

# ESTIVÉS #5 NANTES TERRAIN DE JEUX

VILLE DE  
**Nantes**

**15 Juin au 15 Juillet  
15 Août au 15 Septembre 2024**

**Gratuit**

Du 19 juin jusqu'en septembre, plus de 200 activités encadrées par des collectifs (escalade, yoga, parkour, roller, BMX, trottinette, skate, grimpe d'arbres...) ainsi que des ateliers de prévention santé sont proposés gratuitement aux Nantaises et aux Nantais aux squares Schwob et Aubin, aux douves du château et au parc des chantiers **Découvrez le programme !**



## **MIROIR D'EAU**

### **Slackline** | *Slackers 4x4*

➤ Le dimanche 30 juin de 10h à 18h

### **Grimpe d'arbre** | *Escapades Branchées*

➤ Les mercredis 4 et 11 septembre de 14h à 18h

### **Skate** | *Azimute*

➤ Démonstration le 22 juin de 14h à 15h

➤ Initiations les 19 juin, 3, 13 et 14 juillet, 31 août, 1<sup>er</sup>, 7 et 8 septembre de 10h à 12h

### **BMX** | *BMX Addictions*

➤ Les mercredis 10 juillet, 21 et 28 août de 9h à 13h : initiation

### **Slackline** | *Les sanglés de l'ouest*

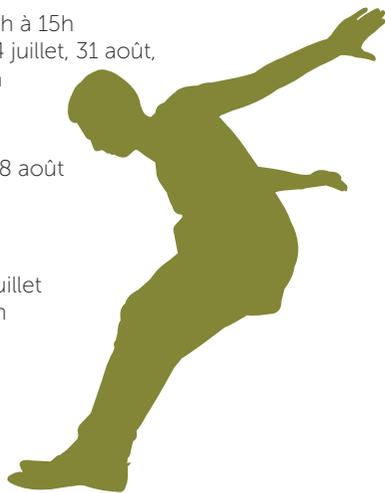
➤ Les mercredis 19 juin, 3 et 10 juillet et 4 et 11 septembre de 18h à 20h

➤ Les samedis 22 et 29 juin, 7 septembre de 10h à 12h

➤ Les dimanches 7 juillet et 18 août de 10h à 12h

### **Course à pied** | *Coueurs*

➤ Course contre le tram le 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30 juin de 18h à 18h30



## SQUARE AUBIN

### Escalade | Oz'Aléo

Sur inscription, lien d'inscription : <https://ozaleo.fr/estives/>

#### Juin

- Le lundi 24 juin de 19h à 21h30 vers l'autonomie
- Le mardi 25 juin de 18h à 21h conseil à la pratique
- Les mercredis 19 et 26 juin de 16h30 à 18h découverte et de 18h à 21h conseil à la pratique
- Les jeudis 20 et 27 juin de 18h à 21h conseil à la pratique
- Les vendredis 21 et 28 juin de 19h à 21h30 vers l'autonomie
- Le samedi 29 juin de 9h30 à 12h30 découverte et de 13h30 à 15h vers l'autonomie
- Le dimanche 30 juin de 10h à 13h urban climbing et de 14h à 17h conseil à la pratique



#### Juillet :

- Les lundis 1<sup>er</sup> et 8 juillet de 19h à 21h30 vers l'autonomie
- Les mardis 2 et 9 juillet de 18h à 21h conseil à la pratique
- Les mercredis 3 et 10 juillet de 16h30 à 18h, découverte et de 18h à 21h conseil à la pratique
- Les vendredis 5 et 12 juillet de 19h à 21h30 vers l'autonomie
- Les samedis 6 et 13 juillet de 9h30 à 12h30, découverte et de 13h30 à 15h vers l'autonomie
- Les dimanches 7 et 14 juillet de 10h à 13h urban climbing

#### Août

- Les lundis 5, 12, 19 et 26 août de 19h à 21h30 vers l'autonomie
- Les mardis 6, 13, 20 et 27 août de 18h à 21h, conseil à la pratique
- Les mercredis 7, 14, 21 et 28 août de 16h30 à 18h, découverte et de 18h à 21h, conseil à la pratique
- Le jeudi 8 août de 18h à 21h, conseil à la pratique
- Les vendredis 9, 16, 23 et 30 août de 19h à 21h30 vers l'autonomie
- Les samedis 10, 17, 24 et 31 août de 9h30 à 12h30, découverte et de 13h30 à 15h vers l'autonomie
- Les dimanches 18 et 25 août de 10h à 13h urban climbing



En raison des travaux d'extension du Jardin extraordinaire, le site d'escalade de la carrière Misery sera fermé de juin 2024 jusqu'à septembre 2025. Le square Aubin reste lui ouvert à la pratique de l'escalade.

