

Direction de l'Education Nationale, de la Jeunesse et des Sports

# PROGRAMME ÉTÉ

11-13 ANS



## Pass's Sport Culture 2025



 **Gouvernement Princier**  
PRINCIPAUTÉ DE MONACO

 @GvM Monaco

[www.gouv.mc](http://www.gouv.mc)



## **Pass'Sport Culture 2025**

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 pendant les mois de juillet et d'août des activités culturelles et sportives.

Moyennant un forfait de 60 € pour les deux mois d'été, 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 :

[monservicpublic.gouv.mc/thematiques/education/vie-extra-scolaire/adolescents/s-inscrire-au-pass-sport-culture](https://monservicpublic.gouv.mc/thematiques/education/vie-extra-scolaire/adolescents/s-inscrire-au-pass-sport-culture)

**Le Pass'Sport Culture été 2025 fonctionne du lundi 30 juin au vendredi 5 septembre 2025.**

L'assurance souscrite par les associations prestataires ne couvre les participants que si la responsabilité de l'animateur est 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 2025.*

### Contact

Centre d'Information de l'Éducation Nationale

ouvert du lundi au vendredi, de 9h30 à 18h30

Tél. : 98 98 87 63

**En cas d'urgence et en dehors des horaires d'ouverture,**

vous pouvez contacter le CIEN

au 06 80 56 96 61 au mois de juillet ou au 06 31 77 31 62 au mois d'août.

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

## La Culture et le Pass'2025

Sur présentation de votre carte Pass'Sport Culture,  
**GRATUITÉ** pour les musées et événements suivants :

- ⚙ **Musée d'Anthropologie Préhistorique**, de 9h00 à 18h00.
- ⚙ **Musée des Timbres et des Monnaies**, de 9h30 à 18h00.
- ⚙ **Collection de voitures de S.A.S. le Prince**, de 10h00 à 18h00.
- ⚙ **Nouveau Musée National de Monaco (NMNM)**, de 11h00 à 19h00.
  - Villa Sauber, 17, avenue Princesse Grace.  
« *Cactus* »
  - Villa Paloma, 56, boulevard du Jardin Exotique.  
« *Les Années folles de Coco Chanel* »
- ⚙ **Grands Appartements du Palais Princier**, de 10h00 à 18h00.
- ⚙ **Saison 2025 du Théâtre du Fort Antoine**, Bastion du Fort Antoine.

Renseignements : <https://theatrefortantoine.com/> (sur réservation)

## La Mairie et le Pass' 2025

La piscine municipale du **Stade Nautique Rainier III** (piscine du port) à tarif réduit, sur présentation de votre carte d'adhérent à l'entrée de la piscine ainsi qu'aux vestiaires.

## MÉMO

Pour participer aux activités du **Pass'Sport Culture été 2025**, vous devez :

- **déposer** le dossier d'inscription **complet** au Centre d'Information de l'Éducation Nationale afin de **retirer** votre carte d'adhérent 2024-2025
- **réserver** les activités au Centre d'Information de l'Éducation Nationale

La réservation des activités débute le **jeudi 12 juin** pour les **adhérents déjà en possession de la carte 2024/2025**.

**Attention : aucun dossier d'inscription ne sera enregistré ce jour. Cette journée sera uniquement consacrée à la réservation des activités.**

Pour les **nouveaux adhérents**, l'adhésion au Pass'Sport Culture et la réservation des activités se feront à partir du **lundi 16 juin** (et se poursuivra tout l'été).

Le tarif estival est de **60€ pour les deux mois**, à régler sur place par chèque ou espèces.

## Théâtre d'impro

### Théâtre des Muses

#### 11 - 13 ans

Stages du 7 au 11 juillet, du 21 au 25 juillet, du 28 juillet au 1<sup>er</sup> août, du 4 au 8 août ou du 18 au 22 août, de 14h00 à 16h15.

**Un stage par adhérent**

Lieu de rendez-vous : [Le Théâtre des Muses](#)  
45 A, boulevard du Jardin Exotique

Vous apprendrez, grâce à des exercices ludiques, à créer et incarner un véritable personnage. La rencontre de tous les personnages permettra d'élaborer un scénario qui sera joué en fin de stage. Vous découvrirez, avec sensibilité et amusement, l'univers du spectacle vivant.

Au programme : échauffement, diction, aisance corporelle, improvisation, apprentissage de petits textes, présentation de fin de stage.

