxe thaïlandaise

Arène

• 14h30 – 16h30

8 ans et +

Atelier artistique  
*Le mandala de mes  
émotions*

Arène

Inscription obligatoire  
au 06 82 35 31 44



• **14h30 – 16h30**

pour tous

Relaxation : dessine ta silhouette

Dessins géants autour de soi allongé au sol

Ateliers artistiques et sportifs inclusifs

Arène

Ouvert à tous les âges, tous les niveaux de pratique et aux personnes valides comme en situation de handicap et porteuses de troubles (TSA, TDAH, multidys, etc.)

• **15h – 16h30**

pour tous

Initiation au pastel

Arène

• **15h – 17h**

pour tous

Personnalisation de trouses

Arène

• **16h – 17h**

pour tous

Cuisine ta cosméto !

Gommage au chocolat et masque nourrissant pour le visage

Arène

Inscription obligatoire au  
06 82 35 31 44

• **17h – 18h**

pour tous

Danse bretonne

Arène

• **17h – 18h**

18 ans et +

Pilates doux

Hawaï

• **18h – 18h45**

18 ans et +

Stretching

Hawaï



• **19h – 20h15**

18 ans et +

Circuit training

Arène

**vendredi 11 juillet**

• **10h – 11h30**

18 ans et +

Renforcement fonctionnel

Salle Marcel Lods

• 14h – 16h

8 ans et +

Fabrication de fusée à eau  
Venez avec 2 bouteilles d'eau vides cylindriques classiques de 1,5 litre par enfant (pas de formes biscornues)

Arène

Inscription obligatoire au  
06 82 35 31 44

Les enfants de moins de 10 ans doivent être accompagnés d'un adulte

• 14h – 16h

pour tous

Dessin sur sac en tissu  
Arène

• 14h30 – 16h30

pour tous

Séance de sport adapté  
Arène

Ouvert à tous les âges, tous les niveaux de pratique et aux personnes valides comme en situation de handicap et porteuses de troubles (TSA, TDAH, multidys, etc.)

• 15h – 17h

pour tous

Grand Jeu : tour du monde express  
Arène

• 17h – 18h

18 ans et +

Stretching  
Arène

• 18h45 – 19h45

18 ans et +

Circuit Training HIIT  
(entraînement d'intervalles à haute intensité)

Arène

• 19h – 20h15

16 ans et +

Running et renforcement musculaire  
Rendez-vous à 18h45 sur la piste d'athlétisme

## mardi 15 juillet

• 9h45 – 10h30

famille  
0-6 ans

• 10h45 – 11h30

Animation petite enfance  
Hawaï

Inscription obligatoire auprès du service Petite enfance au  
02 35 63 62 25



• 10h15 - 11h30

pour tous

Développer son aisance à vélo quand on est débutant

Complexe sportif Jacques Anquetil

Venir avec son vélo et un casque (possibilité de prêt sur place)

Enfant sachant faire du vélo

Inscription obligatoire au  
06 82 35 31 44

• 14h - 16h

16 ans et +

Stage jour 1 - couture  
Confection d'un sac banane  
Salle Marcel Lods

Inscription obligatoire au  
06 82 35 31 44

• 14h - 16h

8 ans et +

Boxe thaïlandaise  
Arène



• 14h - 16h

6 ans et +

Tennis de table  
Arène

Inscription obligatoire au  
06 82 35 31 44

• 14h - 16h

12 ans et +

Tennis de table en réalité virtuelle  
Arène

Inscription obligatoire au  
06 82 35 31 44

• 14h - 16h

pour tous

Air badminton  
Arène

• 14h - 19h

pour tous

Jeu de dames : initiation,  
démonstration et parties  
amicales  
Arène

• 14h30 - 16h30

8 ans et +

Atelier artistique  
*Mon autoportrait magique*  
Arène

Inscription obligatoire au  
06 82 35 31 44

• 14h30 - 16h30

pour tous

Concours de pétanque  
Arène

• 15h - 17h

pour tous

Bol en céramique

Arène

Inscription obligatoire au

06 82 35 31 44

• 15h - 17h30

6 ans et +

Présence du Bibliobus

Confection d'une koi nobori

(banderole de carpes japonaise)

Hawaï



• 15h30 - 16h30

pour tous

Yoga parent-enfant

Arène

• 17h - 18h

18 ans et +

Stretching

Arène

• 18h30 - 20h

16 ans et +

Marche nordique

Rendez-vous à 18h15 au parking près du Novotel - avenue de l'Université à Saint-Etienne-du-Rouvray TEOR 4 - Arrêt Zénith

Inscription obligatoire :

Stade Sottevillais 76, 02 35 62 06 79 ou stadesottevillais-76@wanadoo.fr

Possibilité de prêt de bâtons sur demande

## Mercredi 16 juillet

• 10h - 12h

pour tous

Découverte de la Forêt monumentale (voir p. 10)

Rendez-vous 9h45 au parking de la maison forestière des côteaux, 1 avenue Président Allende à Canteleu (T3)

Inscription obligatoire au 06 82 35 31 44

• 14h - 16h

16 ans et +

Stage jour 2 - couture

Confection d'un sac banane  
Salle Marcel Lods

• **14h – 16h** 16 ans et +

Fabrication de pochette de téléphone

Arène

Inscription obligatoire au  
06 82 35 31 44

• **14h – 16h** pour tous

Air badminton

Arène

• **14h – 19h** pour tous

Jeu de dames : initiation,  
démonstration et parties  
amicales

Arène

• **14h – 17h** pour tous

Fabrication de bâton de pluie

Arène

Inscription obligatoire au  
06 82 35 31 44

• **14h – 15h** 9-11 ans

Basket playground

Arène

• **14h30 – 16h30** pour tous

Découverte du bridge

Arène

• **15h – 17h** pour tous

Balle au prisonnier

Arène

• **15h – 17h** 12 ans et +

Basket playground

Arène

• **15h – 17h** pour tous

Création de son image  
avec l'intelligence artificielle

Arène

• **16h – 17h** 18 ans et +

Atelier réflexologie et  
découverte des fleurs de  
Bach

Arène

Inscription obligatoire au  
06 82 35 31 44

• **18h – 19h30** 14 ans et +

Cours d'initiation kung fu

Arène

• **19h – 20h15** 16 ans et +

Running et renforcement  
musculaire

Rendez-vous 18h45 sur la piste  
d'athlétisme

19h-22h

pour tous

## Soirée briques et bouées à la piscine

Hawaï et piscine



Ludibrik, association sottevillaise, organise des ateliers, des animations et des expositions autour de la célèbre brique de construction Lego®. Durant une soirée, venez construire des figures ou des structures par thématique.

Parallèlement, des jeux participatifs seront proposés dans l'eau. Vous pourrez construire châteaux, tours et autres modules avec des bouées dans la piscine.

