

SAMEDI 26 SEPTEMBRE

FEMMES EN SPORT



9 LIEUX / + DE 30 ACTIVITÉS GRATUITES
PLUS D'INFOS SUR PARIS.FR

SOMMAIRE

Edito de Jean-François Martins, adjoint à la Maire de Paris en charge des sports et du tourisme	3
L'événement Femmes en Sport	4
Les 9 lieux	5
Berges De Seine (7e)	
Centre Sportif Beaujon (8e)	
Centre Sportif Cour Des Lions (11e)	
Quai De Seine (13e)	
Centre Sportif Élisabeth (14e)	
Centre Sportif La Muette & Piscine Henry de Montherlant (16e)	
Centre Sportif Les Fillettes Et Espace De Glisse Paris 18 (18e)	
Place des Fêtes (19e)	
Centre Sportif Louis Lumière (20e)	
Les partenaires de Femmes en Sport 2015	14

EDITO DE JEAN-FRANCOIS MARTINS, ADJOINT A LA MAIRE DE PARIS EN CHARGE DES SPORTS ET DU TOURISME



PSG, Stade Français Paris Saint Cloud, Issy Paris Hand, nos trois équipes féminines parisiennes Haut Niveau ont toutes brillé la saison dernière, finissant chacune parmi les trois meilleures en France allant même jusqu'en finale de la Ligue des Champions pour le PSG. Il est bien loin le temps où le sport féminin était encore confidentiel ou pire moqué.

Aujourd'hui, ces équipes remplissent souvent les tribunes et sont un véritable booster pour le sport féminin à Paris. Les équipes amateurs ont d'excellents résultats entraînant derrière également nos équipes de jeunes : l'équipe de foot du collège François Villon est devenue championne du monde cette année, le PB 18 championne de France -15 ans et UNSS l'année dernière et l'équipe -12 ans du Paris FC a représenté la France aux championnats du monde.

A côté du sport pro et amateur, la pratique libre hors club explose aussi avec plus de la moitié des sportives parisiennes qui pratiquent le running, le fitness, l'aquagym, la marche nordique, le yoga, le stretching ou encore la zumba.

Le 26 septembre, pour la nouvelle édition de « Femmes en Sport », nous avons voulu que cet événement soit une grande fête du sport féminin et qu'on mette en avant toute la richesse du sport féminin à Paris : dans 9 lieux, près d'une centaine d'associations proposeront toute la journée de découvrir gratuitement et pratiquer plus de 30 disciplines dans un esprit très festif.



On espère pour cette grande fête que les Parisiennes viendront nombreuses et montreront que le sport n'est définitivement plus une affaire d'hommes !

LE 26 SEPTEMBRE 2015, LA MAIRIE DE PARIS REVEILLE LA SPORTIVE QUI SOMMEILLE DANS CHAQUE PARISIENNE...

Cette année, « Femmes en sport » prend possession de la Ville en occupant non plus un lieu unique mais 9 lieux dans Paris ! Centres sportifs, places et voies sur berges, de nombreuses activités gratuites seront proposées tout au long de la journée par près d'une centaine d'associations sportives, de clubs de haut-niveau et éducateurs sportifs de la Ville de Paris, pour développer la pratique sportive féminine dans l'espace public.

Au total, plus de 30 activités seront proposées aux Parisiennes de tous âges, sportives néophytes, professionnelles ou occasionnelles : aquagym, badminton, boxe, escalade, gym suédoise, football, golf, handfit, hockey sur gazon, karaté, marche nordique, roller, running, skate, salsa, self défense, yoga, zumba etc.

La Ville de Paris se mobilise pour faire de cet événement annuel un rendez-vous incontournable qui met en avant toutes les initiatives visant à promouvoir le sport féminin à Paris : les clubs innovants, les équipes féminines de sports « masculins » comme le rugby, le foot ou le skate, les initiations par des sportives d'équipes de haut niveau...

