



.....  
**Cyber-base**

LIBRE ACCÈS AUX ORDINATEURS  
9h30/12h et 14h/18h

ACCOMPAGNEMENT AUX DÉMARCHES  
ADMINISTRATIVES SUR RENDEZ-VOUS  
AU 01 30 16 24 99  
.....

**SEMAINE 1**  
**DU LUNDI 19 AU**  
**VENDREDI 23 OCTOBRE**

**Stage smartphones**

Apprentissage à l'utilisation  
des smartphones - Adultes et seniors  
Cyber-base. Du 19 au 23 - 9h30 / 11h30  
Inscriptions : Cyber-base ou  
au 01 30 16 24 99.

.....  
**Stage en famille**

Un adulte accompagné d'un ou deux  
enfants (4 ans min.) Fitness, jeux collectifs,  
randonnée, sortie à l'Espace Rambouillet  
14h/17h - 6 € - Gymnase Guimier  
Inscription à la direction des sports.

.....  
**Marche nordique**

Mercredi 21 octobre  
Adultes et seniors marcheurs  
Randonnée sportive autour de l'étang de  
Saint-Quentin-en-Yvelines. 14h / 17h  
2 € - Inscription à la direction des sports.

**SEMAINE 2**  
**DU LUNDI 26 AU**  
**VENDREDI 30 OCTOBRE**

**Stage Fitness/  
renforcement / stretching/  
gym douce**

Adultes et seniors  
10h / 11h30 - Gratuit - Gymnase Broustal  
Inscription à la direction des sports.

**Préinscriptions dès lundi 12 octobre 14h.**  
*Tout dossier incomplet ne sera pas pris en compte.  
Paiement sous forme de tickets achetés en régie  
pour les activités sports.*



Direction de la communication - Octobre 2020

**Du lundi 19 au**  
**vendredi 30**  
**octobre**

**PRÉINSCRIPTION DÈS**  
**lundi 12 octobre 14h**

.....  
**programme**  
**Vacances**  
**d'automne**

**adultes**  
**et seniors**

**INSCRIPTION**  
**EN LIGNE SUR**  
trappes.fr



**INSCRIPTION**  
**EN LIGNE SUR**  
trappes.fr



Hôtel de Ville - 1 place de la République  
01 30 69 17 00 - trappes.fr