## Travail de comédien

### Centre Méditerranéen d'Études Françaises

#### À partir de 13 ans (révolus)

Stages du 28 juillet au 1<sup>er</sup> août ou du 4 au 8 août

**Horaires indicatifs** : de 9h00 à 18h00

Le déjeuner sera fourni sur place (participation 30€)

**Un stage par adhérent**

Lieu de rendez-vous : [Centre Méditerranéen d'Études Françaises](#)  
Chemin des Oliviers – Cap d'Ail

Encadrés par des professionnels du théâtre, vous vous initierez au travail de comédien. Ce stage a reçu le soutien du Centre National du Théâtre. Il se déroule dans le cadre privilégié du Centre Méditerranéen d'Études Françaises et son parc surplombant la Méditerranée.

Ce stage professionnel s'adresse à des jeunes très motivés.

#### Jun / juillet 2025

lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.	dim.
30	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			

#### Août / septembre 2025

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
1	2	3	4	5	6	7

#### Jun / juillet 2025

lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.	dim.
30	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			

#### Août / septembre 2025

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
1	2	3	4	5	6	7

## Guitare

### ATHENA Artistes Associés

#### 11 - 17 ans

Stages débutants : du 30 juin au 4 juillet ou du 21 au 25 juillet, de 10h00 à 12h00

Stages initiés : du 14 au 18 juillet ou du 4 au 8 août, de 10h00 à 12h00

#### Un stage par adhérent

Lieu de rendez-vous : [Centre de la Jeunesse Princesse Stéphanie](#)  
45, avenue des Papalins - Parking du Port

Venez vous initier à la guitare acoustique et électrique en apprenant quelques accords qui vous permettront de jouer vos premiers morceaux !

#### Jun / juillet 2025

lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.	dim.
30	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			

#### Août / septembre 2025

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
1	2	3	4	5	6	7

## Chant

### Centre Jeunesse Princesse Stéphanie

#### 11 - 17 ans

Stage du 7 au 11 juillet, de 10h00 à 12h00

Lieu de rendez-vous : [Centre de la Jeunesse Princesse Stéphanie](#)  
45, avenue des Papalins - Parking du Port

Venez découvrir le chant, n'ayez pas peur... Chanter juste, cela s'apprend !  
Respirez, chauffez votre voix, adoptez les bonnes postures, choisissez votre style de répertoire et... chantez maintenant !

#### Jun / juillet 2025

lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.	dim.
30	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			

#### Août / septembre 2025

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
1	2	3	4	5	6	7

## Pole Sport

### Coaching & Pole

**11 - 13 ans**

Stages du 17 au 18 juillet ou du 28 au 29 août, de 14h30 à 16h30

**Un stage par adhérent**

Lieu de rendez-vous :

[Coaching & Pole](#)

*2, rue du Gabian – « Les Industries » 3ème étage*

Sport aérien qui mélange la danse, la gymnastique et l'acrobatie sur une barre à la verticale. Venez découvrir ce sport hors du commun où vous effectuerez différentes figures acrobatiques qui vous donneront la sensation de voler dans les airs !

**Attention : prévoir un short, un t-shirt, une bouteille d'eau et avoir les cheveux attachés.**

## Parkour / free run

### Fémina Sports

**11 - 13 ans**

Stages du 7 au 9 juillet ou du 25 au 27 août, de 17h00 à 18h00

**Un stage par adhérent**

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.**

#### Juin / juillet 2025

lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.	dim.
30	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			

#### Août / septembre 2025

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
1	2	3	4	5	6	7

#### Juin / juillet 2025

lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.	dim.
30	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			

#### Août / septembre 2025

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
1	2	3	4	5	6	7

## Danse urbaine

### Association Monégasque de Danse

**11 - 13 ans**

Stage du 30 juin au 2 juillet, de 10h00 à 11h00

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

Street dance, hip-hop, « swiftie »... bougez dans une ambiance « danse urbaine » !

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

## Cheerdance

### Club Ninette

**11 - 17 ans**

Stage du 7 au 11 juillet, de 10h00 à 12h00

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

Mix sportif chorégraphié mêlant gym et danse. Vous pourrez ici développer force, souplesse et coordination.

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

#### Juin / juillet 2025

lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.	dim.
30	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			

#### Août / septembre 2025

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
1	2	3	4	5	6	7

#### Juin / juillet 2025

lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.	dim.
30	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			

#### Août / septembre 2025

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
1	2	3	4	5	6	7

## It's Show Time !

### Club Ninette

**11 - 13 ans**

Stage du 14 au 18 juillet, de 10h00 à 12h00

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

Vous aimez le spectacle vivant ? Ce stage est fait pour vous !  
En groupe ou individuellement, vous préparerez des mini shows en mettant en avant vos talents de danseur, chanteur ou acrobate.

