

Ville de Saint Jean de la Ruelle

Pôle SPORTS (Tél. 02.38.79.33.42) - E-Mail : sports@ville-saintjeandelaruelle.fr



ACTIVITES SPORTIVES - MODALITES D'INSCRIPTIONS 2019/2020

| DISCIPLINE                       | ASSOCIATION                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | LIEU - DATES D'INSCRIPTIONS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|----------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| AEROMODELISME                    | RCMCO<br>Base de loisirs des Queues de Forêt à Ingré<br>Contact site internet : rcmco.fr, rubrique Contact                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Ecole de pilotage tous les samedis et dimanches de 17h à 19h30 du 5/10 au 28/4<br>Indoor : gymnase des Trois Fontaines<br>Outdoor : base de loisirs des Queues de Forêt, Ingré                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| AIKIDO                           | AIKIDO-CLUB (à partir de 6 ans)<br>www.aikido-saintjeandelaruelle.fr<br>mail : aikidoclub.sjdr@gmail.com                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Dojo Bernard Choulot (au-dessus de Kiabi)<br>reprise le mardi 3 septembre, inscriptions sur place aux cours<br>Enfants : Mardi 18h à 19h30<br>Adultes : Mardi 19h30 à 21h30 et vendredi 19h15 à 21h15                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| ATHLETISME                       | Association Sportive d'Athlétisme (ASA St Jean de la Ruelle) de 6 ans jusqu'à vétéran<br>Mail: asaaj45@gmail.com - Site: https://asasj.clubevo.com/<br>Contact : M. BOUKHARIR 06 58 33 29 97                                                                                                                                                                                                 | Le samedi de 10h à 12h sur le stade Maurice Millet + hors stade selon la demande toute la semaine                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| BADMINTON                        | ALERTE ST JEAN BADMINTON<br>(à partir de 7 ans)<br>Tél : 02 38 43 75 10<br>Site internet : http://alerte.saintjean.free.fr<br>Mail: asjbadm.contact@gmail.com                                                                                                                                                                                                                                | Gymnase Trois Fontaines : adultes (et compétiteurs) mardi 20h30-23h, reprise le 3/9<br>inscriptions pour l'école de badminton à partir du vendredi 6/9 à partir de 19h (tous les jeunes)<br>- Ecole de badminton vendredi de 17h30 à 19h (7-11ans) ; 19h-20h30 (12-17ans), reprise 13/9<br>- Adultes/ados (et compétiteurs) vendredi 20h30-23h, reprise le 6/9<br>- Découverte famille et adultes/ados (et compétiteurs) samedi 9h-12h, reprise 14/9                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| BASKET                           | BASKET CLUB SAINT JEAN DE LA RUELLE<br>(de 5 à 11 ans) 02 38 74 94 02 - 06 52 34 45 00<br>Mail : debard.jean-paul@neuf.fr                                                                                                                                                                                                                                                                    | Gymnase des Trois Fontaines - Reprise lundi 9 septembre<br>2013-2014 : lundi 17h-18h ; 2012-2011 : lundi 18h-19h30 ;<br>2010-2009 : mardi 17h-19h ; jeudi 18h-19h30                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| BOXE ANGLAISE                    | RISING BOXE<br>SAINT JEAN DE LA RUELLE<br>(à partir de 7 ans)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Salle multisports, complexe sportif Maurice Millet, rue Maurice Millet<br>(à côté du Collège Max Jacob) - Reprise le 3 septembre<br>Lundi 17h45-21h ; mercredi 17h30-21h ; jeudi 19h-21h (aéro boxe femmes) ;<br>vendredi 18h-21h ; samedi 10h-12h30 (aéro boxe femmes)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| CYCLISME                         | ASSOCIATION CYCLOTOURISTE<br>(tourisme à vélo - hors compétition)<br>Tél 02 38 68 06 72 - Mail : reneaudin@orange.fr<br>St Jean de la Ruelle CYCLISME (VTT - Route)<br>(à partir de 5 ans) - Tél. 07 83 70 00 16 (Pd) -<br>www.saintjeandelaruellecyclisme.fr                                                                                                                                | Attilée à la Fed. Française de Cyclo Tourisme. Activités toute l'année route et VTT<br>Libre choix facultatif pour randonnées inscrites au calendrier FFCOT et sorties club, en<br>principe le dimanche matin ou selon convenance à déterminer.