Entrée gratuite

Maillot de bain obligatoire

Les enfants de moins de 10 ans doivent être accompagnés.

Pique-nique  
et barbecue  
possibles  
dès 19h



## Jeudi 17 juillet

• 10h - 13h

6 ans et +

Stage jour 1 - place au spectacle

Composition de chansons

Arène

Inscription obligatoire au  
06 82 35 31 44

• 14h - 16h

16 ans et +

Stage jour 3 - couture

Confection d'un sac banane

Salle Marcel Lods

• 14h - 16h

8 ans et +

Boxe thaïlandaise

Arène

• 14h - 16h

pour tous

Air badminton

Arène

• 14h - 16h30

7 ans et +

Initiation cerf-volant

Arène

Inscription obligatoire au  
06 82 35 31 44

• 14h30 - 16h30

pour tous

Découverte du jeu d'échecs

Arène

• 15h - 17h

pour tous

Peinture sur toile

Arène

• 17h - 18h

18 ans et +

Pilates tonique

Arène

## Vendredi 18 juillet

• 10h - 13h

6 ans et +

Stage jour 2 - place au spectacle

Composition de chansons

Arène

• 14h - 16h

18 ans et +

Fabrication de pochette de bonbons

Arène

Inscription obligatoire au  
06 82 35 31 44

• 14h - 16h

pour tous

Air badminton

Arène



• 14h - 15h

9-11 ans

Basket playground

Arène

• 14h30 - 17h

pour tous

Vente de crêpes  
au profit de la recherche sur la  
sclérose en plaques

Arène

• 15h - 17h

pour tous

Les jeux olympiques des  
familles

Arène

• 15h - 17h

12 ans et +

Basket playground

Arène

• 16h30 - 17h30

15 ans et +

Arts martiaux  
Découverte de l'art du sabre  
japonais

Arène

• 17h - 18h

18 ans et +

Gym oxygène

Arène

• 19h - 20h15

16 ans et +

Running et renforcement  
musculaire

Rendez-vous 18h45 sur la piste  
d'athlétisme

## Lundi 21 juillet

• 10h – 13h

6 ans et +

Stage jour 3 – place au spectacle  
Composition de chansons  
Arène

• 14h – 15h

9-11 ans

Basket playground  
Arène

• 14h30 – 16h30

8 ans et +

Atelier artistique  
*Le masque des émotions*  
Arène

Inscription obligatoire au  
06 82 35 31 44

• 15h – 17h

pour tous

Création de bracelets  
Arène

• 15h – 17h

12 ans et +

Basket playground  
Arène

• 16h – 17h

15 ans et +

Sophrologie  
Arène  
Inscription obligatoire au  
06 82 35 31 44

• 17h30 – 18h15

18 ans et +

Aquagym tonique  
Piscine municipale  
Inscription obligatoire au  
02 35 72 90 58

## Mardi 22 juillet

• 10h – 12h

18 ans et +

Randonnée sur la côte  
Sainte-Catherine (voir p. 11)  
Rendez-vous 9h45 au cimetière  
du Mont-Gargan, rue Henri  
Rivière à Rouen  
Inscription obligatoire au  
06 82 35 31 44

• 10h – 13h

6 ans et +

Stage jour 4 – place au spectacle  
Composition de chansons  
Arène

• 9h45 – 10h30

famille  
0-6 ans

• 10h45 – 11h30

Animation petite enfance  
Hawaï  
Inscription obligatoire auprès  
du service Petite enfance au  
02 35 63 62 25

• **10h - 11h**

18 ans et +

Gym douce

Arène

• **10h15 - 11h30**

pour tous

Développer son aisance à vélo quand on est débutant

Complexe sportif Jacques Anquetil

Venir avec son vélo et un casque (possibilité de prêt sur place)

Enfant sachant faire du vélo

Inscription obligatoire au  
06 82 35 31 44

• **11h - 12h**

18 ans et +

Renforcement musculaire

Arène

• **11h - 12h**

18 ans et +

Yoga

Arène

• **14h - 16h**

16 ans et +

Stage jour 1 - couture

Confection d'un organisateur de sac

Salle Marcel Lods

Inscription obligatoire au  
06 82 35 31 44

• **14h - 19h**

pour tous

Jeu de dames : initiation, démonstration et parties amicales

Arène

• **14h - 15h30**

pour tous

Massage Amma

Arène

Inscription obligatoire au  
06 82 35 31 44

• **14h - 16h**

8 ans et +

Boxe thaïlandaise

Arène

• **14h - 16h**

pour tous

Tir à l'arc

Arène

• **14h - 16h**

6 ans et +

Tennis de table

Arène

Inscription obligatoire au  
06 82 35 31 44

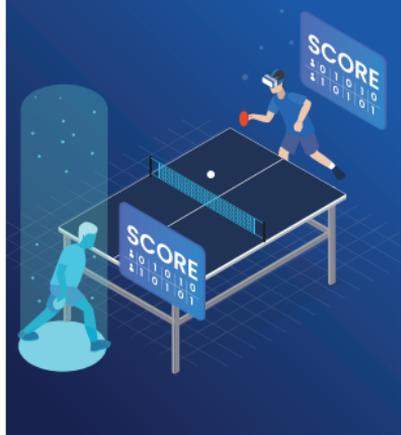
• **14h - 16h**

12 ans et +

Tennis de table en réalité virtuelle

Arène

Inscription obligatoire au  
06 82 35 31 44



• **14h30 - 17h** pour tous

Fabrication de smoothies  
Arène

• **14h30 - 16h30** pour tous

Concours de pétanque  
Arène

• **14h30 - 16h30** pour tous

Para-athlétisme pour tous  
Découverte de la course  
avec guide, lancers en  
fauteuil, etc.

Piste d'athlétisme

Ouvert à tous les âges, tous  
les niveaux de pratique et aux  
personnes valides comme  
en situation de handicap et  
porteuses de troubles (TSA,  
TDAH, multidys, etc.)