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

## Cirque acrobatique

### Club Ninette

**11 - 13 ans**

Stage du 21 au 25 juillet, de 10h00 à 12h00

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

#### Juin / juillet 2025

lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.	dim.
30	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			

#### Août / septembre 2025

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
1	2	3	4	5	6	7

#### Juin / juillet 2025

lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.	dim.
30	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			

#### Août / septembre 2025

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
1	2	3	4	5	6	7

## Trampoline

### L'Étoile de Monaco

**11 - 13 ans**

Séances les mardis 8, 15, 22 et 29 juillet et 12, 19 et 26 août, de 14h00 à 16h00

**2 séances maximum par adhérent**

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.**

## Dans la peau d'un aquariologiste

### Musée Océanographique de Monaco

**À partir de 11 ans**

Séances les lundis 21 et 28 juillet et 4, 11 et 18 août, de 10h00 à 12h00

**Une séance par adhérent**

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 !

#### Jun / juillet 2025

lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.	dim.
30	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			

#### Août / septembre 2025

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
1	2	3	4	5	6	7

#### Jun / juillet 2025

lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.	dim.
30	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			

#### Août / septembre 2025

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
1	2	3	4	5	6	7

## Jeu de rôle

### Mystériaiah : le Monde Parallèle

**À partir de 13 ans (révolus)**

Stages du 7 au 11 juillet ou du 28 juillet au 1<sup>er</sup> août, de 9h30 à 12h30

**Un stage par adhérent**

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

Guidé par un maître de jeu, vous interprétez votre propre personnage dans un environnement fictif et entrez dans ce monde de magie où l'histoire mêle intrigue, suspens et surprises ! Vous évoluerez dans cet univers en prenant des décisions qui changeront le destin de votre personnage et... de votre équipe !

## Jeux de société

### Roca Games

**11 - 13 ans**

Stages du 3 au 4 juillet, du 10 au 11 juillet ou du 24 au 25 juillet, de 14h00 à 17h00

Lieu de rendez-vous : *Maison des Associations « A Casa d'i Soci »*  
2 bis Promenade Honoré II

Venez découvrir l'univers des jeux de société dans une ambiance conviviale et amusante. Que vous soyez stratège, aventurier, créatif ou compétiteur, il y aura forcément un jeu fait pour vous ! Entre défis, fous rires et belles découvertes, vous ne verrez pas le temps passer. L'objectif ? Créer du lien, développer son esprit d'équipe, stimuler sa réflexion... et surtout passer un super moment !

Jun / juillet 2025

lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.	dim.
30	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			

Août / septembre 2025

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
1	2	3	4	5	6	7

Jun / juillet 2025

lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.	dim.
30	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			

Août / septembre 2025

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
1	2	3	4	5	6	7

## Loups-Garous

### MystériaH : le Monde Parallèle

**11 - 13 ans**

Stage du 11 au 12 août, de 10h00 à 12h00

Lieu de rendez-vous : [Centre de la Jeunesse Princesse Stéphanie](#)  
45, avenue des Papalins - Parking du Port

Bienvenue à Thiercelieux, charmant petit village niché au creux des forêts ! Les villageois y vivent paisiblement... mais parmi eux se cachent des loups-garous, une sorcière, une voyante... saurez-vous les démasquer ?

## Une journée au Musée

### Musée d'Anthropologie Préhistorique

**11 - 13 ans**

Journées les 23 et 30 juillet et 13 et 20 août, de 9h30 à 16h00

**Une journée par adhérent**

Lieu de rendez-vous : [Musée d'Anthropologie préhistorique de Monaco](#)  
56 bis boulevard du Jardin exotique

*(accès par l'entrée privée située entre le Jardin exotique et la Villa Paloma)*

Passez une journée immersive au Musée d'Anthropologie Préhistorique !  
Au programme : visite guidée VIP des expositions du Musée, accès privilégié au laboratoire de recherche et à la grande salle de travail, atelier Escape Game, atelier modelage, archéologie...

