



# juillet

**Aquapark** | Tous les jours de 13h à 19h

**Ludothèque « Le Coffre à jouets »** | Du mardi au dimanche de 13h30 à 18h30

**Aquarécité** | Les mardis, mercredis, jeudis, samedis et dimanches de 11h à 11h45

**Zumba et danse** | Du lundi au mercredi de 18h à 20h

**Accrobranche et tyrolienne** | Du mardi au samedi de 13h à 18h à partir du 21 juillet

**Samedi 4 juillet**

- 14h-18h | Cross Training
- 14h-18h | Échecs
- 14h-18h | Stand Metz à Vélo
- 15h-17h | Capoeira
- 16h-18h | Balade à vélo
- Dès 20h30 | Soirée brésilienne

**Dimanche 5 juillet**

- 11h-18h | Rencontre avec le Kayak Club de Metz
- 14h-18h | Cross Training
- 14h-18h | Stand Metz à Vélo
- 14h-18h | Mölkky
- 15h-17h | Capoeira
- 16h-18h | Balade à vélo

**Lundi 6 juillet**

- 11h-12h | Tai Chi
- 12h-13h | Yoga
- 13h-14h30 | Qi Gong
- 13h-17h | L'École de la Propreté
- 13h-17h30 | Beach Rugby
- 13h-19h | L'Europe en s'amusant
- 15h-16h | Bulle en famille
- 16h-20h | Tournoi de beach soccer de l'École de la Jeunesse et des Sports
- 18h-19h30 | Aikido

**Mardi 7 juillet**

- 11h-12h | Tai Chi
- 11h-19h | Initiation au graffiti avec Une Phase 2 Styles
- 13h-14h30 | Qi Gong
- 13h-17h30 | Beach Rugby
- 13h30-18h | Ludothèque « L'Île aux Trésors »
- 14h-18h | Échecs
- 14h30-17h | Les Animaux Fantastiques
- 15h30-17h30 | Le Lien en Action

**Mercredi 8 juillet**

- 11h-12h | Tai Chi
- 12h-13h | Sophrologie
- 13h-14h30 | Qi Gong
- 13h-17h | L'École de la Propreté
- 13h-17h30 | Beach Rugby
- 13h30-18h | Ludothèque « L'Île aux Trésors »
- 14h-18h | FC Metz Tour
- 15h-18h | Watt Watchers
- 15h-19h | Beach Braids

**Jeudi 9 juillet**

- 11h-12h | Tai Chi
- 13h-14h30 | Qi Gong
- 13h-17h30 | Beach Rugby
- 13h30-18h | Ludothèque « L'Île aux Trésors »
- 14h-18h | Échecs
- 14h-18h | Mölkky
- 15h30-17h30 | Le Lien en Action

**Vendredi 10 juillet**

- 11h-12h | Aquagym
- 11h-12h | Tai Chi
- 12h-13h | Sophrologie
- 13h-14h30 | Qi Gong
- 13h-15h | Cross Training
- 13h-17h30 | Beach Rugby
- 14h-18h | Journée Inclusive avec le CCAS de Metz
- 15h30-17h30 | L'intention du geste par le Centre Pompidou Metz
- Dès 20h30 | Soirée 90-2000 avec DJ Mast

**Samedi 11 juillet**

- 13h-14h30 | Qi Gong
- 13h-17h | L'École de la Propreté
- 14h-18h | Ateliers sportifs pour les 125 ans d'UEM
- 14h-18h | Cross Training
- 14h-18h | Échecs
- 14h-18h | Stand Metz à Vélo
- 15h-17h | Capoeira
- 16h-18h | Balade à vélo
- 17h-19h30 | Boxe Thaï
- Dès 20h30 | Soirée Guinguette Jazz

**Dimanche 12 juillet**

- 13h-14h30 | Qi Gong
- 14h-18h | Stand Metz à Vélo
- 14h-18h | Mölkky
- 14h-18h | Cross Training
- 15h-17h | Capoeira
- 16h-18h | Balade à vélo
- 16h-20h | Guinguette moderne

**Mercredi 15 juillet**

- 12h-13h | Sophrologie
- 13h-17h | L'École de la Propreté
- 13h30-18h | Ludothèque « L'Île aux Trésors »
- 14h-18h | FC Metz Tour
- 14h-18h | Tournoi partenaire UEM
- 15h-18h | Watt Watchers
- 15h-19h | Beach Braids

**Vendredi 17 juillet**

- 11h-12h | Aquagym
- 11h-12h | Yoga
- 12h-13h | Sophrologie
- 13h-14h30 | Qi Gong
- 13h-15h | Cross Training
- 14h-18h | Tournoi de beach soccer Volkswagen Metz
- 15h30-17h30 | L'intention du geste par le Centre Pompidou Metz
- Dès 20h30 | DJ Jérémy Ka