<br>Entraînement à Saran, le samedi après-midi                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| ESCRIME                          | CLUB D'ESCRIME STEORUELLAN<br>(à partir de 5 ans)<br>Tél : 06 67 12 43 63<br>club@escrime-stjean.fr - www.escrime-stjean.fr                                                                                                                                                                                                                                                                  | Salle d'armes des Trois Fontaines, avenue Pierre Mendès France<br>horaires détaillés sur le site internet<br>2 séances d'essai gratuites. Se présenter aux horaires d'entraînements, muni de<br>chaussures de sport propres, pantalon de sport, tee-shirt à manches courtes                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| FOOTBALL                         | F.C.O. (FOOTBALL CLUB OLYMPIQUE)<br>à partir de 5 ans révolus<br>Site internet : facebook/FCO Saint Jean de la Ruelle<br>officiel                                                                                                                                                                                                                                                            | Toutes les inscriptions ou renseignements se font par mail à : 500281@lcfot.fr ou<br>coordination.fco@gmail.com                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| GYMNASTIQUE SPORTIVE             | ALERTE ST JEAN<br>GYM SPORTIVE MASCULINE/FEMININE<br>(à partir de 20 mois)<br>Tél : 02 38 70 56 34<br>www.asjgym.com - Mail: asjgymbureau@gmail.com                                                                                                                                                                                                                                          | Salle de gymnastique des Trois Fontaines (en face du Mac'Do)<br>Reprise des cours : lundi 9 septembre<br>Inscriptions au siège 68 rue de Bagneaux<br>les samedis 31/8 et 14/9 de 14h à 18h                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| GYMNASTIQUE D'ENTRETIEN          | ALERTE ST JEAN<br>Section GYMNASTIQUE DETENTE<br>(Adultes)<br>Tél : 02 38 43 75 10 (mercredi 18h à 19h)<br>Site internet : http://alerte.saintjean.free.fr<br>Inscriptions les Samedis 31/8 et 14/9 de 14h à 18h<br>au 68 rue de Bagneaux (à côté du cimetière)                                                                                                                              | - Renf. Musculaire, gym, cardio, mercr 18h-19h ou 19h-20h salle danse Millet, reprise le 4/9<br>- Renf. Musculaire, gym, cardio+ mercredi 20h-21h salle danse Millet, reprise le 4/9<br>- Etirements / Stretching (amélioration souplesse lundi 10h-11h (salle danse M. Millet) ou<br>20h-21h (MMD) reprise 9/9 ou jeudi 9h30-10h30 (salle danse M. Millet) reprise le 5/9<br>- PILATES (maîtrise du corps), mardi 18h30-19h30 (salle danse M. Millet) reprise le 3/9 ;<br>jeudi 8h30-9h30 ou 10h30-11h30 (salle danse M. Millet) reprise le 5/9<br>- TAI CHI CHUAN, jeudi 17h-18h (salle danse M. Millet), reprise le 5/9 ou 18h30-19h30 (salle<br>multisports "bois" M. Millet) sous réserve 12 participants minimum<br>- YOGA, vendredi 18h30-19h45 (salle danse M. Millet), reprise le 6/9 |
| GYMNASTIQUE VOLONTAIRE (Adultes) | (Fédération Française des Gym Volontaires)<br>Tél : 02 38 88 36 38 ou 02 38 43 80 16                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Mardi 9h30-10h30 (salle danse M. Millet, à côté du collège Max Jacob) ;<br>mercredi 10h30-11h30 (salle escrime 3 Fontaines) ; jeudi 9h-10h (salle gymnastique 3 F) ;<br>vendredi 10h30-11h30 (Maison Musique et Danse) - Reprise le mardi 3 septembre                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| HANDBALL                         | HANDBALL CLUB ST JEAN DE LA RUELLE<br>(à partir de 8 ans) - Tél 06 58 33 29 97<br>Mail : hbscj@gmail.com<br>Site: http://handballclub-stjeandelaruelle.clubevo.com                                                                                                                                                                                                                           | Gymnase des Trois Fontaines<br>A partir du 10/9, dimanche de 13h à 16h30 (horaires différents selon groupe d'âge)<br>inscriptions sur place ou en téléchargeant les documents sur le site du club<br>rubrique "club-documents à télécharger"                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| JUDO                             | JUDO CLUB (à partir de 6 ans)<br>M. ASSAM Aghiles : 06 58 56 05 41<br>Mail : aghdu45@live.fr                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Dojo Bernard Choulot (au-dessus de l'ancien magasin Kiabi)<br>reprise le lundi 9 septembre, inscriptions sur place aux cours :<br>Lundi 18h15 à 20h45 ; mardi 17h à 18h15 ; mercredi 17h15 à 18h ; jeudi 18h15 à 20h45 ;<br>vendredi 17h45 à 19h ; samedi 9h45 à 12h30                