**Attention : prévoir un pique-nique si vous souhaitez déjeuner sur place.**

Jun / juillet 2025

lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.	dim.
30	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			

Août / septembre 2025

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
1	2	3	4	5	6	7

Jun / juillet 2025

lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.	dim.
30	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			

Août / septembre 2025

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
1	2	3	4	5	6	7

## Badminton

### Fédération Monégasque de Badminton

#### 11-13 ans

Stages de 2 jours, 3 jours ou 5 jours, au choix :  
du 7 au 11 juillet, du 21 au 25 juillet ou du 18 au  
22 août, de 10h30 à 12h30

**Un stage par adhérent**

Lieu de rendez-vous : [Lycée Rainier III](#)  
7, allée Lazare Sauvaigo

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

### Monte-Carlo Country Club

#### À partir de 11 ans

Séances les mercredis, du 2 juillet du 27 août,  
de 15h00 à 17h00

Lieu de rendez-vous : [Monte-Carlo Country Club](#)

Le tennis est un sport complet tant sur le plan physique et technique que  
tactique. Il fait travailler tous les muscles du corps, développe la coordination,  
favorise la concentration et apprend la maîtrise de soi !

**Attention : pour l'activité tennis, la licence FFT est obligatoire (23€). Les  
participants non-licenciés devront le signaler au MCCC avant le début de  
l'activité. Porter une tenue de sport et des baskets et prévoir une bouteille  
d'eau et de la crème solaire.**

#### Jun / juillet 2025

lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.	dim.
30	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			

#### Août / septembre 2025

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
1	2	3	4	5	6	7

#### Jun / juillet 2025

lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.	dim.
30	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			

#### Août / septembre 2025

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
1	2	3	4	5	6	7

## Squash

### Squash Rackets Club

**11 - 13 ans**

Stage du 1<sup>er</sup> au 3 septembre, de 14h00 à 16h00

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

Sport de raquette en salle ; le but pour les deux joueurs est de se renvoyer la balle en utilisant les murs qui les entourent. Vous allez bouger mais n'oubliez pas aussi d'utiliser une bonne tactique !

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

## Handball

### ASM Handball

**11 - 13 ans**

Stages 17 au 18 juillet, de 10h00 à 12h00 ou du 28 au 29 août, de 13h30 à 15h30

**Un stage par adhérent**

Lieu de rendez-vous : [Collège Charles III](#)  
*7 promenade Honoré II*

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

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

#### Jun / juillet 2025

lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.	dim.
30	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			

#### Août / septembre 2025

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
1	2	3	4	5	6	7

#### Jun / juillet 2025

lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.	dim.
30	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			

#### Août / septembre 2025

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
1	2	3	4	5	6	7

## Volley-ball

### ASM Volley-ball

**À partir de 11 ans**

Stage du 25 au 29 août, de 9h00 à 12h00

Lieu de rendez-vous : [Gymnase du stade des Moneghetti](#)  
2 bis Rue Jean Bouin — Beausoleil

Des joueurs, un filet, un ballon : le volley-ball est un sport alliant techniques, tactiques et stratégies.

Venez apprendre à smasher !

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

Jun / juillet 2025

lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.	dim.
30	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			

Août / septembre 2025

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
1	2	3	4	5	6	7

## Combat au sabre laser

### L'Escrime et le Pistolet de Monaco

**11 - 13 ans**

Séances les jeudis 3, 17, 24 et 31 juillet, de 14h00 à 15h30

Lieu de rendez-vous : [Stade Louis II - Salle d'armes Fernand Prat](#)

Vous avez toujours rêvé de devenir un Maître Jedi et d'affronter le côté obscur de la Force, les redoutables Sith, au sabre laser ? Alors venez découvrir le maniement de cette arme emblématique de la saga Star Wars !

**Attention : porter une tenue de sport (jambes couvertes : pas de short) avec des baskets et prévoir une bouteille d'eau.**

Jun / juillet 2025

lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.	dim.
30	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			

Août / septembre 2025

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
1	2	3	4	5	6	7

## Escrime

### L'Escrime et le Pistolet de Monaco

**11 - 13 ans**

Stage du 7 au 11 juillet, de 13h30 à 15h30

Lieu de rendez-vous : [Stade Louis II - Salle d'armes Fernand Prat](#)

Du mental pour la concentration et de l'agilité pour entrer en action. Le fleuret, le sabre ou l'épée à la main, c'est parti pour faire reculer l'adversaire... Le matériel spécifique est prêt.

**Attention : porter une tenue de sport (jambes couvertes : pas de short) avec des baskets et prévoir une bouteille d'eau.**

## Ju-Jitsu

### Judo Club de Monaco

**11 - 13 ans**

Stage du 14 au 15 juillet, de 14h00 à 16h00

Lieu de rendez-vous : [Stade Louis II - Dojo Louis Orecchia](#)

Le Ju-Jitsu est un sport de combat japonais qui permet de s'initier à la self-défense grâce aux techniques de projection et de contrôle de l'adversaire. Le matériel spécifique est prêt.

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

Jun / juillet 2025

lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.	dim.
30	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			

Août / septembre 2025

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
1	2	3	4	5	6	7

Jun / juillet 2025

lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.	dim.
30	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			

Août / septembre 2025

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
1	2	3	4	5	6	7

## Taekwondo

### ASM Karaté Do & Taekwondo

**11 - 13 ans**

Stage du 31 juillet au 1er août, de 17h00 à 19h00

Lieu de rendez-vous : [Stade Louis II — Salle d'arts martiaux](#)

Le taekwondo est un art martial basé majoritairement sur les percussions où vous apprendrez des techniques de coups de poing, mais surtout de coups de pied. Deux formes principales se dessinent en compétition : le combat et la technique. Venez les découvrir !

**Attention : prévoir un bas de survêtement et une bouteille d'eau.**

Jun / juillet 2025

lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.	dim.
30	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			

Août / septembre 2025

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
1	2	3	4	5	6	7

## Sports de combat

### Académie Internationale d'Arts Martiaux de Monaco

**11 - 13 ans**

Stage du 27 au 28 août, de 10h00 à 12h00

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

Pàijeda (Monaco), Kickboxing (États-Unis d'Amérique et Japon), Muaythai (Thaïlande), Kung Fu Wushu Sanda (Chine), Krav-Maga (Israël) – Venez découvrir et pratiquer ces sports de différents pays, cultures et époques dans un tour du monde géographique et historique. Au programme : moyens de défense, de contrôle ou de comportement pour se défouler, développer sa maîtrise de soi et acquérir des techniques pour contrôler l'adversaire tout en prenant du plaisir.

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

Jun / juillet 2025

lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.	dim.
30	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			

Août / septembre 2025

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
1	2	3	4	5	6	7

## Accrobranche

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

#### À partir de 13 ans (révolus)

Sorties les mardis 1<sup>er</sup>, 15, 22 et 29 juillet et 5, 12 et 19 août

Départ du bus à 9h00 précises, retour vers 14h30

**Une sortie par adhérent**

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 (si vous en avez), des lunettes de soleil et de la crème solaire.**

#### Jun / juillet 2025

lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.	dim.
30	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			

#### Août / septembre 2025

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
1	2	3	4	5	6	7

## Escalade

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

#### 11 - 13 ans

Séances les lundis 30 juin, 14, 21 et 28 juillet et 4, 11 et 18 août, de 9h30 à 11h00 ou de 13h30 à 15h00

**2 séances maximum par adhérent**

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.**

#### Jun / juillet 2025

lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.	dim.
30	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			

#### Août / septembre 2025

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
1	2	3	4	5	6	7

## BD / Manga

### Atelier BD

**11 - 17 ans**

Stages du 14 au 15 juillet, du 17 au 18 juillet, du 11 au 12 août ou du 13 au 14 août, de 10h00 à 12h30

**Possibilité de s'inscrire à la semaine**

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 !

Jun / juillet 2025

lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.	dim.
30	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			

Août / septembre 2025

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
1	2	3	4	5	6	7

## Bridge

### Fédération Monégasque de Bridge

**11 - 13 ans**

Séance le 3 juillet, de 10h00 à 12h00

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

Loisir intergénérationnel, ce jeu de cartes est un formidable exercice de mémoire, de concentration et de jugement, proposant un scénario différent à chaque donne et une nouvelle énigme à résoudre.

Sport de l'esprit se jouant avec un partenaire : la communication et l'esprit d'équipe sont des éléments essentiels à l'élaboration de stratégies.

Jun / juillet 2025

lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.	dim.
30	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			

Août / septembre 2025

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
1	2	3	4	5	6	7

## Linogravure

### Centre Jeunesse Princesse Stéphanie

**11 - 13 ans**

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

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

Venez découvrir la linogravure à travers différentes techniques de créations : d'une image en passant par le dessin d'un motif reporté sur une plaque de linoléum, à la gravure, l'encre et l'impression sur papier.

Jun / juillet 2025

lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.	dim.
30	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			

Août / septembre 2025

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
1	2	3	4	5	6	7



## Créa' Vintage

### Club Ninette

**11 - 17 ans**

Stage du 28 juillet au 1er août, de 10h00 à 12h00

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

Rien ne se perd, tout se transforme ! Un pantalon trop petit, un t-shirt troué, un coussin qui manque de pep's... on customise sur une inspiration vintage ! Vous pouvez venir avec votre vêtement ou autre objet en tissu, si vous le souhaitez.

## Montage vidéo

### Institut Audiovisuel de Monaco

**À partir de 11 ans**

Stages du 7 au 10 juillet ou du 25 au 28 août, de 9h30 à 12h30

**Un stage par adhérent**

Lieu de rendez-vous : Institut Audiovisuel de Monaco  
83-85, boulevard du Jardin Exotique

Initiez-vous au processus de création d'un film à travers un format original : le Super8 et réalisez un court métrage en noir et blanc négatif, tourné-monté. À partir d'une histoire créée de manière collective, vous aborderez toutes les phases de la création du film, de l'écriture à la projection en passant par l'élaboration de décors et de costumes, le tournage avec une caméra Super8, la prise de son et le développement de la pellicule selon une méthode écologique.

#### Jun / juillet 2025

lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.	dim.
30	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			

#### Août / septembre 2025

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
1	2	3	4	5	6	7

#### Jun / juillet 2025

lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.	dim.
30	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			

#### Août / septembre 2025

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
1	2	3	4	5	6	7

## Customisation

### Centre Jeunesse Princesse Stéphanie

**11 - 13 ans**

Stage du 30 juin au 4 juillet, de 10h00 à 12h00

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

Plongez dans l'ambiance vibrante du Mexique en customisant votre propre tote bag avec des fils colorés ! Entre découverte des points de broderie et explosion de créativité, ce stage vous permettra de créer une œuvre textile unique, à votre image.



#### Jun / juillet 2025

lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.	dim.
30	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			

#### Août / septembre 2025

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
1	2	3	4	5	6	7

## Pop Art

### École Supérieure d'Arts Plastiques

**11 - 13 ans**

Stage du 25 au 26 août, de 9h30 à 12h00

Lieu de rendez-vous : [Pavillon Bosio](#)  
1, avenue des Pins

À travers le dessin, la couleur et le collage, crée ton œuvre Pop Art en 2D ou 3D ! En prenant comme référence des artistes pionniers du Pop Art comme Roy Lichtenstein, cet atelier te donnera l'occasion d'exprimer ta créativité et d'imaginer des œuvres originales, à ton image !

## Aviron / kayak

### Société Nautique de Monaco

**11 - 13 ans**

Séances les vendredis 11, 18 et 25 juillet et 1<sup>er</sup> et 8 août, de 9h30 à 11h00

**2 séances maximum par adhérent**

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, une bouteille d'eau et de la crème solaire. [Port du t-shirt obligatoire.](#)**

#### Jun / juillet 2025

lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.	dim.
30	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			

#### Août / septembre 2025

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
1	2	3	4	5	6	7

#### Jun / juillet 2025

lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.	dim.
30	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			

#### Août / septembre 2025

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
1	2	3	4	5	6	7

## Multi-activités subaquatiques

### Académie Monégasque de la Mer

#### À partir de 11 ans

Stages du mardi au jeudi, du 1er juillet au 4 septembre, de 8h30 à 12h00

#### Un stage par adhérent

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

Durant ces trois demi-journées, vous serez initié à la plongée en apnée, au sauvetage aquatique et à la randonnée palmée.

**Attention : prévoir une bouteille d'eau, un maillot et une serviette de bain, des lunettes de soleil, de la crème solaire et une tenue de rechange.**

## Voile

### Yacht Club de Monaco

#### 11 - 13 ans

Stage du 18 au 22 août, de 14h00 à 17h00

Lieu de rendez-vous : [Yacht Club](#)  
[Quai Louis II](#)

Déplacez vous au gré du vent et goûtez aux plaisirs de la navigation...

Pratique de la voile dans un cadre prestigieux. Pas de vent ? Ne vous découragez pas ! Le paddle vous attend.

**Attention : prévoir des vieilles baskets, une casquette, une bouteille d'eau et de la crème solaire. Port du t-shirt obligatoire.**

#### Jun / juillet 2025

lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.	dim.
30	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			

#### Août / septembre 2025

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
1	2	3	4	5	6	7

#### Jun / juillet 2025

lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.	dim.
30	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			

#### Août / septembre 2025

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
1	2	3	4	5	6	7