• **15h - 17h** pour tous

Création en pâte fimo  
Arène

• **16h30 - 17h30** pour tous

Stage piscine jour 1 :  
améliorer sa brasse

Piscine municipale

Entrée aux tarifs habituels

Inscription obligatoire  
à la piscine municipale au  
02 35 72 90 58

• **18h30 - 20h** 16 ans et +

Marche nordique

Rendez-vous à 18h15 au  
parking près du Novotel -  
avenue de l'Université à  
Saint-Etienne-du-Rouvray  
TEOR 4 - Arrêt Zénith

Inscription obligatoire :  
Stade Sottevillais 76,  
02 35 62 06 79 ou  
stadesottevillais-76@wanadoo.fr

Possibilité de prêt de bâtons  
sur demande

## Mercredi 23 juillet

• **10h - 13h** 6 ans et +

Stage jour 5 - place au  
spectacle

Composition de chansons  
Arène

• 14h - 16h

16 ans et +

Stage jour 2 - couture  
Confection d'un organisateur  
de sac

Salle Marcel Lods

• 14h - 19h

pour tous

Jeu de dames : initiation,  
démonstration et parties  
amicales

Arène

• 14h - 16h

18 ans et +

Fabrication de trousse à  
crayons

Arène

Inscription obligatoire au  
06 82 35 31 44

• 14h - 15h

9-11 ans

Basket playground

Arène

• 14h30 - 16h30

pour tous

Découverte du bridge

Arène

• 14h30 - 16h30

8 ans et +

Judo

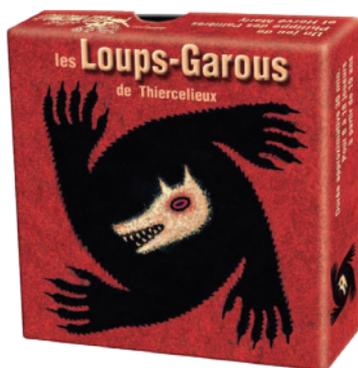
Arène

• 15h - 17h

pour tous

Jeu du loup-garou

Arène



• 15h - 17h

12 ans et +

Basket playground

Arène

• 16h30 - 17h30

pour tous

Stage piscine jour 2 :  
améliorer sa brasse

Piscine municipale

Entrée aux tarifs habituels

• 18h - 19h30

14 ans et +

Cours d'initiation kung fu

Arène

• 19h - 20h15

16 ans et +

Running et renforcement  
musculaire

Rendez-vous 18h45 sur la piste  
d'athlétisme

19h-22h

pour tous

## Soirée « place au spectacle »



Arène

Durant une semaine, des stagiaires se sont pris au jeu de la composition de chansons. Ces artistes en herbe restituent leurs créations aux côtés des artistes musicaux bien rôdés de l'association Compartiment 7 & Cie.

Un concert de chansons en live suivra la représentation, puis une heure de musique à danser pour s'amuser.

Pique-nique et barbecue possibles dès 19h



## Jeudi 24 juillet

• 10h - 11h

18 ans et +

Renforcement musculaire  
Arène

• 10h - 12h

pour tous

Visite au Pavillon des transitions (voir p. 9)  
Atelier *Pollu'do*

Inscription obligatoire au  
06 82 35 31 44

• 11h - 12h

18 ans et +

Circuit training  
Arène

• 14h - 16h

16 ans et +

Stage jour 3 - couture  
Confection d'un organisateur de sac

Salle Marcel Lods

• 14h - 16h

12 ans et +

Sortie vélo de 2 heures sur les quais rive droite à allure modérée (voir p. 9)

Rendez-vous 13h45 devant le stade municipal Jean Adret

Inscription obligatoire au  
06 82 35 31 44

• **14h – 16h**

8 ans et +

Boxe thaïlandaise

Arène

• **14h30 – 16h30**

10-14 ans

Football – initiation

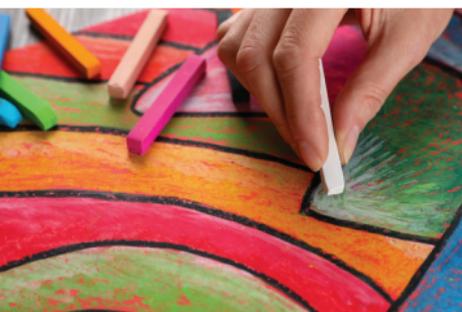
Arène

• **15h – 16h30**

pour tous

Initiation au pastel

Arène



• **15h – 17h**

pour tous

Jeu du baccalauréat

Arène

• **16h30 – 17h30**

pour tous

Stage piscine jour 3 :

améliorer sa brasse

Piscine municipale

Entrée aux tarifs habituels

• **16h – 17h**

pour tous

Cuisine ta cosméto !

Lotion après-soleil et

gommage corps

Arène

Inscription obligatoire au

06 82 35 31 44

• **17h – 18h**

18 ans et +

Stretching

Arène

## Vendredi 25 juillet

• **14h – 15h**

9-11 ans

Basket playground

Arène

• **14h30 – 16h30**

8 ans et +

Atelier artistique

*Un été en couleurs*

Arène

Inscription obligatoire au

06 82 35 31 44

• **15h – 17h**

12 ans et +

Basket playground

Arène

• **15h – 17h**

pour tous

Jeu de l'oie géant

Arène

• 16h30 – 17h30

pour tous

Stage piscine jour 4 :  
améliorer sa brasse

Piscine municipale

Entrée aux tarifs habituels

• 16h30 – 17h30

15 ans et +

Arts martiaux

Découverte de l'art du  
sabre japonais

Arène



• 19h – 20h15

16 ans et +

Running et renforcement  
musculaire

Rendez-vous 18h45 sur la piste  
d'athlétisme

**Lundi 28 juillet**

• 14h30 – 16h30

8 ans et +

Atelier artistique

*Imagine ton monde*

Arène

Inscription obligatoire au  
06 82 35 31 44

• 14h30 – 16h30

pour tous

Stage jour 1 – atelier  
création de marionnettes  
récup'

Arène

Ouvert à tous les âges, tous  
les niveaux de pratique et aux  
personnes valides comme  
en situation de handicap et  
porteuses de troubles (TSA,  
TDAH, multidys, etc.)

• 14h30 – 16h30

10-14 ans

Football – jeu du chasseur

Arène

• 15h – 17h

pour tous

Création de bougies

Arène



## Mardi 29 juillet

• 10h-11h

18 ans et +

Pilates

Arène

• 10h15 - 11h30

pour tous

Développer son aisance à vélo quand on est débutant

Complexe sportif Jacques Anquetil

Venir avec son vélo et un casque (possibilité de prêt sur place)

Enfant sachant faire du vélo

Inscription obligatoire au  
06 82 35 31 44

• 11h - 12h

18 ans et +

Yoga

Arène

• 11h - 12h

18 ans et +

Renforcement musculaire

Arène

• 14h - 16h

16 ans et +

Stage jour 1 - petits objets en résine

Salle Marcel Lods

Inscription obligatoire au  
06 82 35 31 44

• 14h - 19h

pour tous

Jeu de dames : initiation, démonstration et parties amicales

Arène

• 14h - 17h

pour tous

Randonnée patrimoine de 6,5 km (voir p. 11)

Rendez-vous 13h45 devant le stade municipal Jean Adret

• 14h - 16h

8 ans et +

Boxe thaïlandaise

Arène

• 14h - 16h

pour tous

Tir à l'arc

Arène



• **14h – 16h**

6 ans et +

Tennis de table

Arène

Inscription obligatoire au

06 82 35 31 44

• **14h – 16h**

12 ans et +

Tennis de table en réalité virtuelle

Arène

Inscription obligatoire au

06 82 35 31 44

• **14h30 – 16h30**

pour tous

Concours de pétanque

Arène

• **14h30 – 16h30**

pour tous

Stage jour 2 - atelier création de marionnettes récup' Restitution d'un mini-théâtre

Arène

Ouvert à tous les âges, tous les niveaux de pratique et aux personnes valides comme en situation de handicap et porteuses de troubles (TSA, TDAH, multidys, etc.)