Réouverture avec 110 voies d'escalade et 2 via-ferrata.

### Septembre

- Les dimanches 1<sup>er</sup>, 8 et 15 septembre de 10h à 13h urban climbing et de 14h à 17h conseil à la pratique
- Les lundis 2 et 9 septembre de 19h à 21h30 vers l'autonomie
- Les mardis 3, 10 septembre de 18h à 21h conseil à la pratique
- Les mercredis 4 et 11 septembre de 16h30 à 18h découverte et 18h à 21h conseil à la pratique
- Les jeudis 5, 12 septembre de 18h à 21h conseil à la pratique
- Les vendredis 6, 13 septembre de 18h à 21h conseil à la pratique
- Les samedis 7 et 14 septembre de 9h30 à 12h30 découverte et de 13h30 à 15h vers l'autonomie

### Premiers secours | Aqua Breizh club 44

- Les mercredis 4 et 11 septembre de 17h à 20h
  - Les vendredis 6 et 13 septembre de 18h à 21h
  - Les samedis 7 et 14 septembre de 9h30 à 12h30
- Initiation aux gestes qui sauvent

## CHÂTEAU DES DUCS DE BRETAGNE

### Parkour | Traceurs de Nantes

- Le dimanche 30 juin de 13h à 18h

### Yoga | Sagaar Yoga

Apporter son tapis de sol et inscription obligatoire

Lien d'inscription : <https://sagaaryoga.fr/reservation/>

### Hatha yoga tous niveaux

- Le mercredi de 17h45 à 18h45
- Les 19 et 29 juin, 3 et 10 juillet, 21 et 28 août, 4 et 11 septembre

### Vinyasa yoga tous niveaux

- Le mercredi de 19h à 20h.
- Les 19 et 29 juin, 3 et 10 juillet, 21 et 28 août, 4 et 11 septembre

### **Biathlon | Coureurs**

Course à pied autour du château et jeux d'adresse basket bol (tir au panier avec de vrai bol Breton) de 14h à 18h le 23 juin

### **Acroyoga | Acroyoga Nantes Reçoit**

*Apporter son tapis*

➤ Les mercredis 3 juillet de 14h à 16h, 10 juillet de 17h à 19h, 21 et 28 août de 17h à 19h, 4 et 11 septembre de 10h à 12h

### **Vinyasa yoga tous niveaux**

➤ Le samedi de 16h15 à 17h15  
➤ Les 22 juin, 6 et 13 juillet, 17 et 24 août, 7 et 14 septembre

### **Hatha yoga tous niveaux**

➤ Le samedi de 17h30 à 18h30 ;  
➤ Les 22 juin, 6 et 13 juillet, 17 et 24 août, 7 et 14 septembre

### **Yoga | Nour**

*Apporter son tapis de sol et inscription obligatoire  
Lien d'inscription (QR ci-contre)*



### **Yoga pour tous dynamique** de 11h30 à 12h30

➤ Les samedis 22 juin, 6 et 13 juillet, 17, 24 et 31 août, 7 et 14 septembre  
➤ Les dimanches 23 juin, 7 et 14 juillet, 18 et 25 août, 1<sup>er</sup>, 8 et 15 septembre

### **Yoga pour tous doux** de 10h15 à 11h15

➤ Les samedis 22 juin, 6 et 13 juillet, 17, 24 et 31 août, 7 et 14 septembre  
➤ Les dimanches 23 juin, 7 et 14 juillet, 18 et 25 août, 1<sup>er</sup>, 8 et 15 septembre



## LE SQUARE SCHOWB

### Course à pied | *Coureurs*

3 boucles : jardin extraordinaire, parc des Oblates, Square Maurice Schwob, escaliers Butte Sainte Anne le 11 septembre départ à 19h. Départ et arrivée place des Garennes

### Yoga | *Eléphant yoga studio*

*Apporter son tapis de sol*

*Inscription obligatoire sur le site : <https://www.elephantyoga.studio/ateliers/estives-yoga-gratuit-nantes-2024/>*

### Yoga senior

- Le mercredi de 10h30 à 11h30
- Les 19 et 26 juin, 3, 10 et 17 juillet, 21 et 28 août, 4 et 11 septembre