LES LIEUX

7e arrondissement

Berges de Seine, sous le pont des Invalides

De 9h à 12h

13e arrondissement

Quai Bibliothèque François Mitterrand
Port de la Gare, Quai François Mauriac

De 9h30 à 16h30

18e arrondissement

EGP 18 & centre sportif Des Fillettes
54, Boulevard Ney

De 13h à 21h

8e arrondissement

Centre Sportif Beaujon
7 Allée Louis de Funès

De 9h30 à 17h30

14e arrondissement

Centre sportif Elisabeth
7 avenue Paul Appell

De 9h30 à 17h30

19e arrondissement

Place des Fêtes

De 13h à 20h

11e arrondissement

Centre sportif Cour des Lions
9 Rue Alphonse Baudin

De 9h à 18h

16e arrondissement

Centre sportif La Muette & Piscine Montherlant
60 bd Iannes

De 10h à 18h

20e arrondissement

Centre sportif Louis Lumière
30 rue Louis Lumière

De 9h30 à 17h30

L'AVIS DE MURIEL HURTIS, CHAMPIONNE D'EUROPE DU 200M ET DU 4X100M ET CHAMPIONNE D'EUROPE DU 4X400 M

« Pendant longtemps le sport était réservé à une élite masculine et de plus en plus nous voyons des femmes arriver et exceller dans une grande variété de sports. Dans le sport que je pratique, je m'entraîne avec des hommes et nous faisons exactement les mêmes séances, je n'ai jamais ressenti une différence entre nous.

Pour inciter les femmes à pratiquer un sport, je pense qu'il faut axer sur le bien-être physique et psychologique. En effet, faire du sport peut lutter contre les états moroses, le stress. Montrer de belles images sportives féminines peut également donner envie aux femmes de faire du sport. Il faut sensibiliser, pouvoir montrer des exemples, et décomplexer.

L'opération « Femmes en sport » est une bonne initiative pour donner l'envie aux femmes de faire du sport et pour mettre en avant la femme sportive. »



ET EN + ...

Pour l'édition « Femmes en Sport » 2015, la Mairie de Paris et ses partenaires proposent sur chaque site :

- Une collation, offerte par Naturalia, composée d'un jus de fruit, une barre de céréales, un fruit et une barre de chocolat (offert aux 150 premières participantes sur chaque lieu)
- Un verre « écocup » réutilisable et recyclable pour se désaltérer
- Une eau de fruit « Vaïvaï »
- Un tote-bag illustré par Pénélope Bagieu, dessinatrice parisienne, créatrice du visuel de « Femmes en Sport » (limité à 200 exemplaires par site)

Place des Fêtes, Eau de Paris installe spécialement pour la journée une fontaine à eau.

FOCUS STREET FOOD POUR TOUTES

Sur 6 sites - Centre Sportif Beaujon (8e), Centre Sportif Cour Des Lions (11e), Centre Sportif Élisabeth (14e), Centre sportif La Muette (16e), Place des Fêtes (19e), Centre Sportif Louis Lumière (20e) - des camions-restaurants proposeront une restauration légère rapide et accessible aux participantes.

Seront présents :

Krep events – Indonesia foodtrucks – A Casa – In the mood of trucks – French Toque, Si Señor.

SITE 1 : BERGES DE SEINE

7^e arrondissement

LE PROGRAMME DES ACTIVITÉS

De 9h à 10h :

- Running débutants
- Marche nordique
- Gym suédoise
- Taji bang

De 10h à 11h :

- Running débutants
- Marche nordique
- Gym suédoise
- Taji bang

De 11h à 12h :

- Running débutants
- Marche nordique
- Gym suédoise
- Yoga
- Coaching boxe

Les activités sont proposées en collaboration avec les Berges.

ET AUSSI : du coach-dating avec **Gymlib** : à la manière d'un speed-dating ou d'un job-dating, la start-up parisienne propose des mini sessions « vivre healthy » avec un coach privé.

Les associations présentes :

Ligue Ile de France de Taekwondo -
CARAT Sport - Gym suédoise Paris
Tour Eiffel - ASSERAP

INFOS PRATIQUES :

Berges de Seine – Port du Gros
Caillou
Sous le pont des Invalides
75007 Paris

De 9h à 12h



SITE 2 : CENTRE SPORTIF BEAUJON

8^e arrondissement

LE PROGRAMME DES ACTIVITÉS

9h30 : Nage avec palmes

10h15 :

- Karaté
- Remise en forme

10h30 :

- Badminton
- Running

11h :

- Aquagym
- Tennis de table
- Gym suédoise
- Savate forme

11h45 :

- Coaching postural et respiratoire
- Boxe française

13h15 :