**Dimanche 19 juillet**

- 13h-14h30 | Qi Gong
- 13h-19h | Challenge Immersive Room Tour de France avec Skoda
- 14h-18h | Tournoi de beach soccer Volkswagen Metz
- 14h-18h | Stand Metz à Vélo
- 14h-18h | Mölkky
- 14h-18h | Cross Training
- 15h-17h | Capoeira
- 16h-18h | Balade à vélo

**Mardi 21 juillet**

- 11h-12h | Tai Chi
- 13h-18h | Accrobranche et tyrolienne
- 13h30-18h | Ludothèque « L'Île aux Trésors »
- 14h-16h30 | Arts du cirque
- 14h-17h | Tir à l'arc et mölkky
- 14h-18h | Échecs
- 14h-18h | Village Développement Durable
- Récoltes de bouchons
- Village de l'eau
- Économies d'énergie
- Upcycling
- Traitement des déchets
- Ville du futur
- Transition écologique / Cycle de l'eau
- 15h30-17h30 | Le Lien en Action

**Mercredi 22 juillet**

- 11h-12h | Tai Chi
- 12h-13h | Sophrologie
- 13-18h | Accrobranche et tyrolienne
- 13h30-18h | Ludothèque « L'Île aux Trésors »
- 14h-17h | Beach Soccer
- 14h-18h | Village Développement Durable
- Récoltes de bouchons
- Village de l'eau
- Économies d'énergie
- Upcycling
- Traitement des déchets
- Ville du futur
- Transition écologique / Cycle de l'eau
- 15h-19h | Moi je par le PADEM

**Lundi 13 juillet**

- 13h-17h | L'École de la Propreté
- 13h-19h | L'Europe en s'amusant
- 14h-17h | Tir à l'arc et mölkky
- 15h-16h | Bulle en famille
- 18h-19h30 | Aikido

**Jeudi 16 juillet**

- 13h-14h30 | Qi Gong
- 13h30-18h | Ludothèque « L'Île aux Trésors »
- 14h-18h | Échecs
- 14h-18h | Mölkky
- 15h30-17h30 | Le Lien en Action

**Samedi 18 juillet**

- 13h-14h30 | Qi Gong
- 13h-19h | Challenge Immersive Room Tour de France avec Skoda
- 14h-18h | Tournoi de beach soccer Volkswagen Metz
- 14h-18h | Cross Training
- 14h-18h | Stand Metz à Vélo
- 15h-17h | Capoeira
- 16h-18h | Balade à vélo
- Dès 20h30 | Abba Infinity

**Lundi 20 juillet**

- 11h-12h | Tai Chi
- 13h-19h | L'Europe en s'amusant
- 14h-18h | Ateliers sportifs avec le CIRFA
- 14h-18h | Village Développement Durable
- Récoltes de bouchons
- Traitement des déchets
- Objectifs du développement durable
- Transition écologique / Cycle de l'eau
- École de la propreté
- 15h-16h | Bulle en famille
- 18h-19h30 | Aikido

**Mardi 14 juillet**

- 14h-18h | Échecs
- 15h30-17h30 | Le Lien en Action

VILLE DE METZ

MULLER TP | uem | EURO-MÉTROPOLÉ METZ

DECATHLON | Heidelberg Materials | VALYGATOR GRAND EST

LOXAM | haganis Environnement | INDIGO | botanic METZ - BIEN-ÊTRE

LE METZ | Vivest Groupe ActionLogement | Centre Pompidou-Metz | EURO-MÉTROPOLÉ METZ HABITAT

LES ARÈNES | EAU DE METZ | SKODA | Metz

POKEYLAND | mutest | La Grande Récré

PRO FAÇADE | banderolestop | INSPIRE METZ | ici

Direction de la communication Ville de Metz et Euro-Métropole de Metz 2026 - Imprimé par nos soins - Ne pas jeter sur la voie publique

**Jeudi 23 juillet**

- 11h-12h | Tai Chi
- 13h-18h | Accrobranche et tyrolienne
- 13h30-18h | Ludothèque « L'Île aux Trésors »
- 14h-18h | Échecs
- 14h-18h | Mölkky
- 14h-18h | Village Développement Durable
- Récoltes de bouchons
- Village de l'eau
- Économies d'énergie
- Écogestes
- Traitement des déchets
- Objectifs du développement durable
- Transition écologique / Cycle de l'eau
- 14h30-17h | Les Animaux Fantastiques
- 15h30-17h30 | Le Lien en Action
- 18h-20h | Beach Flag

