

# Les Éléis

LE QUOTIDIEN COMPLICE

## Prin-temps

entre nous,  
c'est plus que  
du shopping

Des  
animations  
pour prendre  
soin de vous

 **PARKING  
COUVERT**

   [les-eleis.fr](https://www.les-eleis.fr)

 App Store

 Google Play

Carrefour 







Vib's

BASIC-FIT

NEWYORKER

Normal

# Ce printemps, prenez soin de vous aux Eléis et profitez des beaux jours !

## Fitness :

Inspirez, expirez... On vous a concocté un cocktail d'activités ressourçantes. **Zumba, Pilates, Yoga, Tai Chi, Step...** Il y en a pour tous les goûts ! Parez-vous simplement de votre plus belle tenue et de votre sourire, on s'occupe du reste.

## Sports collectifs :

Pour celles et ceux qui préfèrent la jouer collectif, on se retrouve en mai pour une après-midi **basket** et une journée **roller-hockey** sur le parvis des Eléis !

## Sport urbain :

Vous vous sentez l'âme d'un Yamakasi ? L'espace urbain est votre élément et vous n'avez pas froid aux yeux ? Alors l'animation **Parkour** est faite pour vous : le parvis des Eléis sera votre terrain de jeu.

Préparez-vous !

## Insolite :

Pour les plus Normands d'entre vous, ceux qui ont du sang viking dans les veines, on vous a préparé un couloir pour vous adonner à votre activité favorite : **le lancer de hache!**

## LE +

Pour le lancement du Printemps des Eléis, on innove ! On vous attend pour une folle partie de **drone soccer**, une discipline qui allie sport et technologie, ouverte à tous et à toutes !



06

AVRIL  
2024

## DRONE SOCCER

Âge minimum 9 ans

**13h - 19h**

Les parties durent 2 à 3 min

Limite nombre de participants : **1 à 6 personnes en simultané**

### LIEU DE RENDEZ-VOUS



Hall Nord

### LIEU DE L'ACTIVITÉ

HALL NORD



06

AVRIL  
2024

## TAI CHI / STEP

Âge minimum 15 ans

Tai Chi : 10h30 – 11h30

Step : 11h30 – 12h15

Limite nombre de participants : **Pas de limite**

### LIEU DE RENDEZ-VOUS



En bas  
des Travelator

### LIEU DE L'ACTIVITÉ



PARVIS



R+1



13

AVRIL  
2024

## PARKOUR

Âge minimum 8 ans

15h30 – 17h30

Limite nombre de participants : **10 personnes par 1/2h**

### LIEU DE RENDEZ-VOUS



Parvis

### LIEU DE L'ACTIVITÉ

PARVIS

Sous réserve de conditions climatiques appropriées, consulter les réseaux sociaux pour savoir si l'animation est maintenue.



**20**

**AVRIL**  
2024

# ZUMBA

Âge minimum 15 ans

**10h – 10h45**

Limite nombre de participants : **Pas de limite**

**LIEU DE RENDEZ-VOUS**



**En bas  
des Travelator**

**LIEU DE L'ACTIVITÉ**



PARVIS



R+1



**27**

**AVRIL**  
2024

# LANCER DE HACHES

Âge minimum 10 ans

**14h – 18h**

Limite nombre de participants : **Pas de limite**

**LIEU DE RENDEZ-VOUS**



**Parvis**

**LIEU DE L'ACTIVITÉ**



PARVIS



HALL NORD



04

MAI  
2024

# PILATES

Âge minimum 15 ans

10h30 – 11h15  
Tapis fournis

Limite nombre de participants : **Pas de limite**

## LIEU DE RENDEZ-VOUS



En bas  
des Travelator

## LIEU DE L'ACTIVITÉ



PARVIS



R+1



11

MAI  
2024

# BASKET

Âge minimum 7 ans

14h – 18h

Limite nombre de participants : **Pas de limite**

## LIEU DE RENDEZ-VOUS



Parvis

## LIEU DE L'ACTIVITÉ

PARVIS

Sous réserve de conditions climatiques appropriées, consulter les réseaux sociaux pour savoir si l'animation est maintenue.



18

MAI  
2024

# YOGA

Âge minimum 15 ans

11h - 12h  
Tapis fournis

Limite nombre de participants : 20 - 25 maximum

## LIEU DE RENDEZ-VOUS



En bas  
des Travelator

## LIEU DE L'ACTIVITÉ



PARVIS



R+1



25

MAI  
2024

# ROLLER-HOCKEY

Âge minimum 3 ans

10h - 18h

Limite nombre de participants : Pas de limite

## LIEU DE RENDEZ-VOUS



Parvis

## LIEU DE L'ACTIVITÉ

PARVIS

Sous réserve de conditions climatiques appropriées, consulter les réseaux sociaux pour savoir si l'animation est maintenue.