- Basket
- Yoga
- Cardio training savate
- Marche nordique

14h :

- Aquagym (40 min)
- Nage avec palmes
- Tennis de table
- Karaté
- Step

14h45 :

- Badminton
- Yoga
- Boxe française
- Running

15h30 :

- Basket
- Gym suédoise
- Pilates

16h15 :

- Aquagym
- Savate forme (boxe fitness)
- Tennis de table
- Karaté

16h30 : Marche nordique

17h :

- Badminton
- Gym suédoise
- Pilates
- Nage avec palmes

Toute la journée (9h30 - 17h30)

Initiation découverte escalade sur le mur d'escalade le plus haut de France (17 mètres)

Les associations présentes :

L'OMS 8e - ASCPS - Paris Levallois Basket - CAF IDF - Lin Man - Le 8 Assure - Fédération Française de Savate Boxe Française - Gym suédoise - Yoga on the top

INFOS PRATIQUES :

Centre sportif Beaujon
7 allée Louis de Funès
75008 Paris

De 9h30 à 17h30



SITE 3 : CENTRE SPORTIF COUR DES LIONS

11^e arrondissement

LE PROGRAMME DES ACTIVITÉS

Dans la piscine :

Natation libre & coaching : 9h00-10h00 et 12h00-14h00
Nage avec palmes & coaching : 10h00-11h00
Aquagym, aquafitness, aquaboxing : 11h00
Coaching préparation future maman : 14h - 16h
Natation synchronisée : 16h - 18h

Dans le gymnase :

Tennis de table : 9h30-12h
Gym suédoise : 12h30 - 13h30
Floorball : 14h-15h30
Badminton : 16h-17h30
Rugby (flag): 16h-17h30

Dans la salle d'arts martiaux :

Aïkido : 9h30-12h
Capoeira : 14h à 16h / démonstration de 12h30 à 13h30
Viet Vo Dao : 16h-18h

Dans la salle de danse :

Gym suédoise : de 9h30 à 12h (séance de 20 min)
Kendo : 14h - 15h30
Remise en forme : 15h30-17h30

Dans la salle de boxe :

Boxe thaïlandaise : 9h30-12h
Boxe anglaise : 14h-17h30

Les associations présentes :

La Jump Ménilmontant - AL Saint Sébastien - Sofoot Club - AS Budo 11 - AS Bouvines - Association Aïkido Club du 11ème - Gym Suédoise - Tatio Sport - Capoeira Paname - Association pour le développement de la boxe thaïlandaise - Association parisienne Babygym ludique

INFOS PRATIQUES :

Centre sportif Cour des Lions
9 rue Alfonse
75011 Paris

De 9h00 à 18h00



SITE 4 : QUAI DE SEINE

13^e arrondissement

LE PROGRAMME DES ACTIVITÉS

10h : Marche nordique (séance de 45 à 60mn)

10h15 : Remise en forme (séance de 45mn)

11h15 : Course à pieds (séance de 45 à 60mn)

11h15 : Danse Africaine (séance de 45mn)

14h / 15h30 : Circuit training

De 9h30 à 12h15 & de 13h15 à 16h30

:

- Football
- Golf
- Softball

Et aussi : gym suédoise (séance de 45mn) (horaires non précisés)

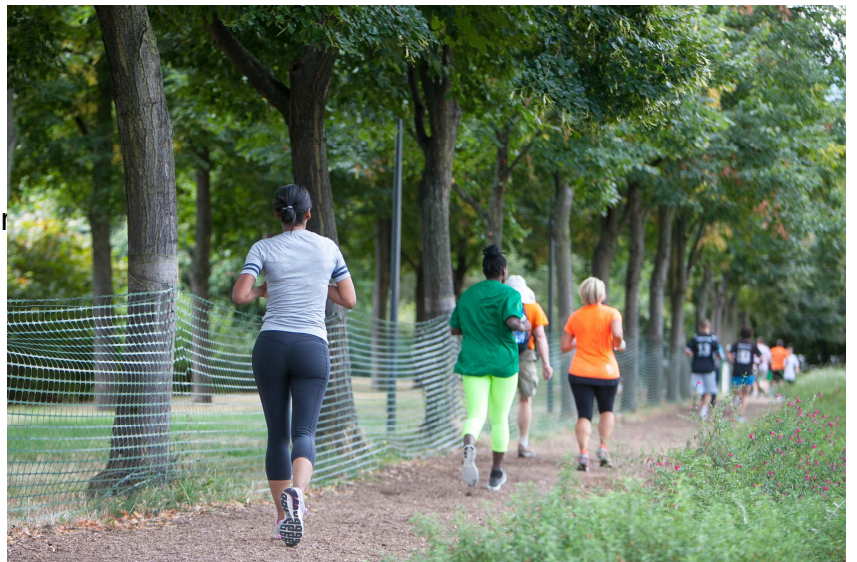
Les associations présentes :

Dife kako - FC Gobelins - Gym Suédoise - Team JPA Golf

INFOS PRATIQUES :

Quai François Mauriac
devant la Piscine Joséphine Baker
75013 Paris

De 10h à 16h30



SITE 5 : CENTRE SPORTIF ELISABETH

14^e arrondissement

LE PROGRAMME DES ACTIVITÉS

De 9h à 12h :

- Tennis
- Hockey sur Gazon

De 9h à 18h :

- Badminton
- Escrime
- Capoeira
- Tennis de table

- Athlétisme
- Flag-foot
- Boxe
- Marche Nordique
- Running
- Crazy'R Ball

De 11h à 17h : Taïchi

Et aussi : De la zumba et du latinva-Fitness (horaires à déterminer)

Les associations présentes :

1, 2, 3 Moov - Les
Mousquetaires - ASPTT
Bad et Escrime - Jeunesse
Athlétique de Montrouge -
Ring 14 - Ligue de Paris de
Tennis - Comité de
Hockey sur gazon -
Latinva Fitness -

INFOS PRATIQUES :

Centre sportif Elisabeth
7 avenue Paul Appell
75014 Paris

De 9h30 à 17h30



SITE 6 : CENTRE SPORTIF LA MUETTE & MONTHERLANT

16^e arrondissement

LE PROGRAMME DES ACTIVITÉS

De 10h00 à 18h00 (séances de 20 min) :

- Basket-ball
- Hockey sur gazon
- Golf
- Pétanque
- Rugby (flag)
- Tir à l'arc
- Lutte
- Gate ball
- Sports de glisse : roller, skate, bmx et trottinette (sur le bowl de la Muette)
- Aquagym (à la piscine Montherlant)

10h : Tai chi

11h : Pilates (cours d'1h)

13h : Tai chi

14h : Pilates (cours d'1h)

De 14h à 18h :

- Krav Maga
- Zumba
- Athlétisme : découvertes des s et courses

De 16h à 18h : Qui Gong

Et aussi : des initiations au secourisme

Les associations présentes :

OMS 16 - ES 16 - Nicolaïte Chaillot - Stade Français - Paris Jean Bouin CASG - Ecole Club Molitor - Partee Golf Club - EKM16 - Danse Paris 16 - PP16 - Les archers de Paris - CHTCF - Croix Rouge

INFOS PRATIQUES :

Centre sportif La Muette
60 boulevard Lannes
75016 Paris

De 10h00 à 18h00



SITE 7 : CENTRE SPORTIF LES FILLETES ET ESPACE DE GLISSE PARIS 18

18^e arrondissement

LE PROGRAMME DES ACTIVITÉS

De 13h à 21h :

Skate / BMX / Roller / Trotinette

13h - 15h :

Boxe / Escrime (2h)

15h : Danse indienne

16h - 18h : Boxe

16h - 19h : Gym suédoise

19h - 21h : Boxe

Et aussi : gymnastique, basket-ball, badminton, football...

Les associations présentes :

L'OMS du 18^e arrondissement - Paris Skate Culture - Time2Ride - RealAxe - PMG - Paris Roller Girls - Enfants de la Goutte d'Or - Espoir 18 - Paris Basket 18 - Triwat - La Flèche Athletic Club - Gym suédoise - Les duellistes - Bad18

INFOS PRATIQUES :

Centre sportif les Fillettes et Espace de
Glisse Paris 18
54 boulevard Ney
75018 Paris

De 13h00 à 21h00



SITE 8 : PLACE DES FETES

19^e arrondissement

LE PROGRAMME DES ACTIVITÉS

De 12h00 à 20h00 :

Basket-Ball / Trampoline / Escalade / Tennis / Badminton/ Boxe (anglaise et française)/ Golf

VTT/ Capoeira/ Football/ Zumba/ Hip Hop/ Remise en forme/ Yoga

Les associations présentes :

Yoga on top - UCPA - Team JPA - SCNP - Martigua SCL - Manin sport - OMS 19 - CSP Paris 19 - Fondation PSG - CDSBF 75 - AICV

INFOS PRATIQUES :

Place des Fêtes

75019 Paris

De 13h00 à 20h00



SITE 9 : CENTRE SPORTIF LOUIS LUMIERE

20^e arrondissement

LE PROGRAMME DES ACTIVITÉS

De 10h à 12h et de 13h à 17h :
Basket-ball
Handi-sport & Athlétisme

De 11h à 13h et de 14h à 16h :
Football

De 11h30 à 12h et de 17h à 18h :
Gym suédoise

De 14h à 16h : mini hand

De 15h à 16h30 : Tennis de table

De 15h à 17h : Baseball, softball,
cricket

De 15h à 17h : danse contemporaine

Les associations présentes :

Julien Lacroix TT - CAJ Promosport - Fédération Française Handisport - FF baseball
softball - Gym suédoise - Aquilone

INFOS PRATIQUES :

Centre sportif Louis Lumière
30 rue Louis Lumière
75020 Paris

De 9h30 à 17h30

LES PARTENAIRES

aufeminin



Vaiivai



NATURALIA



THE
VILLAGE
ORCHESTRA



Gymlib_



POURQUOI ILS SOUTIENNENT FEMMES EN SPORT 2015...

Goaleo : la plateforme sociale pour le monde du sport.

Centré autour du profil sportif, toutes les fonctions et univers sont présents. Recherche de partenaires géolocalisée, challenges de qualité et performances sportives, réseau sportif, clubs, fédérations, médias, marques et 30 grands champions comme Thierry Dusautoir, Yannick Agnel, Boris Diaw, Gévrise Emrane ou Michaël Llodra.

Gymlib : la façon simple et économique de faire du sport

Gymlib est un site internet qui réinvente la consommation du sport grâce à une offre flexible qui s'adapte aux modes de vie urbains et contemporains.

« Notre site permet à n'importe qui d'aller dans une salle de sport, à tout moment, partout en France et tout cela sans engagement grâce à des pass de courte durée : 1 entrée, 5 entrées, 1 mois ou 3 mois. Ce moyen permet principalement d'éviter de s'engager sur le long terme dans une salle de sport et ainsi de tester de nombreuses salles, activités et nouveautés sportives. Ce concept s'adapte donc aux femmes actives et urbaines qui cherchent à faire du sport de façon flexible afin de concilier leur mode de vie, tout en restant en forme, en allant à la salle où et quand elles le souhaitent », Gymlib.

Le Tremplin : l'incubateur de start-up spécialisées dans le sport

« Le Tremplin est fier d'être partenaire de « Femmes en sport 2015 ». Dans les objectifs de notre plateforme d'innovation pour le sport, les enjeux de développement économique et de développement de l'emploi sont certes essentiels, mais nous tenons aussi à travailler sur l'axe fondamental du développement de la pratique sportive, pour tous les publics. Force est de constater que les startups qui développent des solutions permettant de faciliter la pratique sportive au quotidien sont nombreuses, et c'est une fierté pour Le Tremplin de les accompagner dans leur développement et de les mettre en relation avec les organisateurs d'événements et les acteurs institutionnels », Benjamin Carlier, responsable du Tremplin.

AuFéminin

« Parce que le sport est un vecteur d'émancipation, de confiance en soi et de lien social, aufeminin est particulièrement fière de s'associer, cette année, à Femmes en Sport, l'événement sportif 100% féminin organisé par la Mairie de Paris pour réveiller la sportive qui sommeille en chacune des femmes. Avec plus de 45 millions

d'internautes fidèles par mois, aufeminin s'adresse à toutes les femmes et les accompagne dans toutes les facettes de leur vie. La solidarité, la transmission, l'innovation et l'égalité entre tous, sont au cœur des valeurs du groupe. Fort de cet engagement, aufeminin apporte son plein soutien à Femmes en Sport, qui permettra à toutes les femmes, sportives ou néophytes, de prendre part à cette Journée, placée sous le signe du dynamisme, de l'optimisme et du partage », AuFéminin.

Ultra Petita donne du sens au sport

Au départ, Ultra Petita est une marque de sportswear créée par deux sœurs qui avaient envie de proposer des vêtements féminins aux femmes passionnées et joueuses de Rugby. Aujourd'hui, elle propose aux équipes féminines, tous sports confondus, de les habiller des pieds à la tête, sur et en dehors du terrain.

« Ultra Petita a souhaité s'associer au projet Femmes en Sport car nous croyons au bienfait de l'émancipation féminine par le sport. Nous sommes des pratiquantes passionnées et souhaitons transmettre nos valeurs à travers nos produits», Julie Chazarenc, associée d'Ultra Petita.

Sport in Box : cassez votre routine sportive

Chaque mois, les abonnés de Sport In Box retrouvent dans leur boîte aux lettres: un textile, un cosmétique, un accessoire de sport, des exercices de renforcement musculaire, une recette diététique, des conseils d'athlètes de haut niveau. Sport In Box est un concentré de produits sportifs.

« En étant femmes, mamans et sportives, nous souhaitons faire partager notre passion et les bienfaits du sport aux femmes. Sport In Box est le partenaire idéal pour compléter sa pratique sportive grâce aux produits et bons plans ludiques et innovants », Melissa Rouyar, DG de Sport in Box.

The Village Orchestra, plateforme d'inspiration et d'événements pour bloggeurs

« The Village Orchestra s'engage aux côtés de Femmes en Sport pour que les bloggeuses découvrent le plaisir de pratiquer un sport à Paris et relaient leur expérience auprès de leurs communautés parisiennes », Pauline Miahle, associée de The Village Orchestra.

La RATP et le sport

La RATP est activement engagée sur le terrain du sport depuis de nombreuses années. Elle se positionne aujourd'hui comme un acteur important du monde sportif

en France en menant une politique de partenariat riche et porteuse de sens. Elle se déploie dans une série de partenariats sportifs qui lui permettent de prolonger cette légitimité et de relayer un discours de fond, des valeurs et des actions auprès des salariés et de ses clients. La RATP est Fournisseur Officiel de la Fédération Française de Handball et Transporteur Officiel de l'Equipe de France de Handball féminin. Ce soutien au handball souligne l'attachement de la RATP à la valeur de mixité et à la représentation des femmes dans l'entreprise et dans la société. C'est donc tout naturellement que la RATP s'est à nouveau engagée à soutenir l'opération Femmes en Sport.

Le Bonbon : précurseur de tendances

«Le Bonbon précurseur de tendances aux milliers de likes et followers a pour habitude de prendre soin de vous et de vous faire découvrir Paris comme jamais vous ne l'avez vu ! C'est un été de folie que le Bonbon vous prévoit avec l'aide de la Mairie de Paris ! Tout un programme sportif de l'aquagym au self défense en passant par le Tir à l'arc. Bref stop l'ennui. Le Bonbon vous promet une pêche d'enfer à la Véronique et Davina un corps de sirène et une tête bien pleine. Tout pour être sereine et fraîche ! Grâce à un programme d'enfer mijoté par Femmes en Sport et sous les yeux bienveillants de la Mairie de Paris et du Bonbon, vous pouvez commencer votre année en douceur et sous le signe du pep's ! Courage mesdames on vous surveille ! », Le Bonbon.

Vaïvai : moins sucré par nature

Vaïvai est une jeune marque française de boissons. La start-up a été créée il y a 5 ans par deux amis d'enfance Emmanuel et Gaëtan.

« Avec Vaïvai nous voulons faire les choses autrement... Beaucoup trop de boissons proposées aux consommateurs sont dénaturées par le surdosage de sucre sous toutes ses formes ! » Manu & Gaëtan, fondateurs de Vaïvai.

Naturalia : l'Esprit Bio

Enseigne bio et urbaine, Naturalia ouvrait son premier magasin à Paris en 1973. L'enseigne compte aujourd'hui 102 magasins dont 75 en Ile-de-France.

« Cette année, Naturalia est heureux de s'associer à la Mairie de Paris en participant à l'édition 2015 de Femmes en Sport avec plus de 1 000 petits déjeuners bio offerts pour faire le plein d'énergie avant l'effort : jus de fruits, barres de céréales, fruits frais... », Naturalia.