**Vendredi 24 juillet**

- 11h-12h | Aquagym
- 11h-12h | Tai Chi
- 12h-13h | Sophrologie
- 13h-15h | Cross Training
- 13h-18h | Accrobranche et tyrolienne
- 14h-15h | Mieux gérer son stress
- 14h-18h | Village Développement Durable
- Récoltes de bouchons
- Village de l'eau
- Jardinage écolo
- Objectifs du développement durable
- Transition écologique / Cycle de l'eau
- 15h30-17h30 | L'intention du geste par le Centre Pompidou Metz
- Dès 20h30 | Disco Funk avec DJ Celestal

**Samedi 25 juillet**

- 11h-20h | Animations pour les 50 ans de Décathlon
- 13h-18h | Accrobranche et tyrolienne
- 14h-18h | Cross Training
- 14h-18h | Échecs
- 14h-18h | Village de l'Eau
- 14h-18h | Stand Metz à Vélo
- 15h-17h | Capoeira
- 16h-18h | Balade à vélo
- Dès 20h30 | Soirée Gypsy Air Manos

**Dimanche 26 juillet**

- 11h-20h | Rencontre avec Fetia Polynesia
- 14h-18h | Stand Metz à Vélo
- 14h-18h | Mölkky
- 14h-18h | Cross Training
- 15h-17h | Capoeira
- 16h-18h | Balade à vélo

**Lundi 27 juillet**

- 12h-13h | Yoga
- 13h-14h30 | Qi Gong
- 13h-17h | L'École de la Propreté
- 13h-19h | L'Europe en s'amusant
- 14h-18h | Ateliers sportifs avec le CIRFA
- 15h-16h | Bulle en famille
- 18h-19h30 | Aikido

**Mardi 28 juillet**

- 13h-14h30 | Qi Gong
- 13h-18h | Accrobranche et tyrolienne
- 13h30-18h | Ludothèque « L'Île aux Trésors »
- 14h-16h30 | Arts du cirque
- 14h-17h | Tir à l'arc et mölkky
- 14h-18h | Échecs
- 15h30-17h30 | Le Lien en Action

**Mercredi 29 juillet**

- 12h-13h | Sophrologie
- 13h-14h30 | Qi Gong
- 13h-17h | L'École de la Propreté
- 13h-18h | Accrobranche et tyrolienne
- 13h30-18h | Ludothèque « L'Île aux Trésors »
- 14h-17h | Beach Volley
- 15h-19h | Moi je par le PADEM
- 15h-19h | Beach Braids

**Jeudi 30 juillet**

- 11h-18h | Rencontre avec les différents spécialistes du SDIS de la Moselle
- 13h-14h30 | Qi Gong
- 13h-18h | Accrobranche et tyrolienne
- 13h30-18h | Ludothèque « L'Île aux Trésors »
- 14h-18h | Échecs
- 14h-18h | Mölkky
- 14h30-17h | Les Animaux Fantastiques
- 15h30-17h30 | Le Lien en Action
- 18h-20h | Beach Flag

**Vendredi 31 juillet**

- 11h-12h | Aquagym
- 11h-12h | Yoga
- 12h-13h | Sophrologie
- 13h-14h30 | Qi Gong
- 13h-15h | Cross Training
- 13h-18h | Accrobranche et tyrolienne
- 13h-19h | Animation de prévention sur les fake news
- 14h-15h | Mieux gérer son stress
- 15h30-17h30 | L'intention du geste par le Centre Pompidou Metz
- Dès 20h30 | Taxi Brousse - Trio Afro Funk

**Samedi 1<sup>er</sup> août**

- 13h-14h30 | Qi Gong
- 13h-18h | Accrobranche et tyrolienne
- 14h-18h | Cross Training
- 14h-18h | Échecs
- 14h-18h | Stand Metz à Vélo
- 15h-17h | Capoeira
- 16h-18h | Balade à vélo
- 17h-19h30 | Boxe Thai
- Dès 20h30 | Dopamin

**Dimanche 2 août**

- 13h-14h30 | Qi Gong
- 13h-17h | L'École de la Propreté
- 14h-18h | Stand Metz à Vélo
- 14h-18h | Mölkky
- 14h-18h | Cross Training
- 15h-17h | Capoeira
- 16h-18h | Balade à vélo
- 16h-20h | Guinguette Moderne

**Lundi 3 août**

- 11h-12h | Tai Chi
- 12h-13h | Yoga
- 13h-19h | L'Europe en s'amusant
- 14h-18h | Ateliers sportifs avec le CIRFA
- 15h-16h | Bulle en famille
- 18h-19h30 | Aikido

