

# PROGRAMME PRINTEMPS



## Pass'sport Culture 2023



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 à l'adresse suivante : <https://monservicpublic.gouv.mc/thematiques/education/vie-extra-scolaire/adolescents/s-inscrire-au-pass-sport-culture>

**Le Pass'Sport Culture Printemps 2023 fonctionne du lundi 17 au vendredi 28 avril.**

L'assurance prise par les associations prestataires ne couvre les participants que dans le cas où la responsabilité de l'animateur serait engagée. Les jeunes 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 2022-2023.*

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.

## Robotique

### Centre de la Jeunesse Princesse Stéphanie

**De 11 à 21 ans**

Stage du lundi 24 au vendredi 28 avril  
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*

Les objets programmés sont partout et ça n'est pas prêt de s'arrêter ! Mêlant connaissances en informatique et maîtrise du monde numérique, vous développerez votre créativité et votre esprit d'analyse en apprenant à monter, programmer et faire bouger des robots.

Avril 2023

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

## Découverte du montage

### Institut Audiovisuel de Monaco

**À partir de 11 ans**

Séance le mercredi 19 avril, de 13h30 à 15h30

Tél. pour inscription au CIEN : 98 98 87 63

Lieu de rendez-vous : [\*Institut Audiovisuel de Monaco\*](#)  
*83-85, boulevard du Jardin Exotique*

Cet atelier initie au montage de film de manière collaborative et ludique. Une table de montage un peu spéciale, appelée la « table mash'up », permet de mixer en direct des extraits vidéos, des musiques, des bruitages et même d'enregistrer des doublages voix, le tout par le biais de simples cartes et d'un micro ! Les images données à monter pour créer de nouveaux récits sont extraites de films amateurs tournés avec des caméras 9,5 mm à Monaco entre 1925 et 1973 et conservées à l'Institut.

Avril 2023

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

## Parkour / free run

### Fémina Sports

Stages du jeudi 20 au vendredi 21 avril ou du jeudi 27 au vendredi 28 avril

**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.**

## Trampoline

### L'Étoile de Monaco

**À partir de 11 ans**

Stages du lundi 17 au mardi 18 avril ou du lundi 24 au mardi 25 avril, 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.**

Avril 2023

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

Avril 2023

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

## Badminton

### Fédération Monégasque de Badminton

Stages de 2 jours, 3 jours ou 5 jours  
du lundi 24 au vendredi 28 avril

**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

Avril 2023

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

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.**

## Tennis de table

### A.S. Monaco Tennis de table

**À partir de 11 ans**

Stage du mercredi 26 au jeudi 27 avril  
de 14h00 à 16h00

Tél. pour inscription au CIEN : 98 98 87 63

Avril 2023

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

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

Découverte et perfectionnement dans la pratique du tennis de table.  
Développez vos réflexes, votre sens de l'anticipation, gagnez en dextérité, en précision.

**Attention : prévoir un short et des chaussures de sport.**

## Accrobranche

### Centre d'Information de l'Éducation Nationale

#### À partir de 13 ans

Sorties les mardis 18 et 25 avril

Départ du bus à 9h00 précises, retour vers 15h00

Tél. pour inscription au CIEN : 98 98 87 63

Lieu de rendez-vous : [arrêt de bus du Stade Louis II, à Fontvieille \(côté Cap d'Ail\)](#)

Vous aimez les sensations fortes ? Direction le parc des rives du Loup pour un parcours d'accrobranche en pleine nature !

**Attention : il est nécessaire de mesurer 1m45 au minimum pour participer à cette activité. Prévoir un sac à dos avec un pique-nique, une bouteille d'eau, des baskets, un pantalon, des gants type jardinage et des lunettes de soleil.**

Avril 2023

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

## Escalade

### Centre d'Information de l'Éducation Nationale

Séances les vendredis 21 et 28 avril

#### 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.**

Avril 2023

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

## Ma'création

### Centre de la Jeunesse Princesse Stéphanie

#### De 11 à 21 ans

Stage du mercredi 19 au vendredi 21 avril  
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*

(Re)découvrez les techniques du macramé grâce à cet atelier créatif. Vous laisserez libre court à votre imagination en créant des accessoires pour smartphone, tablette, appareil photo... : pochette, bandoulière, cordon, etc. Une touche bohème pour des objets high-tech ! Faites de votre téléphone un accessoire de mode.

#### Avril 2023

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

## Vol en planeur

### Association Monégasque de Vol à Voile

#### À partir de 15 ans

Sortie le mercredi 26 avril

Départ du bus à 8h15 précises, retour vers 15h30

Tél. pour inscription au CIEN : 98 98 87 63

Lieu de rendez-vous : *arrêt de bus du Stade Louis II, à Fontvieille (côté Cap d'Ail)*

Direction Fayence pour une initiation au planeur ! Présentation du sport, découverte des machines et des principes de vol et mise en application avec un baptême de l'air de 30 min. Un moment inoubliable à la découverte du ciel et de la nature.

**Attention : prévoir une casquette, des lunettes de soleil, une veste, des baskets, une bouteille d'eau et un pique-nique.**

#### Avril 2023

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

## Activités subaquatiques

### Académie Monégasque de la Mer

#### À partir de 11 ans

Stages du lundi 17 au jeudi 20 avril ou du lundi 24 au vendredi 28 avril, de 9h00 à 12h00

Tél. pour inscription au CIEN : 98 98 87 63

Lieu de rendez-vous : [Académie Monégasque de la Mer](#)  
*Plage du Larvotto*

Au programme : divers ateliers d'initiation à la randonnée palmée, au sauvetage aquatique, à la plongée libre et au swim & run (uniquement la deuxième semaine). Nouveauté : la semaine se terminera sur un escape game aquatique et subaquatique !

**Attention : prévoir une bouteille d'eau, un maillot, une serviette de bain et une tenue de rechange.**

#### Avril 2023

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

## Aviron / kayak

### Société Nautique de Monaco

Séances les mardis 18 et 25 avril

**De 11 à 13 ans :** de 14h00 à 15h30

**Pour les + de 13 ans :** de 15h30 à 17h00

Tél. pour inscription au CIEN : 98 98 87 63

Lieu de rendez-vous : [Société Nautique](#)  
*Quai Louis II*

Au départ du Port Hercule, prenez vos rames et glissez sur l'eau à la découverte de l'aviron ou du kayak.

**Attention : porter de vieilles baskets et prévoir une casquette et une bouteille d'eau. Port du t-shirt obligatoire.**

#### Avril 2023

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



## Sports de combat

### Académie Internationale d'Arts Martiaux de Monaco

**De 11 à 13 ans** : stage du lundi 17 au mardi 18 avril, de 10h00 à 12h00

**Pour les + de 13 ans** : stage du mercredi 19 au jeudi 20 avril, de 10h00 à 12h00

Tél. pour inscription au CIEN : 98 98 87 63

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

Pàijeda (Monaco, XXIe siècle), Kickboxing (États-Unis d'Amérique et Japon, XXe siècle : années 70), Muaythāi (Thaïlande, XVe siècle), Kung Fu Wushu Sanda (Chine, Ve siècle et version sportive moderne XXe siècle), Krav-Maga (Israël, XXe siècle) – Découvrez, pratiquez et initiez-vous à ces sports de différents pays et de différentes époques : un tour du monde géographique et historique.

**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.**

### Avril 2023

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