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| PETANQUE                         | AMICALE PETANQUE STEORUELLANTE<br>(à partir de 16 ans)<br>Tél : 02 38 72 50 36                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Boulodrome Bernadette Carton, 97 rue Henri Pavaud : Mardi et Vendredi de 15h à 20h30                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| ROLLERS                          | ROCS (à partir de 5 ans)<br>Artistique : Chastelle LANGUILLE 06 61 11 60 67<br>Course : Isabelle THOMAS 06 10 23 82 37<br>Ecole de patinage : Fabien GRILLON 06 98 87 39 62<br>Roller Hockey : Valérie BERAULT 06 99 41 85 73<br>Rink Hockey : Franck DELAUNE 06 14 87 19 61<br>Randonné Loisirs : Céline GALVANNE 06 26 14 62 31<br>Site internet : rocs45.fr E-mail : rocs45info@rocs45.fr | Gymnase Maurice Millet (à côté du collège M. Jacob)<br>Mardi 18h à 21h30 ; vendredi 18h à 21h ; samedi 13h30 à 17h<br>Lundi 18h à 20h30 ; mercredi 17h45 à 20h30<br>Samedi de 9h à 12h<br>Mardi 21h30-23h ; merc. 20h30-23h ; jeudi 18h-20h30 ; vend 21h-22h30<br>Jeudi de 20h30 à 22h30 ; dimanche de 10h à 12h<br>Lundi de 20h30 à 22h (à partir de 15 ans)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| TENNIS                           | TENNIS CLUB ST JEAN (à partir de 5 ans)<br>Activités TENNIS et FIT TENNIS<br>Tél : 02 38 72 06 22<br>Site internet : http://www.club.tff.fr/tcstjean/<br>Mail : tcstjean@tff.fr                                                                                                                                                                                                              | Espace Carat, 18 rue des Saphirs<br>Permanence mercredi de 13h à 18h (tennis scolaire)<br>Jeunes-école tennis, inscriptions mercre4 4/9 (10h-12h et 4h-18h)<br>et samedi 7/9 (10h-12h)<br>Adultes, inscriptions vendredi 6/9 et mercredi 11/9 (17h30-20h)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| TENNIS DE TABLE                  | PING SAINT JEAN 45<br>77 rue Croix Baudu - Tél. 02 38 72 02 94<br>Entraîneur Aurélien 06 01 44 31 27<br>Site internet : http://ping.saintjean45.fr/gd/<br>Mail : ps45@orange.fr - (à partir de 6 ans)                                                                                                                                                                                        | Salle de Tennis de Table André Gauchard<br>Stage du 26 au 30/8 de 9h à 18h - Reprise le mardi 3/9<br>lundi, mardi, jeudi, vendredi 17h-20h30 ; mercredi 10h-20h ;<br>lundi, jeudi après 20h, entraînements libres<br>mercredi 13h30-20h ; jeudi matin, samedi matin 10h-12h                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| TIR À L'ARC                      | S.T.A.R.C<br>(à partir de 10 ans)<br>contact : starc45@laposte.net<br>Site internet : http://club.sportsregions.fr/STARC                                                                                                                                                                                                                                                                     | Salle de Tir à l'Arc, complexe sportif Maurice Millet<br>Inscription sur place aux heures d'entraînement<br>Lundi, mercredi 18h-22h30 ; vendredi 18h-20h30 ;<br>samedi 9h-12h30                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| VOLLEY-BALL                      | ALERTE ST JEAN<br>Section VOLLEY-BALL (adultes)<br>Tél : 02 38 43 75 10 (mercredi 18h à 19h)<br>Site internet : http://alerte.saintjean.free.fr                                                                                                                                                                                                                                              | Gymnase des Trois Fontaines<br>Mercredi de 20h30 à 22h30                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>SPORTS D'EAU</b>              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| CANOE-KAYAK                      | ACKVL (à partir de 9 ans)<br>Tél. 02 38 64 98 85<br>Mail : alliance@canoe-valdeloire.com<br>Site web : www.canoe-valdeloire.com                                                                                                                                                                                                                                                              | Centre Aquatique mercredi de 20h à 22h<br>+ Base St Denis en Val ou base St Jean de la Ruelle<br>rue du Duc d'Antin (à proximité du camping)<br>Bulletin d'adhésion à télécharger sur le site internet<br>Savoir nager 25 mètres et 1 immersion (passer sous ligne eau)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| NATATION                         | CLUB NAUTIQUE :<br>* NATATION SPORTIVE (à partir de 7 ans)<br>* NATATION LOISIR<br>* WATER-POLO (à partir de 7 ans pour l'école)<br>matthew.domain@gmail.com ; sportsteam@yahoo.fr                                                                                                                                                                                                           | Centre Aquatique<br>Inscriptions les lundis de septembre de 17h30 à 19h30<br>(Test de natation avant toute inscription)<br>Savoir nager 50 mètres sans défaut technique<br>pour la natation sportive                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| PLONGÉE                          | TRITON'S CLUB (à partir de 11ans, 16ans pour année)<br>Plongée, apnée, tir sur cible, nage avec palmes,<br>plongée sportive en piscine (PSP)<br>Tél : 06 87 21 54 97<br>informations : contact@tritonclub.com                                                                                                                                                                                | Centre Aquatique<br>Inscriptions 2, 3, 5, 9, 10 et 12/9 de 19h30 à 20h45<br>admission après visite médicale chez docteur généraliste<br>Documents d'inscription sur notre site www.tritonclub.com                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>DANSE</b>                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| DANSE                            | CONSERVATOIRE MUNICIPAL<br>Tél : 02 38 79 58 52<br>Eveil (5 ans), Classique, Contemporaine<br>Site internet : www.ville-saintjeandelaruelle.fr<br>Mail : conservatoire@ville-saintjeandelaruelle.fr                                                                                                                                                                                          | Maison de la Musique et de la Danse, 29 rue Bernard Millon<br>Inscriptions du 1er au 12 juillet et du 26 août au 6 septembre<br>Reprise des cours le lundi 9 septembre<br>Eveil à partir de la grande section maternelle, initiation CP/CE1<br>Danse classique/contemporaine à partir du CE2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| DANSE                            | ALERTE SAINT JEAN (à partir de 4 ans)<br>Tél: 06 85 40 95 52<br>Eveil, Rythmique, Modern Jazz, Zumba<br>Site internet : http://alerte.saintjean.free.fr<br>Mail : asjdanse.contact@gmail.com                                                                                                                                                                                                 | Maison de la Musique et de la Danse<br>et salle de danse Louis Daudin, complexe M. Millet                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| DANSE AFRICAINE                  | MUSIQUE ET SOUIRE (à partir de 4/5 ans)<br>Tél: 06 61 97 05 46<br>Mail : musiqueetsouire@yahoo.fr                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Rol Tanguy, chemin de Chaingy ;<br>Enfants : mercredi 17h45-18h30 ; adultes 19h-20h30<br>Salle de danse, complexe M. Millet (à côté du collège M. Jacob) ; adultes lundi 19h-20h30                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>LOISIRS</b>                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| CARTES                           | ALERTE SAINT JEAN<br>LOISIRS DETENTE - ADULTES<br>Tél : 02 38 43 75 10 (mercredi 18h-19h)<br>Site internet : http://alerte.saintjean.free.fr<br>Mail : asj.alertesaintjean@gmail.com                                                                                                                                                                                                         | Local 68 rue de Bagneaux :<br>Mercredi et samedi de 14h à 18h30 ; Jeudi à 20h30<br>Départ du local 68 rue de Bagneaux :<br>Vendredi été (avril/oct) départ à 8h ; Hiver (nov/mars) à 8h30<br>3 groupes : 5 à 7 km ; 9 à 11 km ; 13 à 15 km                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| MARCHÉ                           | ALERTE SAINT JEAN<br>LOISIRS DETENTE - ADULTES<br>Tél : 02 38 43 75 10 (mercredi 18h-19h)<br>Site internet : http://alerte.saintjean.free.fr<br>Mail : asj.alertesaintjean@gmail.com                                                                                                                                                                                                         | Local 68 rue de Bagneaux :<br>lundi, mercredi, samedi de 14h à 18h30                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| PETANQUE                         | Inscriptions au 68 rue de Bagneaux (à côté du cimetière) samedis 31/8 et 14/9 de 14h à 18h                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Départ du local 68 rue de Bagneaux :<br>Mardi été (avril/oct) 8h ; hiver (nov/mars) 8h45<br>4 circuits : 30 km / 50 km / 70 km / 90 km                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| VELO                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |