

Randonnée urbaine MADD IN NANTES avec l'ADDAN

- > Jeudi 4 août : départ 19h de la tour Bretagne, arrivée 20h30 au Lieu unique.
- > Jeudi 18 août : départ 19h devant la cathédrale St Pierre arrivée 20h30 à la gare de Nantes nord.
- > Jeudi 1^{er} septembre : départ 19h place Alexis Ricordeau arrivée 20h30 à Wattignies.

Sur inscription sur www.addan.fr

Fitness avec Nantes Urban Fit

Au miroir d'eau:

- > mardi 5 juillet de 18h30 à 20h
- > mercredis 6 et 20 juillet et 3, 10, 24 et 31 août de 19h30 à 20h30

Grimpe d'arbres avec escapades Branchées

Au miroir d'eau :

> du 3 au 5 août, puis du 10 au 12 août de 14h à 20h

Tout est en accès libre et gratuit.

Initiation aux Gestes qui Sauvent avec Aqua Breizh club 44

À la carrière Misery :

- > jeudi 1^{er} septembre et vendredis 5, 26 août et 2 septembre de 18h à 21h
- > samedis 27 août et 3 septembre de 9h30 à 12h30









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

3 sites de pratiques :

Carrière Misery, square Aubin et square Schwob

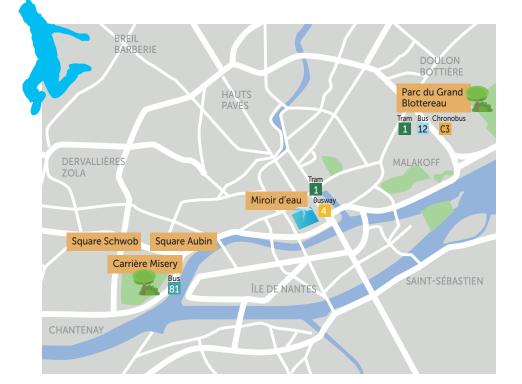
Bus 81 (Arrêt : Carrière Misery)

Miroir d'eau

Tram 1 et Busway 4 (Arrêt : Duchesse Anne - Château)

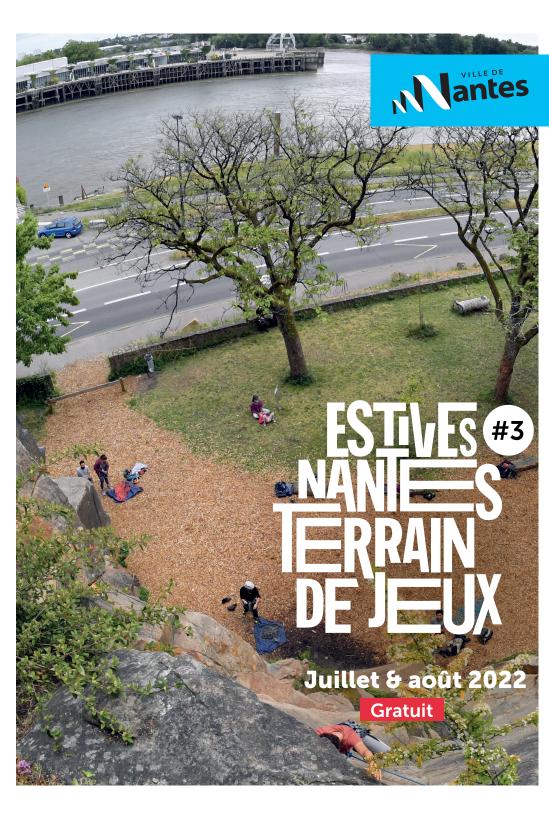
Parc du Grand Blottereau:

Tram 1 (Arrêt : Mairie de Doulon), Bus 12 (Arrêt : Grand Blottereau) Chronobus C3 (Arrêt : boulevard de Doulon)









Du 25 juin jusqu'en septembre, plus de 140 activités encadrées par des collectifs (escalade, acroyoga, slackline, parkour, fitness, grimpe d'arbres...) ainsi que des ateliers de prévention santé sont proposés gratuitement aux Nantaises et aux Nantais à la carrière Misery et ses squares attenants, au miroir d'eau et au parc du Grand Blottereau. Découvrez le programme!

Samedi 25 juin 2022, c'est le lancement des Estives Nantes Terrain de Jeux!

Escalade, parkour, slackline, yoga... de nombreuses activités sportives investissent la carrière Misery de 9h à 13h.

L'objectif? Inviter les Nantaises et Nantais à pratiquer librement du sport dans des espaces ultra-urbains ou en milieu naturel.

Il y en a pour tous les goûts!

+ DE 70 DATES
SUR TOUT L'ÉTÉ
à retrouver sur
metropole.nantes.fr/
terraindejeux

Escalade avec Oz'aléo

Au square Aubin:

- Initiation :
- > samedis 2 juillet, 6 août et 3 septembre de 9h30 à 12h30
- > mercredis 6 juillet et 3 août de 16h30 à 18h
- Perfectionnement :
- > vendredis 1er juillet, 5 août et 2 septembre
- > lundis 4 juillet et 1er août 19h à 21h30
- Urban climbing (escalade de bloc en milieu urbain) : dimanches 3 juillet, 7 août et 4 septembre de 10h à 13h
- Médiation : mercredis 6 juillet et 3 août de 18h à 21h

À la carrière Misery:

- Médiation :
- > mardis 5 juillet et 2 août,
- > jeudis 7 juillet, 4 août et 1er septembre de 18h à 21h

Sur inscription sur ozaleo.fr

<u>L'INFO EN +</u>

12 nouvelles voies d'escalade et de nouveaux aménagements sont créés pour l'été à la carrière Misery.

Initiation à l'acroyoga avec Acroyoga Contact

Au parc du Grand Blottereau

- > mardis 5 et 12 juillet, et 23 août de 17h à 20h
- > dimanches 14 et 21 août de 15h à 18h

Au square Aubin

> samedis 9 et 16 juillet, et 13, 20 et 27 août de 9h30 à 12h30.

Découverte et initiation à la Slackline avec Slackers 4x4

Au parc du Grand Blottereau

> mardis 5, 12, 19, 23 juillet de 17h à 20h

Au square Aubin

> samedis 2 et 9 juillet de 9h30 à 12h30

Au miroir d'eau

> jeudi 4 et vendredi 5 août de 14h à 20h

Yoga avec Eléphant Yoga Studio

Au square Schwob:

- Yoga adultes :
- > mardis 5, 12, 19, 26 juillet de 19h à 20h
- Yoga et méditation :
- > mercredis 6, 13, 20, 27 juillet et 3, 10, 17, 24 et 31 août de 18h30 à 19h30
- > mercredis 13, 20, 27 juillet et 10, 17 et 31 août de 16h30 à 17h30
- Yoga adultes :
- > mardis 2, 9, 16, 23 et 30 août de 19h à 20h
- Yoga parents/enfants :
- > mercredis 6 juillet et 3 août de 16h30 à 17h30

Sur inscription sur www.elephantyoga.studio

L'INFO EN +

Pensez à apporter votre tapis!



Initiation au parkour avec les Traceurs de Nantes

À la carrière Misery :

- > mardis 12, 19, 26 juillet et jeudis 4, 11 et 18 août de 19h à 20h30
- > samedis 2 et 9 juillet et dimanches 21 et 28 août de 10h30 à 12h

Initiation à l'art du déplacement avec l'ADDAN

Au parc du Grand Blottereau:

- > mardis 5 et 12 juillet de 17h à 20h
- > mardi 23 août de 16h à 19h

À la carrière Misery :

> jeudi 11 août de 19h30 à 22h

Street golf avec Street Golf à l'Ouest

À la carrière Misery :

> samedis 2, 23 et 30 juillet de 9h30 à 12h30

Initiation à la glisse urbaine (skate, trottinette, BMX, roller) avec Unity 4 Ride

Au miroir d'eau :

> vendredi 15 juillet de 15h à 19h

Initiation et démonstrations de long board avec Salty Clan

Au miroir d'eau:

> mercredis 17 et 31 août, samedi 20 août, samedi 3 et dimanche 4 septembre de 16h à 20h30