• **15h – 17h**

pour tous

Décore ton prénom

Arène

• **15h30 – 16h30**

pour tous

Yoga parent-enfant

Arène

• **17h – 18h**

18 ans et +

Kick-boxing

Arène

• **18h30 – 20h**

16 ans et +

Marche nordique

Rendez-vous à 18h15 au parking près du Novotel - avenue de l'Université à Saint-Etienne-du-Rouvray

TEOR 4 - Arrêt Zénith

Inscription obligatoire :

Stade Sottevillais 76,

02 35 62 06 79 ou

stadesottevillais-76@wanadoo.fr

Possibilité de prêt de bâtons sur demande

## Mercredi 30 juillet

• **10h30 – 11h15**

pour tous

Aquagym douce en musique

Piscine municipale

Gratuit

Inscription obligatoire au

02 35 72 90 58

• **14h – 16h**

16 ans et +

Stage jour 2 – petits objets  
en résine

Salle Marcel Lods

• **14h – 19h**

pour tous

Jeu de dames : initiation,  
démonstration et parties  
amicales

Arène

• **14h30 – 16h30**

pour tous

Découverte du bridge

Arène

• **15h – 17h**

pour tous

Décoration de masque

Arène

• **16h – 18h**

pour tous

Animation petits chevaux

Départ de la route 606 du stade

• **16h – 18h**

pour tous

Animation tir à l'arc

Hawaiï

• **19h – 20h15**

16 ans et +

Running et renforcement  
musculaire

Rendez-vous 18h45 sur la piste  
d'athlétisme

19h-22h

pour tous

## Soirée far west – dances country

Arène



Voilà une soirée que vous attendez toutes et tous. Avec l'association Forever Country et des professeurs experts et chaleureux, lancez-vous sur la piste pour découvrir la danse en ligne et la country.

Pas de répit pour cette soirée endiablée. Venez en couple, entre amis ou même en solo ; il y aura toujours un partenaire pour vous guider.

Bonne humeur et convivialité garanties !

Pique-nique et barbecue  
possibles dès 19h  
dans l'arène



## Jeudi 31 juillet

• 10h - 11h

Pour tous

Visite du centre d'incendie  
et de secours de Sotteville-  
lès-Rouen (voir p. 8)

Inscription obligatoire au  
06 82 35 31 44

• 10h - 11h

18 ans et +

Cardio gym

Arène

• 11h - 12h

18 ans et +

Yoga

Arène

• 14h - 16h

16 ans et +

Stage jour 3 - petits objets  
en résine

Salle Marcel Lods

• 14h - 16h

8 ans et +

Boxe thaïlandaise

Arène

• 14h30 - 16h30

8 ans et +

Atelier artistique  
*Ma boîte à trésors*

Arène

Inscription obligatoire au  
06 82 35 31 44

• 14h30 - 16h30

10-14 ans

Football - cécifoot

Arène

• 15h - 17h

pour tous

Décoration d'un masque à  
bijoux

Arène

• 15h - 17h30

6 ans et +

Présence du Bibliobus

Portraits d'animaux avec des  
matériaux de récupération

Hawaï



• 17h - 18h

18 ans et +

Gym oxygène

Arène

## Vendredi 1<sup>er</sup> août

• 14h – 16h

8-10 ans

Handi-biathlon

Arène

• 15h – 17h

pour tous

Grand jeu de l'académie  
des génies

Arène

• 16h30 – 17h30

15 ans et +

Arts martiaux

Découverte de l'art du sabre  
japonais

Arène

• 19h – 20h15

16 ans et +

Running et renforcement  
musculaire

Rendez-vous 18h45 sur la piste  
d'athlétisme



## Lundi 4 août

• 14h – 16h

pour tous

Torball

Arène

• 14h30 – 16h30

8 ans et +

Atelier artistique  
*L'animal qui me protège*

Arène

Inscription obligatoire au  
06 82 35 31 44

• 14h30 – 16h30

10-14 ans

Foot golf

Arène

• 15h – 17h

8 ans et +

Jeu de fléchettes

Arène

## Mardi 5 août

• 10h – 11h

18 ans et +

Gym douce

Arène

• 11h – 12h

18 ans et +

Circuit training

Arène

• 14h – 16h

16 ans et +

Stage jour 1 – couture  
Confection d'un sac banane  
Salle Marcel Lods

Inscription obligatoire au  
06 82 35 31 44

• 14h – 16h

pour tous

Cécifoot  
Arène



• 14h – 16h

pour tous

Tir à l'arc  
Arène

• 14h – 16h

6 ans et +

Tennis de table  
Arène

Inscription obligatoire au  
06 82 35 31 44

• 14h30 – 16h30

12 ans et +

Tennis de table en réalité  
virtuelle  
Arène

Inscription obligatoire au  
06 82 35 31 44

• 14h30 – 16h30

pour tous

Concours de pétanque  
Arène

• 15h – 17h

8 ans et +

Décore ton tote bag  
Arène

• 15h – 16h

famille  
0-6 ans

Lecture d'histoires  
par la Bibliothèque  
municipale

Piscine municipale

Entrée aux tarifs habituels

• 16h30 – 17h30

pour tous

Stage piscine jour 1 :  
bien respirer en crawl

Piscine municipale

Entrée aux tarifs habituels

Inscription obligatoire au  
02 35 72 90 58

• 17h – 18h

18 ans et +

Zumba  
Arène

• **18h30 – 20h**

16 ans et +

Marche nordique

Rendez-vous à 18h15 au parking près du Novotel - avenue de l'Université à Saint-Etienne-du-Rouvray TEOR 4 - Arrêt Zénith

Inscription obligatoire : Stade Sottevillais 76, 02 35 62 06 79 ou stadesottevillais-76@wanadoo.fr

Possibilité de prêt de bâtons sur demande

## Mercredi 6 août

• **14h – 16h**

8-10 ans

Boccia  
Arène



• **14h30 – 16h30**

pour tous

Découverte du bridge  
Arène

• **14h30 – 16h30**

8 ans et +

Judo  
Arène

• **14h30 – 16h30**

10-14 ans

Football – jeu de relais avec ballons  
Arène

• **15h – 17h**

16 ans et +

Stage jour 2 – couture  
Confection d'un sac banane  
Salle Marcel Lods

• **15h – 17h**

pour tous

Jeu du mölkky  
Arène

• **16h30 – 17h30**

pour tous

Stage piscine jour 2 : bien respirer en crawl  
Piscine municipale  
Entrée aux tarifs habituels

• **16h – 17h**

pour tous

Cuisine ta cosméto !  
Soin des pieds  
Arène

Inscription obligatoire au 06 82 35 31 44

• **19h – 20h15**

16 ans et +

Running et renforcement musculaire  
RDV 18h45 sur la piste d'athlétisme

19h-22h

pour tous

## Soirée karaoké

Hawaï



Echauffez votre voix pour exceller au karaoké. Vous chanterez à tue-tête vos tubes préférés devant un public conquis lors de cette soirée mémorable.

Les spectateurs n'hésiteront pas à vous accompagner sur le refrain.

Une large playlist de chansons bien connues de tous s'offrira aux volontaires afin de satisfaire tous les goûts musicaux.

Pique-nique et  
barbecue  
possibles dès 19h



## Jeudi 7 août

• 10h - 11h

18 ans et +

Pilates

Arène

• 11h - 12h

18 ans et +

Zumba

Arène

• 14h - 16h

16 ans et +

Stage jour 3 - couture

Confection d'un sac banane

Salle Marcel Lods

• 14h - 15h

12 ans et +

Sortie vélo d'1 heure sur les  
quais rive gauche à allure  
modérée (voir p. 9)

Rendez-vous 13h45 devant le  
stade municipal Jean Adret

Inscription obligatoire au  
06 82 35 31 44

• 14h - 16h

pour tous

Para-badminton

Arène

• 14h - 16h30

8 ans et +

Boxe thaïlandaise

Arène

• **15h – 16h30**

pour tous

Initiation au pastel

Arène

• **15h – 17h**

pour tous

Jeu du baccalauréat

Arène

• **15h – 17h30**

7 ans et +

Initiation cerf-volant

Arène

Inscription obligatoire au

06 82 35 31 44

• **15h – 17h30**

6 ans et +

Présence du Bibliobus

Portraits d'animaux

avec des matériaux de  
récupération

Hawaï

• **16h30 – 17h30**

pour tous

Stage piscine jour 3 :  
bien respirer en crawl

Piscine municipale

Entrée aux tarifs habituels

• **17h – 18h**

18 ans et +

Posture du dos

Arène

## Vendredi 8 août

• **14h – 16h**

8-10 ans

Handi-biathlon

Arène

• **14h30 – 17h30**

pour tous

Grand jeu du blind test

Arène

• **14h30 – 17h**

pour tous

Vente de crêpes  
au profit de la recherche sur la  
sclérose en plaques

Arène

• **14h30 – 17h30**

pour tous

Thé dansant avec  
l'orchestre Beltram

Hawaï

• **16h30 – 17h30**

pour tous

Stage piscine jour 4 :  
bien respirer en crawl

Piscine municipale

Entrée aux tarifs habituels

• **16h30 – 17h30**

15 ans et +

Arts martiaux

Découverte de l'art du sabre  
japonais

Arène

• 19h - 20h15

16 ans et +

Running et renforcement musculaire

Rendez-vous à 18h45 sur la piste d'athlétisme

## Lundi 11 août

• 14h - 15h

8-12 ans

Initiation au tennis

Arène

Inscription obligatoire au  
06 82 35 31 44



• 15h - 16h

12 ans et +

Initiation au tennis

Arène

Inscription obligatoire au  
06 82 35 31 44

• 14h - 15h

9-11 ans

Basket playground

Arène

• 14h - 17h

pour tous

Randonnée patrimoine de  
6,5 km (voir p. 11)

Rendez-vous 13h45 devant le  
stade municipal Jean Adret

• 14h30 - 16h30

10-14 ans

Football : jeu et exercices de  
précision

Arène

• 15h - 17h

12 ans et +

Basket playground

Arène

• 15h - 17h

pour tous

Rugby flag

Arène

## Mardi 12 août

• 10h - 11h

18 ans et +

Yoga

Arène

• **10h15 - 11h30** pour tous

Développer son aisance à vélo quand on est débutant

Complexe sportif Jacques Anquetil

Venir avec son vélo et un casque (possibilité de prêt sur place)

Enfant sachant faire du vélo

Inscription obligatoire au  
06 82 35 31 44

• **11h - 12h** 18 ans et +

Renforcement musculaire

Arène

• **14h - 16h** 8 ans et +

Boxe thaïlandaise

Arène

• **14h - 16h** pour tous

Tir à l'arc

Arène

• **14h - 16h** 6 ans et +

Tennis de table

Arène

Inscription obligatoire au  
06 82 35 31 44

• **14h30 - 16h30** 12 ans et +

Tennis de table en réalité virtuelle

Arène

Inscription obligatoire au  
06 82 35 31 44

• **14h30 - 16h30** pour tous

Concours de pétanque

Arène

• **15h - 17h** pour tous

Décoration de boules en polystyrène

Arène

• **15h - 17h30** 6 ans et +

Présence du Bibliobus

Confection d'une koi nobori (banderole de carpes japonaise)

Hawaï

• **17h - 18h** pour tous

Hip-hop

Arène



• 17h – 18h

18 ans et +

Zumba

Arène

• 18h – 19h

pour tous

Hip-hop

Arène

• 18h30 – 20h

16 ans et +

Marche nordique

Rendez-vous à 18h15 au parking près du Novotel - avenue de l'Université à Saint-Etienne-du-Rouvray TEOR 4 - Arrêt Zénith

Inscription obligatoire :

Stade Sottevillais 76,

02 35 62 06 79 ou

stadesottevillais-76@wanadoo.fr

Possibilité de prêt de bâtons sur demande

## Mercredi 13 août

• 10h – 12h

Découverte de la Forêt monumentale (voir p. 10)

Rendez-vous 9h45 au parking de la maison forestière des côteaux, 1 avenue Président Allende à Canteleu (T3)

Inscription obligatoire au 06 82 35 31 44

• 11h – 18h

pour tous

Exposition d'un planeur de l'association sportive et centre de formation initiale le Gral (Groupement rouennais d'aviation légère)

Terrain d'honneur du stade municipal Jean Adret



• 14h – 17h

pour tous

Fabrication de bâton de pluie

Arène

Inscription obligatoire au 06 82 35 31 44

• 14h – 15h

9-11 ans

Basket playground

Arène

• 14h – 15h

8-12 ans

Initiation au tennis

Arène

Inscription obligatoire au 06 82 35 31 44

• **14h30 – 16h30** pour tous

Découverte du bridge

Arène

• **15h – 17h** pour tous

Studio photos

Arène

• **15h – 17h** pour tous

Jeu de société Skyjo

Arène

• **15h – 17h** 12 ans et +

Basket playground

Arène

• **16h – 17h** 18 ans et +

Atelier réflexologie et  
découverte des fleurs de  
Bach

Arène

Inscription obligatoire au  
06 82 35 31 44

• **19h – 20h15** 16 ans et +

Running et renforcement  
musculaire

Rendez-vous à 18h45 sur la  
piste d'athlétisme

19h–22h pour tous

## Soirée contes et jeux

Hawaï



À travers cette balade, vous allez rencontrer des sportifs un peu particuliers. Ils courent avec le vent, nagent avec les poissons et s'entraînent avec les arbres. La promenade immersive mêle récits vivants et sensibilisation à l'environnement, à travers trois histoires contées en pleine nature par Emmanuelle Leclerc de la compagnie les Causeries de Marmantine. La soirée mêle le poétique et le ludique : l'Escam proposera un panel de jeux coopératifs.

