

DU 15 JUIN AU 5 SEPTEMBRE

LA PLAGE DES 2 RIVES

Des rives et des rêves

Activités gratuites / de 9h à 20h

LE PROGRAMME - DU 2 AU 8 AOÛT 2021

Lundi 2 Août

- **Découverte et initiation au Canoë Kayak Lady (8 - 18 ans)** avec le CKCNT (Nancy)
De 14h à 17h, au Village Olympique, Pôle Nautique (Plan d'eau 1). Public : de 8 à 18 ans.
(Pratique féminine). [Inscription chalet accueil –info Nancy](#)
- **Découverte et initiation au Canoë Kayak Lady (+ 18 ans)** avec le CKCNT (Nancy)
De 17h à 20h, au Village Olympique, Pôle Nautique (Plan d'eau 1). Public : plus de 18 ans.
(Pratique féminine). [Inscription chalet accueil –info Nancy](#)
- **Course Hors Stade** (PPG + course), avec NAM
De 18h à 19h30, RDV au Stade Raymond Petit (10 min avant horaire). Public : de 18 à 60 ans
Pré-requis : être en mesure de courir 1H sans pause à 10km/h et [Certificat médical de non contre-indication à la pratique de la course à pied](#).
[Inscription chalet accueil –info Tomblaine](#)
- **Course à pied (Urban PPG)**, avec le CAN (Saint-Max)
De 18h30 à 20h, à l'Oasis, La scène de l'embarcadère. Public : à partir de 16 ans [et Certificat médical de non contre-indication à la pratique de la course à pied](#).
[Inscription chalet accueil –info Tomblaine](#)

Mardi 3 Août

- **Découverte du jeu d'échecs**, avec Stanislas échecs
De 10h à 12h, sur l'Esplanade du Château de Saint-Max. Public : à partir de 4 ans.
- **Initiation au roller**, avec Nancy Roller Vitesse
De 10h30 à 12h, au Village Olympique, Village terre de jeux. Public : de 7 à 77 ans.
- **Sensibilisation handisport : Handigolf, Tir laser**, avec Handisport Grand Nancy
De 14h à 17h, au Village Olympique, Village terre de jeux. Public : de 10 à 90 ans.
- **Découverte et initiation du Canoë Kayak en eau vive (8 - 18 ans)**, avec le CKCNT (Nancy)
De 14h à 17h, au Village Olympique, Pôle Nautique (Plan d'eau 1). Public : de 8 à 18 ans.
[Inscription chalet accueil –info Nancy](#)
- **Découverte de l'univers du Ping !**, avec le Comité départemental de Tennis de table
De 14h à 17h, à la Prairie. Public : à partir de 2 ans.
- **Ateliers Prévention et tri des déchets**, avec les Déchets ménagers, prévention et tri
De 14h à 17h, à l'Eco-zone (zone 1). Tout public. [Accès PMR](#)
- **Bar à eau**, avec CLCV Malzéville Saint-Max (Malzéville)
De 14h à 17h, à l'Eco-zone (zone 2). Tout public. [Accès PMR](#)
- **Découverte et initiation du Canoë Kayak en eau vive (+ 18 ans)**, avec le CKCNT (Nancy)
De 17h à 20h, au Village Olympique, Pôle Nautique (Plan d'eau 1). Public : plus de 18 ans.
[Inscription chalet accueil –info Nancy](#)

DU 15 JUIN AU 5 SEPTEMBRE

LA PLAGE DES 2 RIVES

Des rives et des rêves

Mercredi 4 Août

- **Yoga**, avec Les Mordus de la Piste (Saint-Max)

De 10h30 à 11h15, à l'Île Bucolique – Zone périphérique. Tout public.

- **Découverte du Samadeva : Qi Gong, Yoga et Danses Gurdjieff**, avec YINTANG (Nancy)

De 11h à 12h, à l'Île Bucolique, Zone centrale. Public : à partir de 18 ans.

- **Découverte et initiation au paddle (8 - 18 ans)**, avec le CKCNT (Nancy)

De 14h à 17h, au Village Olympique, Pôle Nautique (Plan d'eau 1). Public : de 8 à 18 ans.

[Inscription chalet accueil –info Nancy](#)

- **Poissons d'eau douce**, avec le Muséum Aquarium de Nancy

De 14h à 16h, à l'Île Bucolique, Zone périphérique. Public : à partir de 3 ans. **Accès PMR**

- **Découverte et initiation au paddle (+ 18 ans)**, avec le CKCNT (Nancy)

De 17h à 20h, au Village Olympique, Pôle Nautique (Plan d'eau 1). Public : plus de 18 ans.

[Inscription chalet accueil –info Nancy](#)

- **Découverte initiation et pratique du modélisme RC – Buggy – Classique**, avec Club Modélisme Automobile Tomblaine

De 18h à 20h, sur l'Esplanade du Château de Saint-Max. Public : de 7 à 77 ans.

