

VIBRATIONS

Le show lumineux s'allume ce soir

Vibrations, le show monumental à 360° revient aujourd'hui et jusqu'au 12 octobre dans la Cour d'honneur du Palais des Papes, tous les soirs à 21 h 30 et 22 h 30 jusqu'au 31 août; du 1^{er} au 30 septembre, une séance par jour à 21 h 30, les vendredis et samedis deux séances à 21 h 30 et 22 h 30 et du 1^{er} au 12 octobre, tous les jours à 21 h 30. Cette année, le thème sera "L'effet papillon".
→ 12 €, réduit 10 €, gratuit pour les moins de 8 ans. Billeterie : avignon-vibrations.com ou www.avignon-tourisme.com, à l'Office de tourisme au ☎ 04 32 74 32 74 et magasins habituels.



SENS DE CIRCULATION

Cityzen et Baladine s'adaptent

En raison des travaux et du changement de sens de circulation dans l'intramuros d'Avignon, la desserte en bus du centre-ville s'adapte : La Cityzen République change d'itinéraire et passe par la rue d'Annanelle et le Bd Raspail - La Cityzen Italiens accède dans l'intramuros par la rue Thiers, passer par la rue Guillaume Puy pour rejoindre la Rue Carrière et le Parking des Italiens - La Baladine propose deux circuits qui relient la Place Pie et aux Halle d'Avignon : Baladine Teinturiers et Baladine Banasterie.



Un tour en ville

100 % sport, 100 % gratuit

PLAINE DES SPORTS À l'initiative de la mairie, dans le cadre de "Un été à Avignon", des séances accessibles à tous sont proposées tous les mardis, mercredis et dimanches matins

Encore 3, 2, 1 et on relâche." C'est avec un certain soulagement que les participantes de cette session de sport matinale stoppent leur effort. Elles ont enchaîné les ateliers de renforcement musculaire sur la station de training installée récemment sur le complexe sorti de terre, à côté du Parc des Sports.

La piste d'athlétisme, celle de pump track, les espaces de verdure voire les transats... Tous les équipements se prêtent aux séances de sport mises en place par la municipalité et assurée par les coaches diplômés (Youri Martel, Alban Sainson, Gregoire Chatel et Adam Tinouch) de l'association Sunday Workout.

Deux horaires sont proposés chaque mardi, mercredi et dimanche : 8 h 30 ou 9 h 30. Le tout, gratuitement, sans obligation d'inscription.

"On retrouve un lien social"

"C'est une bonne initiative, car, l'été, on n'a plus d'activités", souligne Jeanine. Mireille renchérit : " Cela permet de retrouver du lien social dans cette période où on s'enferme à cause de la chaleur".



Sport et bonne humeur sont la marque de fabrique de ces séances adaptées à tous, quel que soit son âge et son niveau.

/PHOTO PHILIPPE DAUPHIN

Un concept sur lequel mairie et association se rejoignent, souhaitant rendre ces séances accessibles au plus grand nombre, pour favoriser une mixité sociale et générationnelle.

Et peu importe le niveau de chacun, les coaches s'adaptent. "Il m'est arrivé de faire deux groupes, explique Albane Sainson. Dans un, ils faisaient des pompes, des tractions... Dans l'autre, on était davantage sur un parcours santé : marcher, s'asseoir et se relever."

Échauffements au départ et étirements pour conclure sont toujours au programme, mais ensuite, tout dépend du public présent.

Marche, course, gainage... tous les exercices sont expliqués, montrés et le coach est là pour corriger la position, pour re-motiver, pour accélérer le rythme, tout en remettant en confiance.

"On fait du sport ludique", apprécie Arlette. "En plus, il y a tout un côté pensée positive dont on peut se ressourcer tout au long de la journée", vante Florence.

Plus d'excuses pour bien commencer la journée!
Amandine BARTHÉLÉMY

LES CINÉMAS

CINEVOX La Femme De Mon Frère 16h. Spider-Man 17h 45 et 20h 15. Toy Story 4 13h 45 et 15h 45. Yesterday 13h 45 et 18h 15; en VO : 20h 30.

Utopia - Manutention L'oeuvre sans auteur : 13h 30. Ceux qui travaillent 13h 30 et 17h 45. Diego Maradona : 20h 40. Factory : 21h 40. Give Me Liberty : 16h. Les Faussaires de Manhattan : 19h 10. Monsieur Verdoux : 15h 45. Parasite : 21h 10. Rickard : 16h 30. The Operative : 19h 40.

Une Grande fille : 13h 30 et 18h 10.

Voyage à Tokyo : 14h. Wild Rose : 18h 30. Yesterday : 15h 30. Yuli : 20h 30.

Pathé - Cap Sud Aladdin 13h 15.

