



 Les activités sportives 

Tir à l'arc, baseball, sports collectifs, mini-golf, discolf, ultimate, tchoukball, course d'orientation et bien d'autres ...

 Les activités culturelles 

Musée de la Cour d'Or, projections vidéos, jeux de piste dans la ville de Metz ...

 Les sorties 

(Une des activités ci-dessous par semaine)
Lasergame, bowling, patinoire ...

Activités et sorties du lundi au vendredi de 13h30 à 18h30

Places limitées

Renseignements et inscriptions au bureau d'accueil
Contact Yacine Djebara
Centre socio-culturel Arc-En-Ciel
71, rue Mazelle - 57000 Metz
09.50.11.65.71 - arcencielmetz.jeunes@gmail.com

Semaine 1

Du lundi 13 février au vendredi 17 Février

Semaine 2

Du lundi 20 Février au vendredi 24 Février





INSCRIPTION SORTIE ADOS



**SAMEDI 18 FÉVRIER
DE 14H00 À 18H00**

Programme:

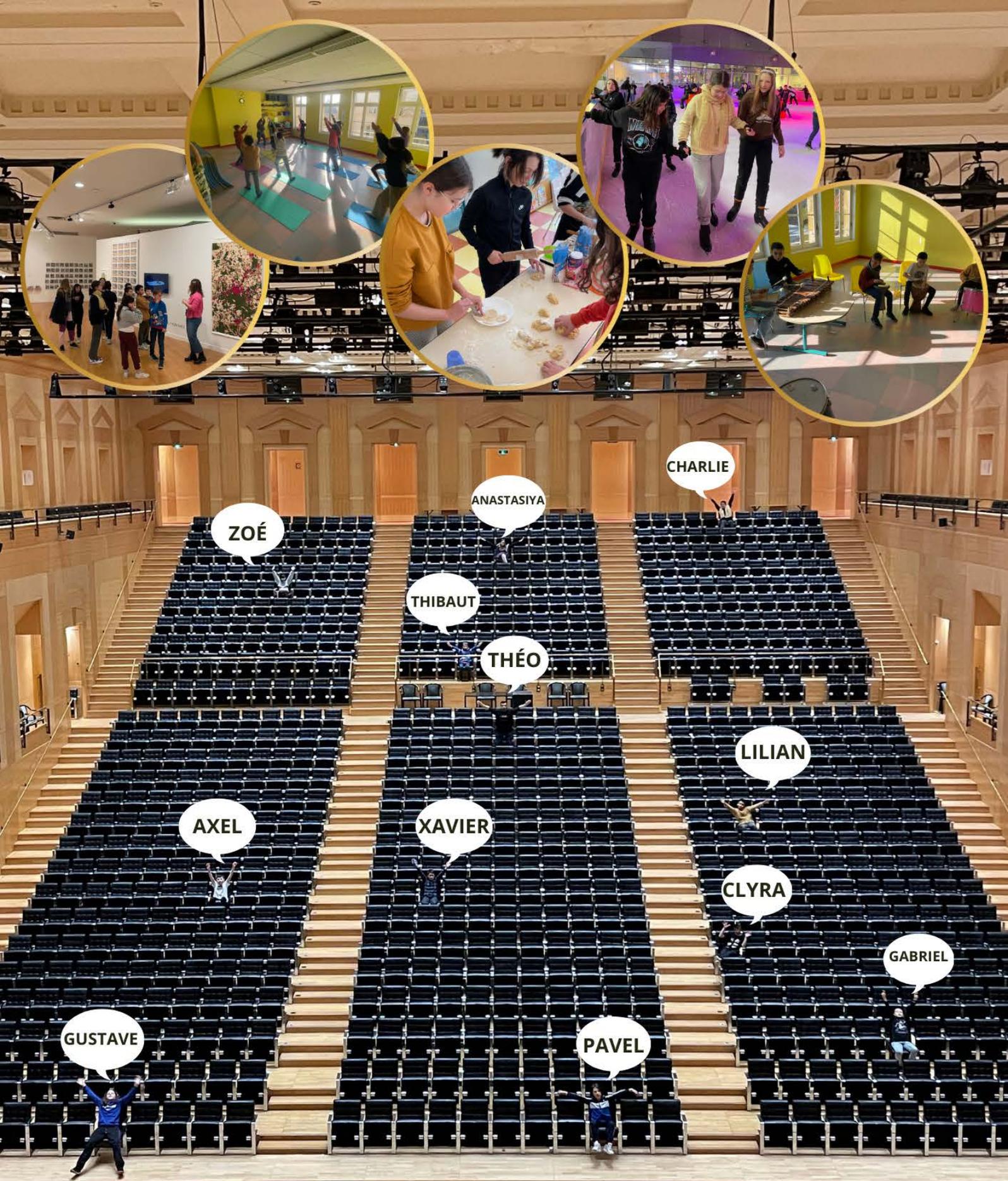
Départ d'Arc-en-ciel: 14h15

Activités/animations au Palais des sports de Metz: 14h30 à 17h30

Retour Arc-en-ciel: 18h00

Possibilité de laisser un peu de monnaie à votre enfant pour qu'il/elle s'achète un petit goûter sur place 😊





GUSTAVE

AXEL

ZOÉ

THIBAUT

ANASTASIYA

THÉO

XAVIER

CHARLIE

CLYRA

LILIAN

PAVEL

GABRIEL

ACTIVITÉS ET SORTIES ADOS SEMAINE DU 13 AU 17 FÉVRIER

- VISITE DE L'ARSENAL ET DE L'EXPO PHOTOS -
- BEIGNETS DE CARNAVAL -
- YOGA / PATINOIRE / MUSIQUE -



Sortie bowling



Retour sur



Atelier cuisine

Les vacances d'hiver

DES ADOS 2023

Sortie à la BAM

Activité musique



Jeux d'arcade



+ de
10 ans !

Planning semaine 1

De lundi 13 au 17 février



DATES	HEURES	ACTIVITÉS	LIEUX
Lundi 13 Février	Accueil: 13h30 - 13h45 Activités: 14h00 - 17h00 Temps libre 17h00 - 18h30	Activités sportives 🏊 et e-sport 🎮 UnivCité	Arc-en-ciel
Mardi 14 Février	13h30 - 18h30	Activité culinaire: beignets ! Activité musicale: Djembé ! 🥞 🎵	Arc-en-ciel
Mercredi 15 Février	13h30 - 18h30	Séance de Yoga Après-midi défis ! 🧘 📣	Arc-en-ciel
Jeudi 16 Février	13h30 - 18h30 14h00 - 16h00	Visite de l'Arsenal "L'envers du décor" + Exposition photos Grand Est	Metz centre
Vendredi 17 Février	13h30 - 18h30	Patinoire ❄️	Ice arena Metz

+ de
10 ans !

Planning semaine 2



De lundi 20 au 24 Février

DATES	HEURES	ACTIVITÉS	LIEUX
Lundi 20 Février	Accueil: 13h30 - 13h45 Activités: 14h00 - 17h00 Temps libre 17h00 - 18h30	Activités sportives 🏊	Arc-en-ciel
Mardi 21 Février	13h30 - 18h30	Activités défis et gaming 🎮	Metz centre
Mercredi 22 Février	13h30 - 18h30 14h30 - 16h00	Sortie BAM Metz "l'envers du décor"	Metz Borny
Jeudi 23 Février	13h30 - 18h30	Activité culinaire Cookies 🍪	Metz centre
Vendredi 24 Février	13h30 - 18h30	Bowling 🎳	Kinebowt Muse