### Yoga parent/enfant

- Le mercredi de 10h à 11h
- Les 19 et 26 juin, 3 et 10 juillet, 14, 21 et 28 août, 4 et 11 septembre

### Yoga adulte

- Le mercredi de 18h30 à 19h30
- Les 19 et 26 juin, 3 et 10 juillet, 14, 21 et 28 août, 4 et 11 septembre

### Yoga tous niveaux

- Le samedi de 18h à 19h
- Les 22 juin, 6 juillet, 24 août, 1<sup>er</sup>, 7 et 14 septembre



## PARC DES CHANTIERS

### LE JARDIN DES BERGES

**Mountainboard** | *L.A Mountainboard*

➤ Le 1<sup>er</sup> septembre de 11h à 17h initiations, 14h et 16h démonstration de mountainboard pendant 45 min

### LE JARDIN DES VOYAGES

**Parkour** | *Traceurs de Nantes*

➤ Le 24 août de 10h30 à 12h

### LA CALE DES SOUS-MARINS

**Street golf** | *Street Golf à l'ouest*

➤ Le 31 août de 9h à 13h et le 1<sup>er</sup> septembre de 14h à 18h

### L'ESPLANADE J.DEMY / MÉDIATHÈQUE J.DEMY

**Parkour** | *Traceurs de Nantes*

➤ Le 23 juin, 6 juillet, 8 et 15 septembre de 10h30 à 12h



### 3 sites de pratiques :

#### Square Aubin et square Schwob

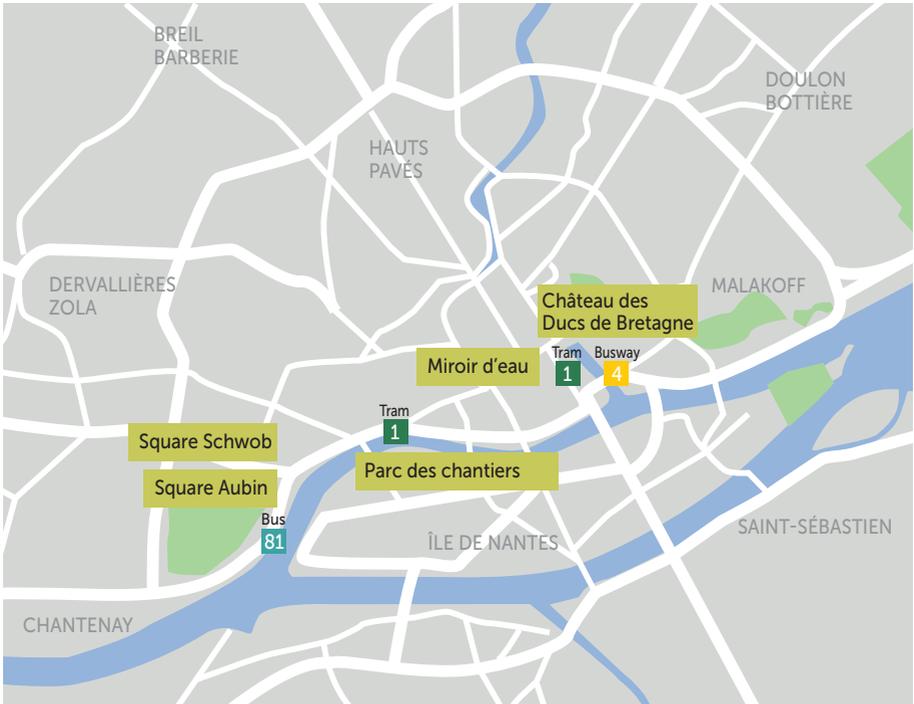
Bus 81 - arrêt : Carrière Misery

#### Miroir d'eau / Château des ducs de Bretagne

Tram 1 et Busway 4 - arrêt : Duchesse Anne / Château

#### Quai Fernand Croau

Tram 1 - arrêt : Chantiers navals



Direction des Sports – Ville de Nantes – Double Mixte – Adaptation : VUPAR – Crédit photo : LA Mountainboard  
Imprimé sur papier recyclé - Ne pas jeter sur la voie publique.

#### Nous contacter

Par courrier postal Hôtel de Ville de Nantes  
2 rue de l'Hôtel de Ville - 44094 Nantes Cedex 1

Accueil du public 29 rue de Strasbourg - 44000 Nantes