Pique-nique  
et barbecue  
possibles  
dès 19h



## Jeudi 14 août

• 10h - 11h

18 ans et +

Lombal'gym

Arène

• 11h - 12h

18 ans et +

Cardio gym

Arène

• 14h - 15h

8-12 ans

Initiation au tennis

Arène

Inscription obligatoire au  
06 82 35 31 44

• 14h - 16h30

8 ans et +

Boxe thaïlandaise

Arène

• 14h30 - 16h30

7 ans et +

Initiation cerf-volant

Inscription obligatoire au  
06 82 35 31 44

Arène

• 14h30 - 16h30

10-14 ans

Football - jeux d'adresse

Arène

• 15h - 16h

12 ans et +

Initiation au tennis

Arène

Inscription obligatoire  
au 06 82 35 31 44

• 15h - 17h

pour tous

Jeu de l'horloge

Arène

• 17h - 18h

18 ans et +

Kick-boxing

Arène

## Lundi 18 août

• 14h - 15h

8-12 ans

Initiation au tennis

Arène

Inscription obligatoire au  
06 82 35 31 44

• 15h - 16h

12 ans et +

Initiation au tennis

Arène

Inscription obligatoire au  
06 82 35 31 44

• 14h - 16h30

10 ans et +

Fresque murale participative  
Hawaï

Inscription obligatoire au  
06 82 35 31 44

• **14h30 - 16h30**

10-14 ans

Football - jeu d'éveil

Arène

• **15h - 17h**

pour tous

Bracelets brésiliens

Arène



• **16h - 17h**

15 ans et +

Sophrologie

Arène

Inscription obligatoire au

06 82 35 31 44

## Mardi 19 août

• **10h - 11h**

18 ans et +

Gym douce

Arène

• **10h15 - 11h30**

pour tous

Développer son aisance à vélo quand on est débutant

Complexe sportif Jacques Anquetil

Venir avec son vélo et un casque (possibilité de prêt sur place)

Enfant sachant faire du vélo

Inscription obligatoire au

06 82 35 31 44

• **11h - 12h**

18 ans et +

Renforcement musculaire

Arène

• **14h - 16h30**

10 ans et +

Fresque murale participative

Hawaï

Inscription obligatoire au

06 82 35 31 44

• **14h - 16h**

16 ans et +

Stage jour 1 - petits objets en résine

Salle Marcel Lods

Inscription obligatoire au

06 82 35 31 44

• **14h - 16h**

8 ans et +

Boxe thaïlandaise

Arène

• **14h – 16h**

6 ans et +

Tennis de table

Arène

Inscription obligatoire au

06 82 35 31 44

• **14h30 – 16h30**

12 ans et +

Tennis de table en réalité virtuelle

Arène

Inscription obligatoire au

06 82 35 31 44

• **14h30 – 16h30**

pour tous

Concours de pétanque

Arène

• **15h – 17h**

pour tous

Jeu du Time's up

Arène

• **17h – 18h**

18 ans et +

Posture du dos

Arène

• **18h30 – 20h**

16 ans et +

Marche nordique

Rendez-vous à 18h15 au parking près du Novotel - avenue de l'Université à Saint-Etienne-du-Rouvray  
TEOR 4 - Arrêt Zénith

Inscription obligatoire :

Stade Sottevillais 76,  
02 35 62 06 79 ou  
stadesottevillais-76@wanadoo.fr

Possibilité de prêt de bâtons sur demande

## Mercredi 20 août

• **10h – 12h**

10 ans et +

Fresque murale participative  
Hawaï

Inscription obligatoire au

06 82 35 31 44

• **14h-15h**

8-12 ans

Initiation au tennis

Arène

Inscription obligatoire au

06 82 35 31 44

• **15h – 16h**

12 ans et +

Initiation au tennis

Arène

Inscription obligatoire au

06 82 35 31 44

• **14h – 16h**

16 ans et +

Stage jour 2 - petits objets en résine

Salle Marcel Lods

Inscription obligatoire au

06 82 35 31 44

• **14h – 16h**

18 ans et +

Dessin sur sac en tissu

Arène

Inscription obligatoire au  
06 82 35 31 44

• **14h30 – 16h30**

pour tous

Découverte du bridge

Arène

• **14h30 – 16h30**

10-14 ans

Football – Jeu de l'horloge

Arène

• **15h – 17h**

pour tous

Tchoukball

Arène

• **16h – 17h**

18 ans et +

Atelier réflexologie et  
découverte des fleurs de  
Bach

Arène

Inscription obligatoire au  
06 82 35 31 44

• **18h – 19h30**

14 ans et +

Cours d'initiation kung fu

Arène

• **19h – 20h15**

16 ans et +

Running et renforcement  
musculaire

Rendez-vous à 18h45 sur la  
piste d'athlétisme

19h–22h

pour tous

## Soirée ninja à la piscine

Piscine municipale



Avant de piquer une tête, prenez le temps de pique-niquer sur l'espace Hawaï.

Vers 20h, le bassin s'anime avec toute une kyrielle de jeux, un parcours ludique composé de structures gonflables et de tournois pour le plaisir de chuter ou de se faire arroser !

Entrée gratuite

Maillot de bain obligatoire

Les enfants de moins de 10 ans doivent être accompagnés.