- **Course à pied (Courses sur piste)** avec CAN (Saint-Max)

De 18h30 à 20h, RDV au Stade Raymond Petit (10 min avant horaire). Public : à partir de 16 ans **et Certificat médical de non contre-indication à la pratique de la course à pieds.**

[Inscription chalet accueil –info Tomblaine](#)

- **SKB (Salsa, Batchata, Kizumba)**, avec Les Mordus de la Piste (Saint-Max)

De 19h à 19h45, à l'Oasis, La scène de l'embarcadère. Tout public.

- **Soirée dansante SKB (Salsa, Batchata, Kizumba)**, avec Les Mordus de la Piste (Saint-Max)

De 20h à 22h, à l'Oasis, La scène de l'embarcadère. Tout public.

Jeudi 5 Août

- **Découverte du jeu d'échecs**, avec Stanislas échecs

De 10h à 12h, sur l'Esplanade du Château de Saint-Max. Public : à partir de 4 ans.

- **Sensibilisation handisport : Handigolf, Tir laser**, avec Handisport Grand Nancy

De 14h à 17h, au Village Olympique, Village terre de jeux. Public : de 10 à 90 ans.

- **Découverte et initiation du Canoë Kayak en eau calme (8 - 18 ans)**, avec le CKCNT (Nancy)

De 14h à 17h, au Village Olympique, Pôle Nautique (Plan d'eau 1). Public : de 8 à 18 ans.

[Inscription chalet accueil –info Nancy](#)

- **Découverte de l'univers du Ping !**, avec le Comité départemental de Tennis de table

De 14h à 17h, à la Prairie. Public : à partir de 2 ans.

- **Contrôle technique Vélo**, avec La Maison du Vélo

De 14h à 17h, à l'Oasis, La scène de l'embarcadère. Tout public.

- **Découverte et initiation du Canoë Kayak en eau calme (+ 18 ans)**, avec le CKCNT (Nancy)

De 17h à 20h, au Village Olympique, Pôle Nautique (Plan d'eau 1). Public : plus de 18 ans.

[Inscription chalet accueil –info Nancy](#)

DU 15 JUIN AU 5 SEPTEMBRE

LA PLAGE DES 2 RIVES

Des rives et des rêves

- **Beach Volley pour tous**, avec Tomblaine Volley-Ball (Tomblaine)

De 18h à 20h, à l'Oasis, Terrain Beach. Public : De 13 à 80 ans.

- **Course Hors Stade (échauffement + stade)**, avec NAM (Tomblaine)

De 18h à 19h30, RDV au Stade Raymond Petit (10 min avant horaire). Public : de 18 à 60 ans.

Pré-requis : être en mesure de courir 1H sans pause à 10km/h et [Certificat médical de non contre-indication à la pratique de la course à pied](#).

[Inscription chalet accueil –info Tomblaine](#)

Vendredi 6 Août

Inédit !

- **Découverte de la spéléo (SpéléoBox)**, avec Adventure Box

L'aventure souterraine mobile en toute sécurité. Le Spéléo Box est une animation originale construite sur une remorque et qui simule des parcours souterrains de spéléologie ayant 45 m de galeries. Le Spéléo Box est une excellente initiation à la spéléologie pour une découverte amusante en toute sécurité. Ce premier rendez-vous qui ravira les petits et les grands.

De 10h à 18h, au Village Olympique, Village terre de jeux. Public : à partir de 4 ans.

- **Découverte et initiation au Canoë Kayak en eau calme (8 – 18 ans)**, avec le CKCNT (Nancy)

De 14h à 17h, au Village Olympique, Pôle Nautique (Plan d'eau 1). Public : de 8 à 18 ans.

[Inscription chalet accueil –info Nancy](#)

- **Découverte et initiation du Canoë Kayak en eau calme (+ 18 ans)**, avec le CKCNT (Nancy)

De 17h à 20h, au Village Olympique, Pôle Nautique (Plan d'eau 1). Public : plus de 18 ans.

[Inscription chalet accueil –info Nancy](#)

Samedi 7 Août

- **Course à pied (Fractionné long en nature)**, avec le CAN (Saint-Max)

De 9h à 11h, au Village Olympique, RDV sur place (10 min avant horaire). Public : à partir de 16 ans [et Certificat médical de non contre-indication à la pratique de la course à pieds](#).

[Inscription chalet accueil –info Nancy](#)

Inédit !

- **Découverte de la spéléo (SpéléoBox)**, avec Adventure Box

L'aventure souterraine mobile en toute sécurité. Le Spéléo Box est une animation originale construite sur une remorque et qui simule des parcours souterrains de spéléologie ayant 45 m de galeries. Le Spéléo Box est une excellente initiation à la spéléologie pour une découverte amusante en toute sécurité. Ce premier rendez-vous qui ravira les petits et les grands.

De 10h à 18h, au Village Olympique, Village terre de jeux. Public : à partir de 4 ans.