**Mardi 4 août**

- 11h-12h | Tai Chi
- 13h-17h | L'École de la Propreté
- 13h-18h | Accrobranche et tyrolienne
- 14h-16h30 | Défis jonglages beach soccer
- 14h-18h | Échecs
- 14h30-17h | Les Animaux Fantastiques
- 15h30-17h30 | Le Lien en Action

**Mercredi 5 août**

- 11h-12h | Tai Chi
- 11h-18h | Rencontre avec les Forces de l'Ordre de la Police Nationale
- 12h-13h | Sophrologie
- 13h-18h | Accrobranche et tyrolienne
- 13h-19h | Animation de prévention sur les fake news
- 15h-19h | Moi je par le PADEM
- 21h30-23h30 | Cinéma en plein air - En Fanfare

**Jeudi 6 août**

- 11h-12h | Tai Chi
- 13h-18h | Accrobranche et tyrolienne
- 14h-17h | Beach Boxe
- 14h-18h | Échecs
- 14h-18h | Mölkky
- 15h30-17h30 | Le Lien en Action
- 18h-20h | Beach Flag

**Vendredi 7 août**

- 11h-12h | Aquagym
- 11h-12h | Tai Chi
- 11h-12h | Yoga
- 12h-13h | Sophrologie
- 13h-15h | Cross Training
- 13h-17h | L'École de la Propreté
- 13h-18h | Accrobranche et tyrolienne
- 14h-15h | Mieux gérer son stress
- 15h-18h | Watt Watchers
- Dès 20h30 | Italao

**Samedi 8 août**

- 13h-18h | Accrobranche et tyrolienne
- 13h-18h | Olympiades des quartiers
- 14h-18h | Cross Training
- 14h-18h | Échecs
- 14h-18h | Stand Metz à Vélo
- 15h-17h | Capoeira
- 16h-18h | Balade à vélo
- Dès 20h30 | Highway Station

**Dimanche 9 août**

- 14h-18h | Stand Metz à Vélo
- 14h-18h | Mölkky
- 14h-18h | Cross Training
- 15h-17h | Capoeira
- 16h-18h | Balade à vélo
- 16h-20h | Guinguette moderne

**Lundi 10 août**

- 12h-13h | Yoga
- 13h-14h30 | Qi Gong
- 13h-17h | L'École de la Propreté
- 13h-19h | L'Europe en s'amusant
- 14h-18h | Ateliers sportifs avec le CIRFA
- 15h-16h | Bulle en famille
- 15h-17h30 | Méditation et automassage
- 18h-19h30 | Aikido

**Mardi 11 août**

- 13h-14h30 | Qi Gong
- 13h-18h | Accrobranche et tyrolienne
- 14h-16h30 | Arts du cirque
- 14h-18h | Échecs
- 14h30-17h | Les Animaux Fantastiques
- 15h30-17h30 | Le Lien en Action

**Mercredi 12 août**

- 12h-13h | Sophrologie
- 13h-14h30 | Qi Gong
- 13h-17h | L'École de la Propreté
- 13h-18h | Accrobranche et tyrolienne
- 14h-18h | Atelier de prévention sur la malbouffe
- 15h-19h | Moi je par le PADEM

**Jeudi 13 août**

- 13h-14h30 | Qi Gong
- 13h-18h | Accrobranche et tyrolienne
- 14h-16h30 | Beach Soccer
- 14h-17h | Journée inclusive avec le CCAS
- 14h-18h | Échecs
- 14h-18h | Mölkky
- 15h30-17h30 | Le Lien en Action
- 18h-20h | Beach Flag

**Vendredi 14 août**

- Séances de découvertes de l'ostéopathie avec Mutest
- 11h-12h | Aquagym
- 11h-12h | Yoga
- 12h-13h | Sophrologie
- 13h-14h30 | Qi Gong
- 13h-15h | Cross Training
- 13h-18h | Accrobranche et tyrolienne
- 13h-19h | Animation de prévention sur les fake news
- 15h-18h | Watt Watchers
- Dès 20h30 | Soirée Italienne

**Samedi 15 août**

- 11h-12h | Yoga
- 11h-18h | Les gestes qui sauvent avec la Croix Rouge
- 12h30-14h | Yoga
- 13h-14h30 | Qi Gong
- 13h-18h | Accrobranche et tyrolienne
- 14h-18h | Cross Training
- 14h-18h | Échecs
- 14h-18h | Stand Metz à Vélo
- 15h-17h | Capoeira
- 16h-18h | Balade à vélo
- Dès 20h30 | The Runners - Blues Rock

**Dimanche 16 août**

- 13h-14h30 | Qi Gong
- 14h-18h | Stand Metz à Vélo
- 14h-18h | Mölkky
- 14h-18h | Cross Training
- 15h-17h | Capoeira
- 16h-18h | Balade à vélo