Pique-nique  
et barbecue  
possibles  
dès 19h



## Jeudi 21 août

• 10h - 11h

pour tous

Visite du centre d'incendie et de secours de Sotteville-lès-Rouen (voir p. 8)

Inscription obligatoire au  
06 82 35 31 44

• 10h - 11h

18 ans et +

Renforcement musculaire  
Arène

• 11h - 12h

18 ans et +

Circuit training  
Arène

• 14h - 16h

16 ans et +

Stage jour 3 - petits objets  
en résine  
Salle Marcel Lods

• 14h - 16h

12 ans et +

Sortie vélo de 2 heures sur  
les quais rive droite à allure  
modérée (voir p. 9)

Rendez-vous 13h45 devant le  
stade municipal Jean Adret

Inscription obligatoire au  
06 82 35 31 44

• 14h - 16h

8 ans et +

Boxe thaïlandaise  
Arène

• 15h - 17h

pour tous

Bijoux de téléphone en perles  
Arène



• 15h - 17h

7 ans et +

Initiation cerf-volant  
Arène

Inscription obligatoire au  
06 82 35 31 44

• 15h - 17h

pour tous

Création de son image  
avec l'intelligence artificielle  
Arène

• 16h - 17h

pour tous

Cuisine ta cosméto !  
Déodorant solide et  
démaquillant visage  
Arène

Inscription obligatoire au  
06 82 35 31 44

• 17h - 18h

18 ans et +

Yoga  
Arène

## Vendredi 22 août

• 14h – 16h

8 ans et +

Fabrication de fusée à eau  
Venez avec 2 bouteilles d'eau  
vides cylindriques classiques  
de 1,5 litre par enfant (pas de  
formes biscornues)

Arène

Inscription obligatoire au  
06 82 35 31 44

Les enfants de moins de 10 ans  
doivent être accompagnés  
d'un adulte



• 14h – 16h

pour tous

Fabrication de petites  
figurines

Arène

Inscription obligatoire au  
06 82 35 31 44

• 14h30 – 17h

pour tous

Préparation de gaufres

Arène

Inscription obligatoire au  
06 82 35 31 44

• 15h – 17h

pour tous

Grand jeu : escape game

Arène

• 16h30 – 17h30

15 ans et +

Arts martiaux

Découverte de l'art du sabre  
japonais

Arène

• 17h – 18h

pour tous

Danse bretonne

Arène

• 19h – 20h15

16 ans et +

Running et renforcement  
musculaire

Rendez-vous à 18h45 sur la  
piste d'athlétisme

## Lundi 25 août

• 10h30 – 11h30

pour tous

Pratique de Qi gong et  
démonstration de tai-chi-  
chuan (arts martiaux chinois  
avec un travail sur la respiration)

Arène

• **14h30 – 16h30**

pour tous

Découverte du jeu d'échecs

Arène

• **14h30 – 16h30**

10-14 ans

Football – grand jeu

Arène

• **15h – 17h**

pour tous

Jeu du loup-garou

Arène

• **16h – 17h30**

pour tous

Massage Amma

Arène

Inscription obligatoire au

06 82 35 31 44

• **17h30 – 18h15**

18 ans et +

Aquagym tonique

Piscine municipale

Gratuit – Inscription obligatoire

à la Piscine municipale au

02 35 72 90 58



## Mardi 26 août

• **10h30 – 11h30**

pour tous

Pratique de Qi gong et démonstration de tai-chi-chuan (arts martiaux chinois avec un travail sur la respiration)

Arène

• **14h – 16h**

16 ans et +

Atelier création de porte-cartes

Salle Marcel Lods

Inscription obligatoire au

06 82 35 31 44

• **14h – 16h**

8 ans et +

Boxe thaïlandaise

Arène

• **14h – 16h**

6 ans et +

Tennis de table

Arène

Inscription obligatoire au

06 82 35 31 44

• **14h30 – 16h30**

12 ans et +

Tennis de table en réalité virtuelle

Arène

Inscription obligatoire au

06 82 35 31 44

• 14h30 – 16h30

pour tous

Concours de pétanque

Arène

• 14h30 – 16h30

pour tous

Marche sportive et culturelle  
(au détour des rues et structures  
portant les noms d'illustres  
Sottevillaises et Sottevillais)

Rendez-vous 14h15- Arène

Ouvert à tous les âges, tous  
les niveaux de pratique et aux  
personnes valides comme  
en situation de handicap et  
porteuses de troubles (TSA,  
TDAH, multidys, etc.)

• 15h – 17h

pour tous

Undercover (jeu de société)

Arène



• 17h – 18h

18 ans et +

Gym douce

Arène

• 17h – 18h

pour tous

Hip-hop

Arène

• 18h – 19h

pour tous

Hip-hop

Arène

• 18h30 – 20h

16 ans et +

Marche nordique

Rendez-vous à 18h15 au  
parking près du Novotel -  
avenue de l'Université à  
Saint-Etienne-du-Rouvray  
TEOR 4 - Arrêt Zénith

Inscription obligatoire :  
Stade Sottevillais 76,  
02 35 62 06 79 ou  
stadesottevillais-76@wanadoo.fr

Possibilité de prêt de bâtons  
sur demande



## Mercredi 27 août

• 10h30 - 11h15

pour tous

Aquagym douce  
en musique

Piscine municipale

Gratuit - Inscription obligatoire  
au 02 35 72 90 58

• 10h30 - 11h30

pour tous

Pratique de Qi gong et  
démonstration de tai-chi-  
chuan (arts martiaux chinois  
avec un travail sur la respiration)

Arène

• 11h - 12h

16 ans et +

Sophrologie

Arène

Inscription obligatoire au  
06 82 35 31 44

• 14h - 16h

16 ans et +

Atelier création de porte-  
cartes

Salle Marcel Lods

Inscription obligatoire au  
06 82 35 31 44

• 14h - 16h30

pour tous

Fabrication de boucles  
d'oreilles

Arène

Inscription obligatoire au  
06 82 35 31 44

• 14h30 - 16h30

7 ans et +

Initiation cerf-volant

Arène

Inscription obligatoire au  
06 82 35 31 44



• 14h30 - 16h30

pour tous

Découverte du bridge

Arène

• 15h - 17h

Atelier origami

Arène

pour tous



• 19h - 20h15

16 ans et +

Running et renforcement musculaire

Rendez-vous à 18h45 sur la piste d'athlétisme

19h-22h

Soirée de clôture  
« disco »

Tenue blanche de rigueur

Hawaï



Parce qu'il faut bien se quitter un jour et se remémorer les bons souvenirs de l'été, parce que c'est le moment de remercier tous les animateurs qui vous ont fait passer de bonnes vacances, parce qu'on n'est pas contre une dernière danse, voici une soirée dansante de clôture de haut niveau.

En préambule : inauguration de la fresque murale des artistes de K2B Graff et Naja avec la participation de Sottevillais.

On compte sur vous pour jouer le jeu du dress-code : tous en blanc !

Pique-nique et  
barbecue possibles  
dès 19h



## samedi 30 août

• 15h - 17h

pour tous

Exposition d'oiseaux

Quand il n'y en a plus, il y en a encore ! Alors qu'*Un été au stade* s'est achevé en un battement d'aile il y a quelques jours, de jolis volatiles se posent et s'exposent. Souriez, les petits oiseaux sont de sortie.

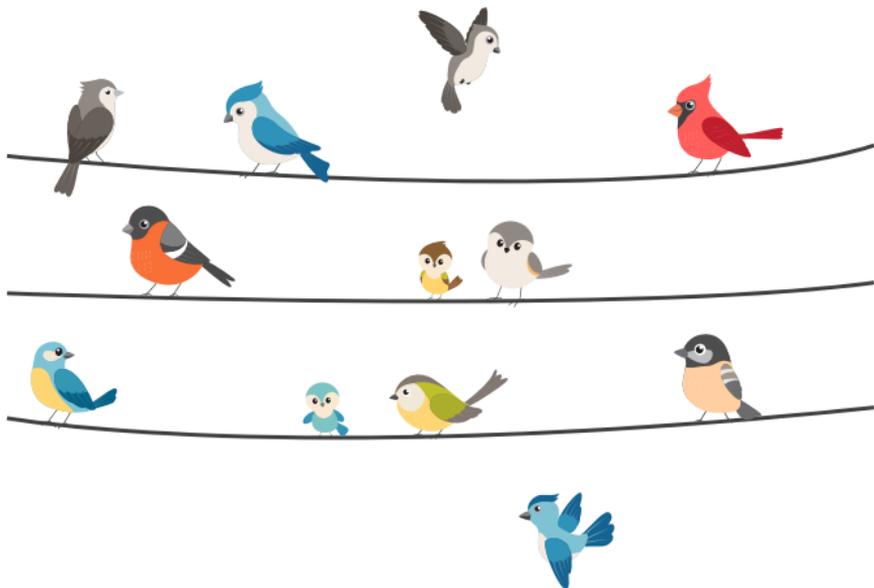
Hawaï

Le programme est évolutif, des animations peuvent s'ajouter ponctuellement.

Suivez la page Facebook et consultez les panneaux sur place pour ne rien manquer.



Un été au stade



## Parcours au stade et dans la ville

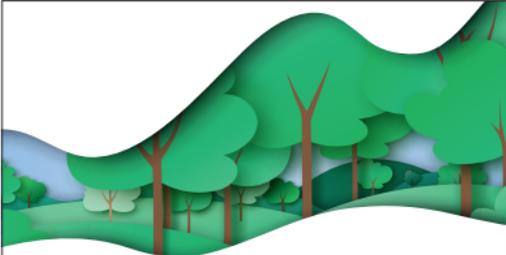
Des parcours à déguster en solo, entre amis ou en famille, à tous les âges !

Au stade, le **parcours permanent de course d'orientation** : il suffit de se présenter auprès des animateurs dans l'arène pour retirer une carte avec différentes balises à retrouver.

Il est possible de jouer également entre équipes.

Durée : 30 minutes à 1 heure.

A noter : un parcours est accessible pour les personnes à mobilité réduite.



### Parcours biodiversité du Conseil municipal d'enfants



Venez découvrir  
la faune et la flore  
du bois de la Garenne  
et du Bois-Petit avec  
Ama et Boulon d'or



Dans le bois de la Garenne, à l'espace Valentine Allorge et au sein du parc du Centre hospitalier du Bois-Petit, suivez le **parcours biodiversité** puis partez à la découverte de la faune et de la flore qui s'épanouit dans ces lieux et vous en apprendrez un peu plus sur l'habitat des animaux, leur mode de vie, leur alimentation...

Dans la ville, profitez d'une promenade de découvertes artistiques avec le guide **Au fil de l'art**. Au long de ce parcours, vous découvrirez les œuvres de plasticiens français et étrangers, scénographes, peintres ou dessinateurs qui marquent l'histoire de la ville.



Dans la Ville, le **parcours rallye patrimoine** est une manière ludique d'approfondir vos connaissances sur Sotteville-lès-Rouen. En autonomie, vous demandez aux animateurs la fiche rallye puis vous partez à la découverte des éléments d'architecture remarquables de Sotteville (Hôpital du Bois-Petit, maison rue de Trianon...) grâce à ce parcours en 8 stations.

A la fin du parcours, de retour au stade avec les bonnes réponses, transmettez votre questionnaire aux animateurs. Durée 2 heures.

En partenariat avec Rouen Normandie Tourisme.

Et si finalement vous partiez pour un parcours... sur place ? **Cinq vélos connectés** vous attendent au stade, **en accès libre**.

Installez-vous en réglant la selle au niveau de votre hanche, pédalez pour allumer l'écran, posez votre smartphone et empruntez des routes virtuelles via l'application Zwift ou jouez via l'application Kompan puis faites part de vos performances aux animateurs.



## Remerciements

La Ville remercie l'ensemble des partenaires :

- Stade Sottevillais Cheminot Club sections basketball, Ener'gym, judo, pétanque, tennis de table, football, tennis
- Auto Cycle Sottevillais
- Club d'arts martiaux traditionnels sottevillais
- Solidarité boxing club internationale
- Gwez
- La Sottevillaise
- Stade Sottevillais 76
- Union Vélocipédique Sottevillaise
- L'écho des sens
- Normandie cerf-volant
- Sotteville bridge club
- Compagnie des archers sottevillais
- Union Artistique de Sotteville
- Maison pour tous
- Métropole Rouen Normandie
- Les sapeurs-pompiers de Sotteville
- Photo club sottevillais
- Association So'SpAC
- Sotteville au fil du temps
- Akong
- Club d'échecs sottevillais
- Chic Planète
- Comité départemental de badminton
- Escam
- Sped
- Kung Fu Thieulam
- Les causeries de Marmantine
- Ludibrik
- Nolandy Evènementiel
- Compartiment 7 & Cie

- Corzéame
- Forever Country
- Thibaut Dupré
- Valérie Bamas
- K2B Graff et Naja
- Association C. Facile
- Damier club de Rouen
- Activités Sportives et de Loisirs pour Tous
- Groupement rouennais d'aviation légère
- Les Frixie's
- Les petits chevaux
- La Ville de Rouen
- les Sottevillaises et les Sottevillais (Michel, Philippe, Farida, Christine B., Christian, Margareth, Bruno...)
- toutes les personnes qui ont, de près ou de loin, contribué à l'organisation de l'événement

Les acteurs municipaux mobilisés pendant la manifestation :

- la direction des Sports (et les animateurs estivaux Honorine, Camille et Clémence)
- les Maisons citoyennes Henri Gadeau de Kerville, Ferdinand Buisson et Grenet-Voltaire
- la direction de la Solidarité et du CCAS
- la direction des Affaires culturelles
- la Bibliothèque municipale
- le service Petite enfance
- la Piscine municipale
- la direction de l'Information et de la communication

Ville de Sotteville-lès-Rouen



# CARREFOUR

## des associations sottévillaises & des loisirs municipaux

**Nouveauté 2025 Bourse aux articles de sport**

(vêtements, chaussures, équipements...) à petits prix

Adhérer à l'association Ecolocity pour bénéficier des tarifs les plus avantageux

**Samedi 6 septembre 2025**

**10h-17h**

**Stade municipal Jean Adret**



Sotteville-les-rouen.fr  
Tél. 02 35 63 62 20

  
**Sotteville**  
lès-Rouen

4