- **Découverte de l'univers du Ping !**, avec le Comité départemental de Tennis de table

De 14h à 18h, à la Prairie. Public : à partir de 2 ans.

- **Dragon Boat (8 – 18 ans)**, avec le CKCNT (Nancy)

De 14h à 17h, au Village Olympique, Pôle Nautique (Plan d'eau 1). Public : de 8 à 18 ans.

[Inscription chalet accueil –info Nancy](#)

- **Initiation au « Air Badminton »**, avec Badminton Nancy Villers

De 14h à 17h, à l'Oasis, Terrain Beach. Public : de 8 à 77 ans.

DU 15 JUIN AU 5 SEPTEMBRE

LA PLAGE DES 2 RIVES

Des rives et des rêves

▪ **Zumba Kids**, avec Nad' By Zumba (Saint-Max)

De 14h à 15h, sur l'Esplanade du Château de Saint-Max. Public : de 5 à 12 ans.

▪ **Marche Nordique : l'Athlé Santé et Bien-être**, avec NAM (Tomblaine)

De 15h à 16h30, au Village Olympique, RDV sur place (10 min avant horaire). Public : de 16 à 80 ans *et Certificat médical de non contre-indication à la pratique de la marche athlétique.*

Inscription chalet accueil –info Nancy

▪ **Zumba Gold**, avec Nad' By Zumba (Saint-Max)

De 15h à 16h, sur l'Esplanade du Château de Saint-Max. Public : à partir de 50 ans.

▪ **Dragon Boat (+ 18 ans)**, avec le CKCNT (Nancy)

De 17h à 20h, au Village Olympique, Pôle Nautique (Plan d'eau 1). Public : plus de 18 ans.

Inscription chalet accueil –info Nancy

▪ **Atelier initiation au Flamenco**, avec l'association AMAYA

De 16h à 18h, à l'Oasis – scène de l'embarcadère. Tout Public.

▪ **Soirée dansante SKB (Salsa, Batchata, Kizomba)**, avec Les Mordus de la Piste (Saint-Max)

De 20h à 22h, à l'Oasis – scène de l'embarcadère. Tout public.

Dimanche 8 Août

▪ **Initiation et pratique de la course à pied**, avec Tomblaine Sports Loisirs

De 9h à 10h, RDV à l'embarcadère. Public : à partir de 16 ans.

▪ **A la découverte de la Meurthe (variante de la fresque du climat)**, avec la Métropole du Grand Nancy

De 9h à 12h, à l'Eco-zone 1. Public : De 7 à 15 ans.

▪ **Découverte de la spéléo (SpéléoBox)**, avec Adventure Box

L'aventure souterraine mobile en toute sécurité. Le Spéléo Box est une animation originale construite sur une remorque et qui simule des parcours souterrains de spéléologie ayant 45 m de galeries. Le Spéléo Box est une excellente initiation à la spéléologie pour une découverte amusante en toute sécurité. Ce premier rendez-vous qui ravira les petits et les grands.

De 10h à 18h, au Village Olympique, Village terre de jeux. Public : à partir de 4 ans.

▪ **Zumba Fitness**, avec Nad' By Zumba (Saint-Max)

De 10h à 11h, sur l'Esplanade du Château de Saint-Max. Public : Intensité élevée.

▪ **Initiation et pratique libre de Kizomba**, avec T-Ken (Tomblaine)

De 18h à 20h, à l'Oasis, La scène de l'embarcadère. Public : à partir de 16 ans.

▪ **La vallée Nancéenne d'hier à demain**, avec la Métropole du Grand Nancy

De 19h à 20h, à l'Eco-zone. Public : à partir de 7 ans.

Inédit !

DU 15 JUIN AU 5 SEPTEMBRE

LA PLAGE DES 2 RIVES

Des rives et des rêves

Et tous les jours

La balade sur l'eau, d'une rive à l'autre

Embarquez à la découverte des richesses de la rivière ! Depuis la Prairie de la Méchelle côté Nancy ou face à l'Oasis côté Tomblaine, une embarcation électrique permet de traverser la Meurthe en effectuant une boucle pour découvrir les espaces naturels du site.

1 bateau électrique de 9 places, dont 1 PMR.

Du lundi au dimanche, de 10h à 12h et de 14h à 19h. Tout public. Sans inscription.

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

La réservation de certaines activités s'effectue sur site, à la semaine.

Elle débute à jour J -7.

Possibilité d'inscrire deux personnes à la fois.

Activités sport, détente et nature : inscription à la Hutte / Village olympique et aux points d'accueil-information.

Ce programme est susceptible d'évoluer en fonction des conditions météorologiques. + d'info sur www.grandnancy.eu et sur Facebook (*Métropole du Grand Nancy*).

Concert de l'Autre Canal le 7 août à la Prairie de la Méchelle.

Pass sanitaire exigé.

+ d'info sur lautrecanalnancy.fr