

PROGRAMME HIVER



Pass' Sport Culture 2024



Le Pass'Sport Culture est organisé par la Direction de l'Éducation Nationale, de la Jeunesse et des Sports. Cette opération permet aux jeunes âgés de 11 à 25 ans, monégasques, résidents ou scolarisés à Monaco, de pratiquer des activités culturelles et sportives pendant les vacances scolaires.

Moyennant un forfait de 25 euros pour les périodes de vacances intermédiaires, la carte Pass'Sport Culture permet de s'inscrire à toutes les activités en fonction des places disponibles.

Le dossier d'inscription peut être retiré sur place de 9h30 à 18h30 ou téléchargé sur le site :

<https://monservicepublic.gouv.mc/thematiques/education/vie-extra-scolaire/adolescents/s-inscrire-au-pass-sport-culture>

Le Pass'Sport Culture Hiver 2024 fonctionne du lundi 26 février au vendredi 8 mars.

L'assurance prise par les associations prestataires ne couvre les participants que dans le cas où la responsabilité de l'animateur serait engagée. Les adhérents doivent impérativement être couverts par une assurance responsabilité civile.

La Direction de l'Éducation Nationale, de la Jeunesse et des Sports remercie les Services, Associations et personnes qui collaborent à cette édition 2023-2024.

Contact

Centre d'Information de l'Éducation Nationale
ouvert du lundi au vendredi, de 9h30 à 18h30
Tél. : 98 98 87 63

Le programme du Pass'Sport Culture est réalisé avec le concours
de la Direction des Affaires Culturelles.

Théâtre d'impro

La Compagnie de l'Étincelante

De 11 à 17 ans

Stage du 4 au 8 mars, de 10h00 à 12h00

Tél. pour inscription au CIEN : 98 98 87 63

Lieu de rendez-vous : *Centre de la Jeunesse Princesse Stéphanie*
45, avenue des Papalins - Parking du Port

Vous rêvez de monter sur scène ? Venez dépasser vos peurs, vos doutes et prendre confiance en vous. Après avoir entraîné le corps, l'écoute, l'imagination et les personnages, vous êtes enfin prêt pour le "match d'impro" ! L'improvisation c'est quoi ? C'est un jeu non préparé dans lequel on peut être qui on veut, et créer toutes les situations, l'imagination est la seule limite. Alors, Cap ou pas Cap de monter sur scène ?

Dans la peau d'un aquariologiste

Musée Océanographique de Monaco

À partir de 11 ans

Séances les lundis 26 février et 4 mars, de 10h00 à 12h00

Tél. pour inscription au CIEN : 98 98 87 63

Lieu de rendez-vous : *Hall d'entrée du Musée Océanographique*
Avenue Saint Martin

Accompagné d'un aquariologiste, vous vivrez une véritable expérience immersive : présentation de la cuisine, découverte du bassin tactile et de l'aquarium Méditerranée, visite de la réserve... et bien d'autres surprises !

Mars 2024

lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.	dim.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

Février 2024

lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.	dim.
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29			

Mars 2024

lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.	dim.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

Cut Paper

Centre de la Jeunesse Princesse Stéphanie

De 11 à 17 ans

Stage du 26 février au 1^{er} mars, de 10h00 à 11h30

Tél. pour inscription au CIEN : 98 98 87 63

Lieu de rendez-vous : *Centre de la Jeunesse Princesse Stéphanie*
45, avenue des Papalins - Parking du Port

L'art du découpage du papier consiste à laisser place à l'imagination à partir d'un dessin, d'une forme, d'animaux fantastiques, de géométrie...

Les dessins sont découpés de manière créative et artistique pour donner vie à leurs idées à partir d'une seule feuille de papier.

Quelques exemples de réalisations :



Février & mars 2024

lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.	dim.
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	1	2	3

BD / Manga

La Compagnie de l'Étincelante

De 11 à 17 ans

Stage du 4 au 8 mars, de 10h00 à 12h00

Tél. pour inscription au CIEN : 98 98 87 63

Lieu de rendez-vous : *Centre de la Jeunesse Princesse Stéphanie*
45, avenue des Papalins - Parking du Port

Laissez place à votre imagination ! Vous choisirez entre monter votre planche de BD ou vous initier à l'art du manga en abordant le processus de création avant d'organiser vos images et raconter votre histoire...

Il n'y a pas que dans son bain que l'on peut faire des bulles !

Jeux de société

Centre de la Jeunesse Princesse Stéphanie

De 11 à 17 ans

Stages du lundi 26 au mercredi 28 février, puis du lundi

4 au mercredi 6 mars, de 10h00 à 12h30

Tél. pour inscription au CIEN : 98 98 87 63

Lieu de rendez-vous : *Centre de la Jeunesse Princesse Stéphanie*
45, avenue des Papalins - Parking du Port

Partez à la découverte de jeux divers et variés : jeu de stratégie, jeu de présentation ou encore jeu d'aventure ! Et pourquoi ne pas amener vos propres jeux afin de les faire découvrir aux autres joueurs !

Mars 2024

lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.	dim.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

Février 2024

lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.	dim.
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29			

Mars 2024

lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.	dim.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

Cirque acrobatique

Club Ninette

De 11 à 17 ans

Stage du 26 février au 1er mars, de 10h00 à 12h00

Tél. pour inscription au CIEN : 98 98 87 63

Lieu de rendez-vous : Centre de la Jeunesse Princesse Stéphanie
45, avenue des Papalins – Parking du Port

Dans un univers artistique mêlant performances acrobatiques et jeux d'équilibre, vous vous initierez aux arts du cirque. Tout ceci chorégraphié dans une inspiration « cirque acrobatique ».

Attention : porter des baskets et prévoir une bouteille d'eau.

Parkour / free run

Fémina Sports

Stages du 4 au 6 mars

De 11 à 13 ans : de 17h00 à 18h00

Pour les + de 13 ans : de 18h00 à 19h00

Tél. pour inscription au CIEN : 98 98 87 63

Lieu de rendez-vous : Salle de gymnastique
Complexe de la Gare SNCF niveau 3 – Salle numéro 1

Venez pratiquer cette discipline sportive en toute sécurité dans un espace dédié. Le « parkour » consiste à franchir successivement divers obstacles par des mouvements rapides : course, sauts, gestes d'escalade, déplacements en équilibre, acrobaties... Prenez les bons réflexes !

Attention : prévoir des baskets et une bouteille d'eau.

Février & mars 2024

lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.	dim.
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	1	2	3

Mars 2024

lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.	dim.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

Trampoline

L'Étoile de Monaco

À partir de 11 ans

Stages de 2 jours, du lundi 26 au mardi 27 février ou du jeudi 29 février au vendredi 1^{er} mars, de 14h00 à 16h00
Tél. pour inscription au CIEN : 98 98 87 63

Lieu de rendez-vous : Salle de gymnastique
Complexe de la Gare SNCF niveau - 9

Venez exécuter sauts et figures acrobatiques et découvrir cette discipline sportive en toute sécurité dans un espace dédié.

Attention : prévoir des baskets et une bouteille d'eau.

Février & mars 2024						
lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.	dim.
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	1	2	3

Escalade

Marie-Anne Le Cottier

Séances les mardis 27 février et 5 mars, et les vendredis 1^{er} et 8 mars

De 11 à 13 ans : de 9h30 à 11h00 ou de 13h30 à 15h00

Pour les + de 13 ans : de 11h00 à 12h30 ou de 15h00 à 16h30

Tél. pour inscription au CIEN : 98 98 87 63

Lieu de rendez-vous : Espace Saint-Antoine - Fontvieille
Entrée par la rue du Gabian

L'escalade est un sport très mental qui permet de développer son sang froid, de vaincre sa peur, d'anticiper, afin de trouver la bonne stratégie et la bonne tactique pour progresser. Ce sport demande de la concentration, développe le sens de l'équilibre et la souplesse tout en faisant travailler tous les muscles.

Attention : porter une tenue de sport et prévoir une bouteille d'eau.

Février & mars 2024						
lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.	dim.
26	27	28	29	1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

Handball

ASM Handball

De 11 à 13 ans : stage du lundi 4 au mardi 5 mars, de 10h00 à 12h00

Pour les + de 13 ans : stage du jeudi 7 au vendredi 8 mars, de 10h00 à 12h00

Tél. pour inscription au CIEN : 98 98 87 63

Lieu de rendez-vous : [Espace Saint-Antoine - Fontvieille](#)

Entrée par la rue du Gabian

Vous aimez courir, sauter, tirer et marquer des buts ? Venez découvrir le handball !

Attention : prévoir une tenue de sport et une bouteille d'eau.

Badminton

Fédération Monégasque de Badminton

Stages de 2 jours, du lundi 26 au mardi 27 février ou du mercredi 28 au jeudi 29 février

De 11 à 13 ans : de 10h30 à 12h30

Pour les + de 13 ans : de 13h30 à 15h30

Tél. pour inscription au CIEN : 98 98 87 63

Lieu de rendez-vous : [Espace Saint-Antoine - Fontvieille](#)

Entrée par la rue du Gabian

Les bonnes raisons de se mettre au badminton ? C'est très in, très simple, très rapide, très jeune, très défoulant et c'est olympique !

Attention : porter une tenue de sport avec des baskets à semelles claires et prévoir une bouteille d'eau.

Mars 2024

lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.	dim.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

Février 2024

lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.	dim.
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29			

Tennis de table

ASM Tennis de table

À partir de 11 ans

Stage du mercredi 6 au jeudi 7 mars, de 14h00 à 16h00

Tél. pour inscription au CIEN : 98 98 87 63

Lieu de rendez-vous : [Stade Louis II – Salle de tennis de table](#)

Découverte et perfectionnement du tennis de table.

Développez vos réflexes, votre sens de l'anticipation, gagnez en dextérité et en précision.

Attention : prévoir un short, des chaussures de sport et une bouteille d'eau.

Mars 2024						
lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.	dim.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

Sports de combat

Académie Internationale d'Arts Martiaux de Monaco

De 11 à 13 ans : stage du mercredi 6 au jeudi 7 mars, de 10h00 à 12h00

Pour les + de 13 ans : stage du lundi 4 au mardi 5 mars, de 10h00 à 12h00

Tél. pour inscription au CIEN : 98 98 87 63

Lieu de rendez-vous : [Stade Louis II – Salle de boxe](#)

Partez autour du monde à la découverte de cinq sports de combat !

Pàijeda (Monaco), Kickboxing (États-Unis d'Amérique et Japon), Muaythai (Thaïlande), Kung Fu Wushu Sanda (Chine), Krav-Maga (Israël)... Découvrez, pratiquez et initiez-vous à ces sports de combats, de self-défense, ou arts martiaux issus de différents pays, cultures et époques : un tour du monde géographique mais aussi historique !

Au programme : moyens de défense, de contrôle ou de comportement pour se défouler, développer la maîtrise de soi ; techniques pour contrôler l'adversaire et prendre du plaisir.

Attention : porter un short ou un pantalon de survêtement, un t-shirt et des chaussures de sport et prévoir une petite serviette et une bouteille d'eau.

Mars 2024						
lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.	dim.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31