

INTEGRATHLON 2023



Pratiquons
le sport
ensemble

SAMEDI

DIMANCHE

8

9

GRATUIT

AVRIL

+ 30
DE
ACTIVITÉS

1 RANDO-BALADE



INFOS : [INTEGRATHLON.COM](https://www.integrathlon.com)



Drancy

PARIS
TERRES D'ENVOI

seine-saint-denis
LE DÉPARTEMENT

Région
ile de France

transdev

VILLE-DUGNY.fr

Le
Blanc-Mesnil

LE BOURGET

Sevran

Ville de
Tremblay-en-France

VILLE DE
VILLEPINTE

INTEGRATHLON 2023

5 JOURS

d'animations

2 JOURS

grand public

1 MARRAINE & 1 PARRAIN

Djelika Diallo, espoir de para taekwondo
et Mehdi Frère, athlète spécialiste des épreuves d'endurance

+30 DISCIPLINES SPORTIVES

accessibles à tous

GRATUITEMENT

5 000 PARTICIPANTS

4 PÔLES D'ACTIVITÉS

Aulnay-sous-Bois, Drancy,
Le Blanc-Mesnil, Tremblay-en-France

1 RANDO-BALADE

au départ de Sevrans

3 RELAIS

de l'Intégrathlon

**VENEZ DÉCOUVRIR DE NOUVEAUX SPORTS
OU DE NOUVELLES MANIÈRES DE FAIRE DU SPORT.**

SAMEDI 8 AVRIL

PÔLE

AULNAY-SOUS-BOIS & SEVRAN



Stade du Moulin Neuf/Aulnay-sous-Bois

Rue du Maréchal Juin - Accès : Bus 615 arrêt Gérard Philippe

14h-17h

Atelier de sensibilisation
au handicap

Football
avec Crazy Air Ball

Golf

Jeux de raquettes

Lutte

Pétanque

Saut à la perche
et parcours motricité
aveugle

Tir à l'arc fauteuil

Tennis

Secourisme adapté

Tir laser

Yoga

PÔLE

TREMBLAY-EN-FRANCE & VILLEPINTE



Parc (face à l'Hôtel de ville) / Tremblay-en-France

Avenue du parc - Accès : Bus 619 arrêt 8 mai 1945

T'bus 1 arrêt Brossolette / T'bus 1, 2 & 3 arrêt Maison de Retraite

RER B Vert-Galant

14h-18h

Atelier de rugby inclusif
avec le Foyer Les Myosotis

Atelier cyclisme
handisport / Joëlette

Athlétisme

Basketball

Boxe anglaise

Échecs

Golf

Judo

Karaté

Musculation

Parcours mobilité

US flag /
Foot américain

Taekwondo

Tennis

*L'ensemble des activités sont partagées,
c'est à dire qu'elles comportent un volet handisport ou sport adapté.*

LE BLANC-MESNIL & DUGNY

 **Complexe sportif Paul Eluard / Le Blanc-Mesnil**

62 Avenue de Bruxelles

Accès : Bus 251, 351, 620 arrêt Québec / 346 arrêt Danielle Casanova - Paul Vaillant-Couturier

Car : 55 avenue de Verdun

RER B Le Blanc-Mesnil

9h-13h

Atelier sport santé
et alimentation

Athlétisme

Basketball

Cécifoot

Gymnastique

Handball

Running

Taekwondo

Tennis de table

Tir laser

Tennis

DRANCY & LE BOURGET

 **Gymnase Auguste Delaune / Drancy**

Avenue Pierre et Marie Curie - Accès : Bus 148 arrêt Place du 19 Mars 1962

RER B Le Bourget ou Drancy

9h-13h

Atelier cirque
(jonglage,
équilibrisme, magie)

Boxe française, savate

Escalade

Gym fitness

Haltérophilie/
Muscultation

Handball

Parcours motricité

Soft tir à l'arc

Tennis de table

9h30-13h30
4 séances d'1 heure

Judo handisport

 **Stade nautique / Drancy**

37 Bd Paul Vaillant Couturier - Accès : Bus 148 arrêt Cimetière de Drancy Bus 248 arrêt Mairie

14h-18h

Natation adaptée

DIMANCHE 9 AVRIL

DÉPART DE SEVRAN

RANDO-BALADE

GYMNASSE VICTOR HUGO - 34 BD DE LA RÉPUBLIQUE
TRAM T4 ROUGEMONT CHANTELOUP ou FREINVILLE SEVRAN
BUS 605 ARRÊT ERNEST PIVOT  RER B SEVRAN LIVRY FERMÉ



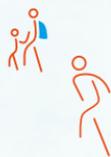
À PIED, EN ROLLERS, À VÉLO... OU EN CANOË KAYAK !

Départ à 9h30 Accueil du public à 9h

Boucles de 3 et 5 km le long du canal de l'Ourcq
jusqu'au Parc de la Poudrerie.

Ravitaillement prévu à mi-parcours
(1 bouteille d'eau, 1 barre de céréales, 1 fruit).

Initiation au canoë kayak en binôme valide/handicapé
(limité à 20/25 places).



Village de 9h à 14h30

Buvette et restauration sur place

Jusqu'à 13h

Visite du bus citoyen de Transdev avec un parcours motricité

De 11h à 13h

Tournoi de rugby inclusif : démonstration et initiation

Para-tir à l'arc

Initiation au trampoline

Initiation à l'escrime fauteuil

Initiation au skate

INSCRIPTIONS

Les inscriptions à la rando-balade se font en ligne ou sur place.



**Les inscriptions au canoë kayak se font uniquement
par mail : occs.sevrans@yahoo.fr**

L'autorisation parentale est obligatoire pour les mineurs.

Chaque inscrit déclare avoir accepté le règlement de la rando-balade.

**INTEGRATHLON
2023**

Partenaires :

CROS / CDOS / CDSA / UNSS 93 / USEP 93 / UNIVERSITÉ SORBONNE-PARIS-NORD
COMITÉ DÉPARTEMENTAL DE LA RANDONNÉE PÉDESTRE 93

RANDO-BALADE

DIMANCHE 9 AVRIL GYMNASE VICTOR HUGO
34 BD DE LA RÉPUBLIQUE

DÉPART DE SEVRAN À 9H30 - BOUCLE 3/5 KM **GRATUIT**

**Village ouvert
de 9h à 14h30**

Tournoi de rugby inclusif,
animations sportives
et culturelles

**INTEGRATHLON
2023**

 **INFOS :** [INTEGRATHLON.COM](https://www.integrathlon.com)