Anna 17h 45, 20h et 22h 30. Annabelle 10h 30, 17h 05, 20h 10 et 22h 30. C'est quoi cette mamie ? 11h, 13h 15, 15h 30, 17h 45, 20h et 22h 15. Comme des bêtes 2 13h 45, 15h 10, 16h, 18h 15, 20h 15 et 22h 15; en 3D : 10h 30 et 13h. Crawl 10h 35, 13h 30, 15h 35, 20h 20 et 22h 30. Dora et la Cité perdue 11h. Fast & Furious : 10h 45, 13h 40, 13h 45, 15h, 16h 35, 18h, 19h 10, 19h 25, 21h, 22h et 22h 15. Le Coup du siècle 19h 20 et 22h. Roi Lion 10h 45, 14h, 15h 15, 16h 45, 18h, 19h 30, 20h 45 et 22h 15; en 3D : 11h, 12h 40 et 16h 30. Faussaires de Manhattan 13h et 22h 30.

Midsommar 16h et 19h. **Mon frère** 15h 30, 17h 50 et 21 h 30. **Playmobil** 11h, 13h 30, 15h 40 et 17h 55. **Premier de classe** 13h. **Spider-Man** 10h 30, 13h 45 et 19h 30; en 3D : 16h 30 et 22h 15. **Toy Story** 10h 30, 13h 15, 15h 30, 18h et 20h 15.

Capitole Studios Anna 19h 15 et 22h 10. Annabelle 17h 35 et 22h 15. C'est quoi cette mamie 10h 45, 13h 15, 15h 20, 17h 35, 19h 45 et 22h. Comme des bêtes 10h 45, 13h 15, 15h 20, 17h 35, 19h 45 et 22h.

Crawl 11h, 13h 15, 19h 45 et 22h 15. **Dora et la Cité perdue** 15h 20. **Fast & Furious** 10h 30, 13h 15, 16h 05, 19h, 20h 45 et 21h 50; en VO : 10h 30, 12h 15, 13h 45, 16h 30, 19h 30, 21h 15 et 22h 10; en 3D : 10h 30, 15h 30 et 18h 15.

Midsommar 13h 15, 16h 10, 19h et 21h 45. **Playmobil** 11h, 13h 15, 15h 30 et 18h. **Promare** en VO : 11h. **Spider-Man** 10h 30, 13h 45, 16h 30, 19h 15 et 22h.

ZOOM SUR Le centre de loisirs maternels Camille Claudel



Pour ce mois d'août seulement deux centres de loisirs maternels fonctionnent, celui installé à l'école Camille Claudel à Montfavet, et celui du Clos du Noyer à Avignon. Ces centres accueillent les jeunes enfants de 3 à 5 ans et sont gérés par le Service Jeunesse de la Ville d'Avignon. Ils sont d'une capacité de 40 places. L'accueil se fait du lundi au vendredi de 7 h 45 à 18 h 15 ; les inscriptions sont prises à la semaine et renouvelées sur le nombre de semaines désirées par les parents. Le centre de loisirs maternel doit être principalement pour l'enfant un lieu de détente où il trouvera des activités, mais avant tout une chaleur humaine et un encadrement qui assurera sa sécurité matérielle et affective. Chaque centre est dirigé par un directeur assisté par des animateurs diplômés. Un projet pédagogique est mis en place, construit en équipe et basé sur l'imaginaire en accord avec le bien-être et le développement de l'enfant.

Les tarifs vont de 2 à 14 € par jour pour les Avignonnais en fonction des revenus des parents ; sont compris : le petit-déjeuner, le repas et le goûter. À Camille Claudel, c'est Natacha Lichère qui est aux commandes. Natacha est en formation pratique pour l'obtention de son diplôme BPIEPS Loisirs Tout Public. Pour l'assister dans sa tâche, il y a Kenza, Tiffanie, Cyprien, Marie-Christine et Valérie à l'intendance. Le thème choisi comme fil rouge des animations, "vacances à Hawaï" et des sorties à la journée comme au lac de Mormoiron ou à la ferme pédagogique Billy Billy de l'Isle-sur-la-Sorgue. Renseignements et inscriptions au 74 bd Jules Ferry : lundi, mercredi et vendredi de 8 h 30 à 12 h 30 et de 13 h 15 à 17 h. Le mardi et le jeudi de 8 h 30 à 12 h 30. ☎ 04 90 16 32 23.

/PHOTO JOCELYNE RICARD

DU 6 JUILLET AU 1^{ER} SEPTEMBRE

le VISIATOME[®] Marcoule

Lumière,
faites l'expérience !

EXPOSITION
ENTRÉE GRATUITE

ANIMATIONS
POUR TOUS,
TOUT L'ÉTÉ !

www.visiatome.fr

CEA MARCOULE, PRÈS DE BAGNOLS-SUR-CÈZE (GARD)
Tél. 04 66 39 78 78