



GUIDE
PRATIQUE

Les sports

2011/2012

www.clamart.fr



mairie de
Clamart

Sommaire

SERVICE DES SPORTS 4

ÉQUIPEMENTS SPORTIFS 4

OFFICE MUNICIPAL DES SPORTS 6

ACTIVITÉS SPORTIVES 7

Aïkido.....	7
Athlétisme.....	7
Basket.....	9
Billard.....	10
Boules lyonnaises.....	10
Boxe thaïlandaise.....	11
Course à pied.....	11
Cyclisme.....	12
École Municipale des Sports.....	14
Escalade.....	16
Escrime.....	17
Football.....	18
Gymnastique sportive.....	20
Gymnastique volontaire.....	23
Handball.....	26
Handisport.....	27
Judo/Jujitsu.....	28
Karaté Goju-Ryu et Kobudo.....	29
Modélisme automobile.....	31
Musculation.....	31
Natation.....	32
Pétanque.....	34
Plongée – hockey subaquatique.....	35
Qwan Ki Do.....	35
Rugby.....	36
Sarbacane sportive.....	38
Spéléo.....	38
Sport scolaire.....	39
Taekwondo.....	39
Taï Chi Chuan.....	40
Tennis.....	40
Tennis de table.....	42
Volley-ball.....	43
Vo Thuat.....	44
Yoga.....	45



Cher(e)s ami(e)s sportif(ve)s,

Ce *Guide des sports* vous présente l'ensemble des activités physiques et sportives proposées aux Clamartois au sein des équipements municipaux pour la saison 2011/2012.

L'équipe municipale continue de travailler pour rendre le sport accessible à toutes et à tous.

La rénovation du stade de la Plaine se poursuit. Après la création de trois terrains de football synthétiques, de deux terrains de rugby synthétiques et de deux terrains de football de type « hat trick » l'an passé, de nouveaux vestiaires vont prochainement voir le jour ainsi que deux club-houses pour le football et le rugby.

D'autres chantiers vont débiter, comme celui de notre nouvelle piscine sur le site du stade du Jardin Parisien, celui du nouveau dojo réalisé en centre-ville, rue de Bièvres, ainsi que celui de la requalification du site extérieur du gymnase intercommunal du Fort. Ce dernier va être entièrement rénové avec la réfection du terrain de handball/basket, de la piste ainsi que des différents équipements dédiés à l'athlétisme qui permettront aux élèves du lycée Monod, du collège Alain-Fournier ainsi qu'aux membres du CSMC Athlétisme de disposer de meilleures conditions pour s'entraîner.

Nous favorisons également l'éveil des enfants à la pratique sportive grâce à l'École Municipale des Sports qui accueille de plus en plus d'enfants tout au long de l'année scolaire mais aussi durant les vacances.

Enfin, nous continuons de soutenir les associations sportives clamartaises. Elles proposent, encadrées par des éducateurs diplômés, des activités diversifiées, accessibles à tous les niveaux et tous les âges. Aussi, nous saluons l'implication des bénévoles qui jouent un rôle essentiel dans le développement du sport à Clamart.

Bonne année sportive à toutes et à tous !



Philippe KALTENBACH
Maire de Clamart
Vice-président du Conseil régional



Laurent LEHOUX
Conseiller municipal
délégué aux sports



SERVICE des Sports

Maison des Sports • Place Jules Hunebelle

Tél. : 01 41 09 78 90 – Fax : 01 41 09 78 94

• Ouvert du lundi au vendredi de 9h à 12h
et de 13h30 à 18h, le samedi de 9h à 12h30

- Gestion et entretien des équipements sportifs en liaison avec les services techniques de la Ville.
- Plannings d'attribution des bâtiments sportifs.
- Gestion du personnel travaillant sur ces sites.
- Coordination des manifestations sportives et autres.
- Travail en partenariat avec l'Éducation nationale.
- École Municipale des Sports.
- Activité musculation
- Renseignements sur les activités proposées par les clubs sportifs clamartois

Équipements sportifs

◆ **Complexe sportif Hunebelle** – Place Hunebelle

Trois gymnases, une salle de musculation, un stade, une piste d'athlétisme, un ensemble de courts de tennis couverts et découverts, un terrain de boules de pétanque.

◆ **Dojo du Centre**

4, allée de Meudon (sous la piscine du Bois)

◆ **Dojo Garenne** – 54, rue de la Bourcillière

◆ **Gymnase Bretagne** – 1, rue de Bretagne

Un gymnase, un terrain de proximité.

◆ **Gymnase Condorcet** – 52, rue Condorcet

Un gymnase, un terrain de proximité.

◆ **Gymnase du Jardin Parisien** – Rue de Crouy

◆ **Gymnase du Fort** – 56, rue de Fontenay

Un gymnase comprenant 4 salles et un terrain de proximité.

◆ **Gymnase Léo Lagrange**

330/336, avenue du Général de Gaulle

Un gymnase comprenant une salle omnisports équipée pour l'escalade, 4 terrains extérieurs de boules lyonnaises.

◆ Gymnase Trivaux la Garenne

Rue du Commandant Duval

Un gymnase et un terrain de proximité.

◆ Piscine du Bois – 10, rue du Président Roosevelt

Tél. : 01 41 90 11 66

Une piscine, un dojo. Le bassin est évacué 1/4h avant la fermeture de la piscine. La caisse ferme 1/2h avant.

Tarifs pour les habitants de la Communauté d'agglomération Sud de Seine : Bagneux, Clamart, Fontenay-aux-Roses, Malakoff (sur justificatif)

	Agglo	Extérieurs
Adultes, + 16 ans	3,55 €	4,65 €
Enfants, handicapés, étudiants	2,30 €	2,30 €
Adultes famille nombreuse, tarif 12h-14h	2,30 €	3 €
Casiers	0,20 €	
Juillet, août : Enfant - 10 ans	Gratuit	
CARNET DE 10 ENTRÉES		
Adultes, + 16 ans	30,50 €	38,30 €
Enfants, handicapés, étudiants	18,50 €	18,50 €
Adultes famille nombreuse, 12h-14h	18,50 €	24 €
GROUPE + 10		
Enfants - 16 ans	2,10 €	3,60 €
Enfants - 4 ans	gratuit	gratuit
ABONNEMENT ANNUEL		
Adultes, + 16 ans	94 €	131,10 €
Enfants, handicapés	65,90 €	65,90 €
Adultes famille nombreuse	65,90 €	84,45 €

Horaires :

• Périodes scolaires :

Lundi, mardi et jeudi de 12h à 14h

Mercredi de 12h à 17h

Vendredi de 11h30 à 14h

Nocturnes : mardi de 18h à 21h / vendredi de 17h à 21h

Week-end : samedi de 10h à 18h / dimanche de 9h à 13h

• Vacances scolaires :

Lundi, mercredi, jeudi de 12h à 18h

Nocturnes : mardi de 12h à 21h / vendredi de 11h30 à 21h

Week-end : samedi de 10h à 18h / dimanche de 9h à 13h

• Été :

Lundi, mardi, jeudi, samedi de 10h à 19h

Mardi et vendredi de 10h à 21h

Dimanche de 9h à 19h

Fermetures pour travaux et vidanges obligatoires des bassins : deux dernières semaines de juin et de décembre.

◆ **Stade de la Plaine** – 131, rue du Parc

3 terrains de football en synthétique, 2 terrains de rugby en synthétique, 2 terrains de football à effectifs réduits synthétiques (types hat trick).

Travaux fin 2011 : démolition et reconstruction des vestiaires

◆ **Stade du Jardin Parisien** – Rue de Crouy

Un terrain de football en herbe

Office Municipal des Sports (OMS)

Maison des Sports • Place Jules Hunebelle

Tél. : 06 60 21 16 02

Président : Jean-Claude VINCENT

Objectifs

- Rassembler le milieu sportif clamartois, les associations sportives clamartaises.
- Soutenir, encourager et provoquer tous efforts et toutes initiatives tendant à répandre et à développer la pratique de l'éducation physique et des sports.
- Faciliter dans les mêmes domaines une coordination des efforts des animateurs bénévoles existants dans la commune de Clamart.

Missions

- Être une force de proposition auprès des acteurs locaux en vue de l'organisation et du développement de l'éducation physique et des sports.
- Faciliter la coopération entre l'administration municipale et les différents organismes sportifs.
- Accueillir et examiner les vœux et suggestions qui lui parviennent.

Les aides possibles lors de votre inscription dans une association sportive

- Le chéquier PASS92 d'un montant de 70 € pour les collégiens de la 6^e à la 3^e délivré par le Conseil général des Hauts-de-Seine.
- Le Visa Loisirs Jeunes (VLJ) délivré par la Caisse d'Allocations Familiales (CAF).
- Les coupons sport édités par l'Association Nationale des Chèques Vacances (acceptés par les Associations sportives adhérentes à l'ANCV).
- Vos Comités d'entreprise.

A ctivités sportives

Aïkido

◆ ACAMA (Association Clamartoise de l'Art Martial Aïkido)

Maison des Sports, place Hunebelle - 92140 Clamart

Tél. : 01 30 55 42 58 ou 06 58 88 28 48

Site : www.acama.org

Présidente : Émilie GARUZ

Contact : Marc BACHRATY

5^e dan Aïkikaiï, professeur diplômé d'État, 1^{er} Degré, Directeur technique régional, membre du collègue technique fédéral FFAAA.

Tél. : 06 34 40 75 94 - E-mail : bachraty.marc@neuf.fr

D'origine japonaise, l'aïkido est une méthode de combat d'esquive et de riposte dotée d'une pertinence technique et d'une grâce esthétique que chacun s'accorde à lui reconnaître. L'aïkido utilise comme principe de défense les lois naturelles du cercle et de la spirale. Si cet art martial peut se montrer redoutable, il se présente d'abord comme un art d'équilibre et de sagesse. Dans le respect d'entraînements pondérés et progressifs, on peut s'y adonner à tout âge. La base de cet enseignement repose sur une technique solide, la recherche du geste pur et du mouvement idéal. De nombreuses femmes font le choix de cette pratique au sein de laquelle les affrontements brutaux et les rapports de force inconsidérés sont bannis.

Pratique de l'aïkido

Enfants, adolescents, adultes.

Les lundis, mercredis et vendredis au gymnase du Fort.

Horaires d'entraînement sous réserve de modifications.

Renseignements sur place, au gymnase du Fort, lundi et mercredi de 18h à 22h et vendredi de 19h30 à 21h30.

Athlétisme

Loisir et Compétition

◆ CSMC Athlétisme (association loi 1901)

Club membre de l'Entente FPCA92 - Club Labellisé 3*

Président : Christian LE BAUT

Site : www.clamart-athletisme.fr

Sport olympique n°1

Courses - sauts - lancers - relais - épreuves combinées sur piste et cross country

Missions

Il a vocation à former des jeunes et des moins jeunes à l'athlétisme sur piste,

- en leur faisant découvrir et pratiquer toutes les disciplines de courses, sauts et lancers ;
- en ne les spécialisant que tardivement afin qu'ils puissent réellement choisir leur discipline préférée en connaissance de cause ;
- en leur permettant, s'ils le souhaitent, de participer aux compétitions individuelles mais aussi par équipe tout au long de leur carrière athlétique ;
- en leur offrant la possibilité de pratiquer un athlétisme de loisir.

Entraînements

Dispensés par des entraîneurs formés, diplômés et salariés du club.

- Trivaux Garenne pour les « *Éveil Athlétique* » et les poussins le samedi matin de 9h30 à 11h.
- Pour le Stade Hunebelle - Gymnase du Fort et/ou Salle André Deschamps certains jours pour les catégories jeunes durant l'hiver.

Les horaires précis d'entraînement seront communiqués au moment de l'inscription.

* *Mardi* : musculation pour les athlètes classés

Catégories	Années de naissance	Entraînements
École d'athlétisme	2003 à 2005	Mercredi (stade) ou samedi (Trivaux)
Poussins(es)	2001 et 2002	Mercredi (stade) ou samedi (Trivaux)
Benjamins(es)	1999 et 2000	Mercredi, vendredi et dimanche
Minimes	1997 et 1998	Mercredi, vendredi et dimanche
Cadets	1995 et 1996	Mardi*, mercredi, vendredi et dimanche
Juniors	1993 et 1994	Mardi*, mercredi, vendredi et dimanche
Espoirs	1990 à 1992	Mardi*, mercredi, vendredi et dimanche
Seniors	1973 à 1989	Mardi*, mercredi, vendredi et dimanche
Vétérans	1972 et avant	Mardi*, mercredi, vendredi et dimanche

Inscriptions

- À partir de juin jusqu'à fin octobre 2011, lors du Forum des associations puis toute l'année, : le mercredi et le vendredi de 16h30 à 18h30, à la Maison des Sports - CSMC athlétisme (1^{er} étage).

Tél. : 01 41 09 78 90

Dossier d'inscription (doit être remis complet)

- 1 certificat médical pour toutes les inscriptions avec mention : « *Apte à la pratique de l'athlétisme en compétition* » de moins de 3 mois
- 1 photo d'identité
- 1 fiche d'inscription à remplir sur place
- Chèque adhésion (facilité de paiement avec possibilité de payer en trois fois) qui couvre les frais de dossier, la licence et l'assurance.

Cotisations en fonction du quotient familial

	(A à B)	(C à D)	(E à H)	(I à L)
Nés en 1995 et avant (cadets et plus)	123 €	143 €	163 €	178 €
Nés entre 1996 et 1999 (benjamins et minimes)	123 €	143 €	163 €	178 €
Nés entre 2000 et 2004 (éveil athlétique et poussins) :	123 €	143 €	163 €	178 €

- Les élèves des collèges entrant en 6^e et ceux qui sont au collège de la 6^e à la troisième doivent demander le Pass 92 à leur professeur principal (valeur 70 € qui réduit d'autant le montant de l'adhésion).
- Réduction de 20 € pour le 2^e enfant et de 40 € pour le 3^e enfant
- Tarif le plus bas pour adhérent en recherche d'emploi
- Ne pas négliger l'aide possible via vos Comités d'entreprise et la CAF

Basket

◆ Clamart Basket Club

Président : Laurent LESECHE

Tél. : 06 20 31 51 95

Entraînements

Gymnase Bretagne : 1, rue de Bretagne ou gymnase des Petits Ponts

Les horaires d'entraînement seront communiqués fin juin sur le site www.clamartbc.fr

Inscriptions

- au gymnase Bretagne (1, rue de Bretagne) à partir du 5 septembre 2011 : de 18h30 à 20h, les lundis, mardis, mercredis et jeudis, jusqu'au 22 septembre 2011 ;
- ou contacter la correspondante au 01 46 32 18 15 ;
- ou au Forum des associations le samedi 10 septembre (stade Hunebelle).

Dossier d'inscription

- **Pour les nouveaux :**
 - 1 photocopie de la CNI, du passeport ou du livret de famille (page de sa naissance)
 - 2 photos (format identité)
- **Pour tous :**
 - 1 certificat médical d'aptitude à la pratique du basket en compétition avec cachet du médecin et taille obligatoires

Cotisations

Nés en 1993 et avant : 147 €

Nés en 1994 et après : 121 €

Supplément de 10 % pour les non-Clamartois, soit 15 € adultes ou 12 € jeunes.

Règlement à l'inscription : La totalité de la licence avec possibilité de plusieurs chèques dont un de 81 € (jeunes) ou de 100 € (adultes) qui sera encaissé rapidement (pour couverture des frais de dossier et de licences - assurances) et qui restera acquis.

Billard

◆ Billard Club de la Garenne Clamart

Président : Gilbert CAHAGNET

Tél. : 06 08 45 99 56

E-mail : gilou92@live.fr

Adresse : proche du rond-point du Petit Clamart
Centre André Charré - 10, route de la Garenne

Tél. : 01 46 32 43 78

E-mail : billard.clamart@free.fr

Site : billard-clamart.blog4ever.com

Le club est ouvert chaque jour de 10h à 11h30 et de 14h à 19h. Possibilité de nocturne.

- Tarif : forfait annuel incluant la licence fédérale.

Boules lyonnaises

◆ Clamart Sport-Boules

Président : Lucien VELARDO

Tél. : 06 14 80 61 81 de 15h à 19h tous les jours

Entraînements (selon disponibilité des jeux)

Tous les après-midi y compris samedis et jours fériés.
Saison : d'octobre à septembre.

Inscriptions

Tous les jours à la Maison des Sports de 15h à 19h.

Dossier d'inscription

- 3 photos
- Pour les anciens : la carte du Club

Cotisations

- Seniors :
Division nationale : 125 € - Autres divisions : 100 €
- Juniors : 45 €

* Ces cotisations sont données à titre indicatif et sont susceptibles d'être modifiées lors de l'assemblée générale de l'association.

Boxe thaïlandaise

◆ Chakuitai Team

Président : M. Chabane BENATIA

Professeur diplômé d'État en boxe thaïlandaise et kick-boxing
Tél. : 06 61 51 73 07 ou 01 46 01 72 52

Entraînements

- Centre socioculturel du Pavé Blanc
44, rue de Pavé Blanc - 92140 Clamart
- Samedi de 18h à 21h

Dossier d'inscription

- 1 certificat médical aptitude à la pratique de la boxe thaïlandaise

Cotisations

- 250 € à l'année ou 40 € par mois

Inscriptions

- Forum des associations le samedi 10 septembre 2011
ou pendant les cours

Catégories d'âge

- à partir de 15 ans

Course à pied

◆ Clamart Course sur route 92

Club d'athlétisme et de course sur route

Président : Philippe WAZ - 06 81 35 91 32

Bat C1 - 71, avenue Jean-Baptiste Clément

Tél. : 01 40 95 81 23 - E-mail : ccr92@laposte.net

Pratique de la course à pied sur piste, route et nature (demi-fond, fond, marathon, cross, trail...) en loisir et compétition. Entraînements, compétitions, stages, déplacements collectifs, organisation de la Foulée Verte. Inscriptions au stade Hunebelle les jours d'entraînement.

Entraînements adultes (espoirs à vétérans)

- Stade Hunebelle, mardi et jeudi de 18h à 21h.
- Rendez-vous au stade Hunebelle le dimanche à 9h30 pour un départ collectif vers les bois de Clamart.
- Tarifs : 70 € (licence santé loisir option running) 85 € (Espoirs) et 120 € (licence compétition)

Entraînements jeunes (poussins et juniors)

- Stade Hunebelle, mercredi à 14h15 et samedi de 10h à 12h.
- Tarifs : 60 € (poussins) et 70 € (benjamins, minimes, cadets et juniors).

Cyclisme

◆ CSMC Clamart Cyclisme 92 et VTT

Président : André CHILPRETRE

Local coureurs : 8, rue Boileau

Secrétariat : Maison des Sports - Place Hunebelle

Tél. : 01 46 45 04 03 (répondeur)

E-mail : csmcvelo@club.fr

www.csmcvelo.com et Facebook

Inscriptions

Prendre rendez-vous, dès début septembre pour l'École de vélo (les trois premiers mois de l'année en cours sont offerts) sinon inscription en décembre pour les autres catégories.

Des essais sont possibles dans toutes les catégories avant signature de la licence.

Tous les entraînements sont encadrés par des entraîneurs diplômés d'État ou des éducateurs diplômés fédéraux.

Entraînements

- **École de vélo (4 à 12 ans) :** Label d'Excellence des Écoles de vélo de la FFC pour 2010-2011
Championne des Hauts-de-Seine de 2001 à 2010
Responsables : William BASTIT
Entraînements (sur le territoire de la commune) tous les mercredis de 16h30 à 19h tout au long de l'année et compétitions le samedi de 13h30 à 19h (en déplacement).
Activités : Jeux d'adresses, mini sprints, cyclo-cross, route, VTT et piste.
Toujours encadrés par des éducateurs diplômés avec l'assistance d'un véhicule.



- **Minimes (13 et 14 ans)** : entraînements en soirée durant la semaine, compétitions le dimanche (vélos de courses impératifs). Responsable : Jean-François MAZAUD
- **Cadets (15 et 16 ans)** : entraînements en soirée durant la semaine, compétitions le dimanche (vélos de course impératifs). Responsable : Jérémie FROMONTEIL
- **Juniors, seniors & masters (16 ans et plus)** : entraînements en semaine selon emploi du temps, compétitions le dimanche (vélos de course impératifs). Responsable : Jimmy REZA
- **VTT : X-Country à partir de 14 ans.**
Responsable : Fabien THOMAS
Trois niveaux possibles :
 - **Loisir** : sorties le mercredi après-midi au bois de Clamart de 16h45 à 18h30 (adultes uniquement)
 - **Sportif** : entraînement samedi ou dimanche de 9h à 12h (tous)
 - **Compétition** : entraînement spécifique week-end et jours fériés et heures aménagées (tous selon motivation)

Dossier d'inscription

- 1 accord médical sur la demande de licence (document fourni au moment de l'inscription)
- 1 photo d'identité + fiche de renseignements
- 1 photocopie du livret de famille ou de la carte d'identité pour les mineurs
- 2 enveloppes longues timbrées (sans nom, ni adresse)

Cotisations 2011/2012* :

	Clamartois	Non-Clamartois
Dirigeants	45 €	45 €
Sympathisants	35 €	35 €
École cycliste	131 €	144 €
Minimes	175 €	193 €
Cadets	176 €	194 €
Juniors	207 €	227 €
Pass Cyclisme Open	208 €	229 €
Pass Cyclisme	176 €	194 €
3 ^e Catégorie	223 €	246 €
FSGT + FFC	149 €	164 €
PASS CYCLISME VTT		
Minimes/Cadets	100 €	110 €
Juniors et +	94 €	103 €

* Ces cotisations sont données à titre indicatif et sont susceptibles d'être modifiées lors de l'assemblée générale de l'association. Le CSMC cyclisme fonctionne sur l'année civile (de janvier à décembre) et non sur l'année scolaire (de septembre à juin).

Journées d'initiation et de découverte à découvrir sur notre site Internet le 24 septembre et en octobre pour les 4-15 ans. Prêt de vélo et de casque.

<http://csmcvelo.free.fr>

École Municipale des Sports

◆ Mairie de Clamart - Service des Sports

Maison des Sports - Place Jules Hunebelle

Tél. : 01 41 09 78 90 / 01 41 09 79 00

Ouvert du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 13h30 à 18h et le samedi de 9h à 12h30

Située à mi-chemin entre l'éducation physique à l'école et l'éducation physique en club, elle constitue alors la passerelle idéale permettant d'éveiller et de susciter l'intérêt des enfants à la pratique des activités physiques et sportives.

Encadrement

L'encadrement de l'École Municipale des Sports est assuré par une équipe de professionnels de l'enseignement sportif composée de 12 éducateurs.

Inscriptions

Secrétariat du Service des Sports

Maison des Sports (RDC) - Place Jules Hunebelle

À partir du 22 août 2011 de 9h à 12h et de 14h à 18h.

Dossier d'inscription

- Carte de quotient familial, à retirer au guichet unique situé au rez-de-chaussée du centre administratif
- 1 certificat médical d'aptitude à la pratique du sport renseigné au dos du feuillet d'inscription
- Attestation d'assurance extra-scolaire
- 1 photo d'identité
- Paiement par chèque ou espèces

Tout dossier incomplet ne sera pas accepté.

Activités proposées

S'initier puis se perfectionner :

INISPORT

- pour les moins de 7 ans (2005-2006)

L'objectif de cette formule, réservée aux enfants de grande section et de cours préparatoire, est d'initier les enfants à l'en-

semble des activités physiques et sportives. De nombreuses activités seront abordées et toutes seront organisées pour favoriser le développement général du jeune enfant.

Activités : jeux de balle, jeux d'éveil, jeux d'opposition, jeux de coopération et divers parcours de motricité.

Programme

Complexe Hunebelle : 3 salles (sports collectifs et gymnastique) + 1 stade (athlétisme et tennis)

- Mercredi de 14h à 15h45
- Samedi de 9h30 à 11h

Complexe Condorcet : 1 salle + 1 site d'évolution

- Mercredi de 9h à 10h30
- Mercredi de 10h30 à 12h
- Mercredi de 14h à 15h45
- Samedi de 9h30 à 11h

Complexe Trivaux la Garenne : 1 dojo, 1 gymnase, 1 site d'évolution

- Mercredi de 9h à 10h30
- Mercredi de 10h30 à 12h
- Mercredi de 14h à 15h45
- Samedi de 9h30 à 11h

Complexe Jardin Parisien : 1 gymnase, 1 site d'évolution,

- Samedi de 9h30 à 11h
- **pour les 7 ans (année 2004)**

À cette catégorie correspondent des cycles d'initiation ou les enfants découvrent en alternance des cycles sportifs s'articulant autour d'une dominante. Trois activités sont proposées : gymnastique, athlétisme, sports collectifs.

Programme

Complexe Hunebelle : 3 salles (sports collectifs et gymnastique) + 1 stade (athlétisme et tennis)

- Mercredi de 14h à 15h45

MULTISPORTS

- **pour les moins de 10 ans (2001-2002-2003)**

L'objectif de cette formule, réservée aux enfants scolarisés en école élémentaire, est de permettre la découverte et la pratique d'activités physiques et sportives dénommées. Les activités proposées seront spécifiques et elles demanderont à l'enfant de répondre à des exigences en mobilisant des ressources spécifiques. Ce système leur permet de se familiariser avec une activité, et les aide à fixer leurs aspirations.

Activités : natation, gymnastique, sports collectifs (rugby, foot, basket, volley, handball), athlétisme...



Programme

Complexe sportif Hunebelle : (gymnase + salle de gymnastique aux agrès + petite salle + stade + tennis + piscine)

- Mercredi de 16h à 17h45

Lieux	1 ^{er} trimestre	2 ^e trimestre	3 ^e trimestre
Gymnase - Stade	Gymnastique	Gymnastique	Rugby
Gymnase - Stade	Rugby	Basket	Foot
Gymnase - Stade	Foot	Volley	Athlétisme
Gymnase - Stade	Hand	Tennis de table/ badminton	Tennis
Piscine du Bois	Natation 16h à 17h	Natation 16h à 17h	Natation 16h à 17h
Gymnase - Stade	Athlétisme		HB/VO/BB

En raison de l'organisation de manifestations sportives exceptionnelles, certains changements ponctuels peuvent intervenir.

Stages sportifs

Lors des vacances scolaires, l'EMS propose de nombreux stages d'initiation sportive. Cette initiation s'effectue sous forme de stage d'une semaine pendant laquelle les journées ou les demi-journées sont rythmées autour de l'alternance de pratiques sportives ludiques et variées. Tarification à la journée ou ½ journée, en fonction du quotient familial.

Escalade

◆ Club des Sports de Montagne-Escalade

Président : Vincent LELIEVRE

Site : www.clamartescalade.free.fr

Entraînements

Deux murs d'escalade dans le gymnase des Petits Ponts

- Mardi (encadrés) et mercredi (jeunes avec encadrement) de 18h à 20h
- Mercredi et jeudi de 20h30 à 22h30 (sans encadrement)
- Samedi de 9h à 10h30 (adultes avec encadrement) et de 10h30 à 12h (jeunes avec encadrement)

Sorties : une sortie mensuelle en car, massif de Fontainebleau ou falaises en Bourgogne

Un week-end jeunes (35 €)

Une sortie de quatre jours pour les adultes (120 €)

Animations : challenge, avec soirée à thème

Partenariat : trois soirées escalade et tennis de table, avec Handisports

Inscriptions

À partir du 10 septembre 2011, au Forum des associations, puis au gymnase Léo Lagrange au début de chaque séance.

Âge minimum : 12 ans

Dossier d'inscription

- 1 certificat médical pour la pratique de l'escalade
- 1 photo (nouvelle inscription)

Cotisations 2011/2012 (y compris la licence-assurance)

- Moins de 18 ans : 105 €
- Plus de 18 ans : 125 €
- Non-Clamartois : 45 € en plus de la cotisation (la 1^{re} année, pour les droits d'entrée)

Escrime

◀ Club d'escrime

Présidente : Thierry LAMALLE

Maître d'armes : Yves CHARRETTE et Thomas CHARRETTE

Escrime de loisir (sabre) et de compétition

Renseignements : 06 15 35 86 59 (Yves)

et 06 75 12 66 21 (Thomas)

E-mail : escrimeclamart@free.fr

Site : <http://escrimeclamart.free.fr/>

Entraînements : gymnase du Fort

Tarifs

	De 7 à 11 ans	De 12 à 18 ans	Adultes
Licence (dont assurance obligatoire)	52 €	52 €	56 €
Cotisation	223 €	233 €	254 €
Total	275 €	285 €	310 €

Horaires

- Mardi** : Poussins 17h30-18h45
Pupilles 18h45-20h15
Adultes 20h30-22h
- Mercredi** : Benjamins 17h-18h30
Minimes/Cadets 18h30-20h
Adultes 20h-21h30 (medecine-ball)
- Jeudi** : Poussins 17h30-18h45
Pupilles 18h45-20h15
Adultes 20h30-22h
- Vendredi** : Benjamins 17h30-18h45
Minimes/Cadets 18h45-20h

Catégories

- Enfants de 7 à 10 ans : découverte du sabre
- De 11 à 15 ans : découverte et entraînement au sabre
- Adultes : découverte d'un sport élégant et ludique.

Renseignements : 06 15 35 86 59

Inscription au Forum des associations et au gymnase du Fort, la première semaine des cours (semaine 37).

Football

◆ CSMC Football

Maison des Sports, CSMC Football

Tél. : 09 50 91 97 17

Fax : 01 41 09 78 94

Président : Anice CHAKOURI - Tél. : 06 66 54 48 50

Site : www.csmclamartfoot.com

NOUVEAUTÉ :

Création d'une section féminine (de 5 à 35 ans)

Entraînements

Stade de la Plaine

Reprise : Seniors : 8 août 2011 Jeunes : fin août 2011

Dossier d'inscription

- 1 fiche d'inscription
- 1 photo d'identité (pour la licence)
- Photocopie du livret de famille ou de la carte d'identité
- 2 enveloppes timbrées

Cotisation : 190 € / Renouvellement : 180 €

160 € pour le deuxième enfant et 120 € pour le troisième

Majoration de 10 € pour les non-Clamartois.

Calendrier des entraînements

Catégories	Nés en	Jours et heures d'entraînement	Stade
U6-U7- U8-U9	2003 à 2006	le mercredi de 13h30 à 15h, le samedi de 14h à 16h / U9 : lundi et jeudi de 18h à 19h30	Plaine
U10-U11	2001/ 2002	le lundi de 18h à 19h30, le mercredi de 15h à 16h30 et le jeudi de 18h à 19h30	Plaine
U12-U13	1999/ 2000	le lundi de 18h à 19h30, le mercredi de 16h30 à 18h et le jeudi de 18h à 19h30	Plaine
U14-U15	1997/ 1998	le lundi de 18h à 19h30, le mercredi de 16h30 à 18h et le vendredi de 18h à 19h30	Plaine
U16-U17	1995/ 1996	le lundi de 19h30 à 21h, le mercredi de 18h30 à 20h et le vendredi de 19h30 à 21h	Plaine
U18-U20	1992 à 1994	le mardi de 20h à 22h et le jeudi de 18h à 19h30	Plaine
Seniors	Avant 1991	Mardi, mercredi et vendredi de 20h à 22h	Plaine
Vétérans	Avant 1973	Mercredi de 20h30 à 22h	Plaine

◆ Clamart Football Club

Président : Julien MOREAU

Tél. : 06 15 46 34 44

Correspondant : Roland SAVRY

Tél. : 06 66 20 81 18

Entraînements

Le mercredi de 20h à 22h au stade de la Plaine

Matches le samedi à 15h30

Catégories

Seniors critérium samedi après-midi

Championnat PH régi par la Ligue de Paris.

Renseignements : Julien MOREAU

Tél. : 06 15 46 34 44

Gymnastique sportive

◆ Association Clamart Gym.92

Fédération Française de Gymnastique - Sport Olympique

Président : Guy VARLET

Complexe Hunebelle • Salle Émilie

Le Penec : à partir de 17h30

Bureau du Club • Tél. : 01 46 38 95 08

De 10h à 12h de 14h à 16h

lundi, mardi, jeudi, vendredi

clamart-gymnastique@wanadoo.fr

www.clamartgymnastique.com

Activités

- **Gymnastique artistique aux agrès.** À pratiquer en compétition (multiples championnats pour tous niveaux) et en loisir.
Masculin : sol, arçons, anneaux, saut, barres parallèles, barre fixe. Démonstration de force et d'agilité.
Féminin : saut, barres asymétriques, poutre, sol. Discipline mêlant grâce, dynamique et acrobatie.
- **Gymnastique rythmique :** rubans, ballons, cerceaux, cordes, massues, mains libres.
Les gymnastes à l'âme d'artiste se plairont à évoluer dans cette discipline intégrant danse et chorégraphie.
- **Trampoline :** discipline exclusivement acrobatique qui se révèle ludique en loisirs et audacieuse à haut niveau.
- **Gymnastique Petite Enfance :**
parcours de motricité
Baby gym (18 mois à 4 ans) :
activité gymnique ludique, respectueuse des rythmes de l'enfant, bonne pour son développement moteur, affectif et cognitif.
Éveil Gym (4/5 ans) : compréhension des mouvements et du repos, apprentissage de la sécurité, découverte de la gym.
- **Gymnastique pour adultes et seniors**
Fitness : step, circuit training, stretching, équilibre pectoral, cuisses abdos fessiers.
Gymnastique aux agrès pour adultes.



Entraînements

- Agrès, gymnastique rythmique, trampoline, fitness, petite enfance : Complexe Hunebelle, salle Émilie Le Pennec
- Gymnastique adultes : tous les soirs nouveaux cours à partir de 18h30 les mardi et vendredi,
- à partir de 19 h les autres jours et le samedi matin entre 9h et 12h, nouveaux cours tous les jours entre 12h et 14h.
- Gymnastique petite enfance : nouveaux cours mardi et jeudi matin pour les enfants âgés de 18 mois à 2 ans. Les mercredis matin ou samedis matin en fonction des âges. Les horaires, en fonction des âges et des niveaux, seront communiqués au moment de l'inscription. Annulation de cours pendant la saison sportive : pour des raisons d'organisation de compétitions, de travaux, ou des motifs indépendants de notre volonté des cours pourront être annulés.

Le Club de Clamart Gym.92 n'assurera aucun entraînement pendant les vacances scolaires ; en contrepartie, des stages payants pourront être proposés (10 € la journée, 5 € la demi-journée)

Catégories

- Petite enfance : de 18 mois révolus au 31/12/11 à 5 ans
- Autres disciplines : à partir de 6 ans révolus au 31/12/11

Inscriptions

- À partir du 1^{er} juin 2011 au bureau du club (à la Maison des Sports) aux jours et heures d'ouverture.
- Hall d'entrée de la salle Émilie Le Pennec, du lundi 5 au vendredi 9 septembre 2011 de 18h à 19h30.
- Au Forum des associations le samedi 10 septembre 2011 au stade Hunebelle

Règlement à l'inscription

1 chèque global ou 4 chèques à l'ordre du Club de Clamart Gymnastique (encaissement immédiat + octobre + novembre + décembre) par adhérent.

Pour les groupes performances plus de 4 h la possibilité de régler en 5 chèques (encaissement immédiat + octobre + novembre + décembre + janvier)

Dossier d'inscription

- 1 certificat médical datant de moins d'un mois portant la mention selon la discipline « *Apte à la pratique de la gymnastique sportive, rythmique, trampoline, fitness ou petite enfance* »
- 1 photos d'identité

Tout dossier incomplet ne sera pas pris en compte.

Cotisation annuelle en euros
(en fonction du quotient familial) :

Discipline	Tarif non-Clamartois	Tarif KL	Tarif IJ	Tarif GH	Tarif EF	Tarif CD	Tarif AB
GAM, GAF, GR, TR 1 fois/ semaine 2 h et moins	328	298	290	285	274	255	224
GAM, GAF, GR, TR 2 fois/ semaine 4 h et moins	404	368	360	348	329	313	276
GAM, GAF, GR, TR 3 fois/ semaine plus de 4 h	441	401	393	380	368	340	301
Gymnastique pour adultes et seniors : agrès et fitness	368	334	327	317	308	285	250
Petite enfance	244	222	214	211	203	189	166

(Comprenant l'entraînement, les frais de dossier, la licence/assurance).
Pour les non-Clamartois, la cotisation est majorée de 10 %

Clamart Gym.92 présente un double avantage pour les familles :

- Des tarifs plus équitables, une réduction de 60 €, à partir de la troisième cotisation par famille au Club de Clamart Gym.92.
- Les tarifs prennent en compte le quotient familial.

Pour obtenir votre quotient familial :

- Carte de quotient familial, à retirer au guichet unique du centre administratif

Parrainage :

Une réduction de 30 € est pratiquée sur la cotisation de tout adhérent qui parrainera une personne non licenciée (FFG à Clamart Gymnastique) à la saison sportive. Les deux adhésions du parrain et du filleul doivent être effectuées simultanément.

Remboursement : Une fois le dossier enregistré aucun remboursement ne sera accordé quel qu'en soit le motif.

Clamart Gym.92 se réserve le droit de modifier les jours et heures des cours à tout moment.

Gymnastique volontaire

◆ CSMC Gym

Présidente : Lucienne OBADIA

Tél. : 06 62 05 93 72 / 06 36 72 51 92

E-mail : csmcgymvolontaire@gmail.com

Maison des Sports - 1^{er} étage

Permanence assurée toute la saison (sauf vacances scolaires),
le jeudi de 10h30 à 17h30.

Inscriptions

Par courrier dès le mois de juin 2011

- À la Maison des Sports, salle bleue, du lundi 5
au 9 septembre inclus de 16h à 19h30.

- Au Forum des associations (samedi 10 septembre 2011)

Attention : le bureau vous suggère fortement de retourner votre dossier d'inscription complet le plus tôt possible, par courrier ou en le déposant dans la boîte aux lettres ou au secrétariat du service des Sports.

Reprise des cours lundi 12 septembre 2011, fin le 30 juin 2012.

Cotisation annuelle :

- 1 heure par semaine : 135 € / Hors Commune : 148 €

- 2 heures par semaine : 180 € / Hors Commune : 198 €

- 3 heures : 220 € / Hors Commune : 242 €

- De 4 heures à 6 heures : 240 € / Hors Commune : 264 €

NB : 10 € de réduction pour tout ancien qui présente un nouvel adhérent ou pour une deuxième inscription dans un même foyer. Pour tout désistement, il sera retenu une somme forfaitaire de 40 € pour frais de dossier (assurance, licence, etc.).

Dossier d'inscription

- fiche individuelle d'inscription (sur place)

- 1 certificat médical de moins de 3 mois obligatoire

- 2 photos d'identité (ou photocopies de photos)
pour les nouveaux adhérents

- 1 photo et le badge du club pour les anciens adhérents

- votre règlement à l'ordre du CSMC Gym (daté du jour de l'inscription) : 1 chèque global (encaissement : octobre) ou

- 3 chèques (encaissement : septembre, octobre et novembre)

Tout dossier incomplet ne sera pas retenu.

Planning des cours :

Sous réserve d'un minimum de 15 personnes

		Exercice	Professeurs
CARDIO			
La Fourche			
Mardi	19h/20h et 21h/22h	Step'gym	Cynthia
Mercredi	19h/20h	Step'gym	Cynthia
Jeudi	20h30 / 21h30	Zumba	Déborah
Vendredi	14h/15h	Step'abdo	Mélissa
Mermoz			
Samedi	10h/11h	LIA	Cynthia
MDQ Trivaux			
Mardi	19h / 20h	Zumba	Corinne B
GYM CARDIO			
La Fourche			
Mardi	9h15/10h15	Tonic'gym	Zehava
Jeudi	9h30/10h30	Abdo'gym	Zehava
Samedi	9h/10h	Tonic'gym	Déborah
Condorcet			
Mercredi	19h30/20h30	Tonic'gym	Déborah
Conservatoire			
Lundi	9h15/10h15	Tonic'gym	Zehava
	10h20/11h20	Abdo'gym	Zehava
Mardi	9h15/10h15	Tonic'gym	Déborah
Jeudi	10h20/11h20	Tonic'gym	Catherine
	14h/15h	Tonic'gym	Zehava
Mermoz			
Lundi	13h15/14h15 et 14h20/15h20	Abdo'gym	Stéphane
Mercredi	20h15/21h15 et 21h15/22h15	Tonic'gym	Corinne
Samedi	9h/10h	Tonic'gym	Cynthia
Jardin Parisien			
Lundi	19h/20h	Tonic'gym	Zehava
Ferrari			
Mardi	13h/14h	Tonic'gym	Mélissa
Morambert			
Lundi	9h30/10h30	Tonic'gym	Nathalie

RENFORCEMENT MUSCULAIRE**Maison des Sports**

Lundi	19h/20h	Abdo'gym	Thomas
Jeudi	18h/19h	Abdo'gym	Thomas
Vendredi	12h15/13h15	Abdo'gym	Baptiste

Mermoz

Vendredi	13h15/14h15	Abdo'gym	Déborah
	14h20/15h20	Abdo'gym	Déborah

Trivaux la Garenne

Lundi	19h30/20h30	Abdo'gym	Stéphane
Mardi	9h/10h	Abdo'gym	Thomas

Intercommunal

Mercredi	19h/20h	Abdo'gym	Thomas
Mercredi	20h15/21h15	Abdo'gym	Vanessa

MDQ Jardin Parisien

Jeudi	9h15/10h15	Abdo'gym	Baptiste
Jeudi	19h/20h	Abdo'gym	Vanessa

Pavé blanc

Jeudi	9h15/10h15	Abdo'gym	Vanessa
Vendredi	19h/20h	Abdo'gym	Dalila

MDQ Trivaux

Jeudi	19h/20h	Abdo'gym	Dalila
-------	---------	----------	--------

La Fourche

Lundi	19h/20h	Abdo'gym	Antony
-------	---------	----------	--------

Morambert

Mercredi	9h30/10h30	Fitball	Déborah
Mercredi	10h30/11h30	Pilates	Déborah
Jeudi	9h30/10h30	Pilates	Déborah

COURS MESSIEURS**Maison des Sports**

Lundi	18h/19h	Culture physique	Thomas
Jeudi	19h/20h	Culture physique	Thomas

GYM DOUCE**La Fourche**

Mardi	10h20/11h20	Gym douce	Zéhava
	11h25/12h25	Gym douce	Zéhava
	20h/21h	Stretch	Cynthia
Jeudi	10h35/11h35	Gym douce	Zéhava

GYM DOUCE (suite)

La Fourche (suite)

Mardi	20h/21h	Stretching	Cynthia
-------	---------	------------	---------

Conservatoire

Mardi	10h20/11h20	Gym douce	Déborah
Jeudi	9h15/10h15	Stretch	Catherine
Vendredi	9h15/10h15	Bien-être	Catherine
	10h20/11h20	Bien-être	Catherine

Ferrari

Lundi	9h30/10h30	Stretch	Déborah
Mercredi	18h30/19h30	Stretch	Nathalie
Jeudi	9h30/10h30	Gym équilibre	Mélissa

Morambert

Lundi	10h30/11h30	Gym zen	Nathalie
-------	-------------	---------	----------

Mermoz

Mardi	19h/20h	Stretch'gym	Déborah
-------	---------	-------------	---------

André Charré

Vendredi	14h15/15h15	Bien-être	Corinne
----------	-------------	-----------	---------

MDQ Trivaux

Lundi	9h30/10h30	Stretching	Cynthia
-------	------------	------------	---------

PLEIN AIR

Carrefour de la Justice

Lundi	9h15/11h15	Marche active	Vanessa
Vendredi	9h15/11h15	Jogging	Vanessa

Carrefour de l'Anémomètre

Vendredi	9h15/11h15	Marche nordique	Corinne
Samedi	9h15/11h15	Marche nordique	Didier

Handball

◆ Clamart Handball

Contact : Jean-Claude VINCENT

Tél. : 06 60 21 16 02

Entraînements

Gymnase Trivaux-La Garenne

Début des activités début septembre

Inscriptions

Au gymnase, pendant les horaires d'entraînements.

- École de handball : samedi de 14h à 16h
- Jeunes : créneaux de 16h à 20h30
- Seniors : créneaux de 20h30 à 22h30

Les jours et heures d'entraînement seront communiqués lors des inscriptions.

Dossier d'inscription

Un dossier de licence à remplir avec :

- 1 certificat médical récent (moins de 6 mois) mentionnant « Apte à la pratique du handball en compétition ».
- 2 photos d'identité
- Autorisation parentale pour les mineurs.
- Photocopie de la carte d'identité (ou livret de famille) pour toute 1^{re} adhésion.
- Cotisation par chèque postal ou bancaire à l'ordre de Clamart Handball
École de handball : 100 €
Moins de 18 ans : 120 €
Plus de 18 ans : 135 €
(Possibilité de payer en plusieurs échéances)

Un joueur ne pourra être qualifié que lorsque son dossier d'inscription sera complet.

Handisport

◆ Clamart Handisport

Président : Thierry PEROU

Tél. : 06 67 14 38 74

E-mail : thierry92140@aol.com

Site : <http://clamart-handisport.blogspot.com>

www.facebook.com/pages/Clamart-Handisport-le-sport-accessible-pour-tous/

Activités existantes :

Tennis de table (loisir et compétition) : lundi de 17h30 à 19h30, mercredi de 19h30 à 22h + stage dans l'année
tennis : dimanche de 11h à 13h

Escalade (initiation) : trois à quatre initiations dans l'année
le mercredi de 20h30 à 22h30

Cotisations (données à titre indicatif) :

Clamartois et communauté d'agglomération Sud de seine :
de 93 € à 128 €

Non-Clamartois : de 103 € à 143 €

Permanences : Maison des Sports le samedi de 9h30 à 12h30

Judo/Jujitsu

Cours de judo/jujitsu suivant âge et grade

Dojo Centre	Dojo Garenne	Dojo du Fort
<p>Baby judo 2005-2006 Mercredi de 14h à 15h de 15h à 16h</p>	<p>Baby judo 2005-2006 Mercredi de 16h30 à 17h30</p>	<p>Baby judo 2005-2006 Mardi de 18h à 19h Samedi de 15h30 à 16h30</p>
<p>Débutants 2003-2004 Lundi et jeudi de 17h30 à 18h30</p> <p>Débutants confirmés 2003 Lundi et jeudi de 18h30 à 19h30</p> <p>Débutants 2003-2004 Mercredi de 16h à 17h30</p>	<p>Débutants 2003-2004 Jeudi de 18h15 à 19h45</p>	<p>Débutants 2003-2004 Samedi de 14h à 15h30</p> <p>Débutants 2003-2004 Mardi de 19h à 20h30</p>
<p>Poussins 2002 Mardi - Vendredi de 17h30 à 18h30</p> <p>Benjamins 2000-2001 Mardi - Vendredi de 18h30 à 19h30</p> <p>Minimes 1998-1999 Mardi - Vendredi de 19h30 à 20h30</p>	<p>Poussins & benjamins 2001-2002 Mercredi - Vendredi de 17h30 à 18h30</p> <p>Benjamins & minimes 1998-1999-2000 Mercredi - Vendredi de 18h30 à 19h30</p>	<p>2002 Poussins Samedi de 16h30 à 18h</p>
<p>Juniors Adultes loisirs 1995 et avant Lundi de 19h30 à 21h</p>	<p>Cadets 1996-1997 Lundi de 18h45 à 19h45</p> <p>Cadets, juniors, adultes 1997 et avant Lundi - Jeudi - Vendredi de 19h45 à 21h15 Lundi 21h15 à 21h45 Randoris Mercredi 19h30 à 20h30 Kata Et 20h30 à 21h30 Randoris</p>	
	<p>1997 et avant Cours de jujitsu Mardi de 19h30 à 21h30 Samedi de 9h30 à 11h30</p>	

* Les mardis et jeudi au dojo du centre de 15h30 à 17h30

Classe CAS JUDO

◆ CSM Clamart Judo/Jujitsu

Président : Thierry ALBISETTI

Tél. : 06 65 68 78 30

E-mail : judocsmclamart@gmail.com

Site : www.csmclamartjudojujitsu.fr

Entraînements

Dojo Centre - Dojo Garenne - Dojo du Fort

Reprise des cours enfants à partir de lundi 12 septembre 2011

Inscriptions

- Les 5, 6, 7 et 8 septembre 2011 au dojo de la Garenne de 17h30 à 19h30.
- Au Forum des associations le 10 septembre 2011 toute la journée au stade Hunebelle.

Dossier d'inscription

- 1 certificat médical (en double exemplaires) daté de septembre 2010 d'aptitude à la pratique du judo (portant la mention « *de non-contre-indication à la pratique du judo en compétition* »)
- 1 photo d'identité

NB : Tout futur adhérent ayant un dossier d'inscription incomplet se verra refusé l'accès aux tapis

Cotisations

- Baby judo 2006 et 2005 : 175 €
- Jeunes nés entre 2004 et 1996 : 190 €
- Adultes nés en 1995 et avant : 220 €
- Cours adultes Jujitsu : 220 €

Un surcoût de 15 € est demandé pour les non-Clamartois.

Possibilité de paiement en 3 chèques.

Remboursement

Une fois le dossier enregistré aucun remboursement ne sera accordé quel qu'en soit le motif.

Karaté Goju-Ryu et Kobudo d'Okinawa

◆ Okinawa Goju-Ryu Shodokan France Clamart

Président : Jean-Marc BARRILLON,

vice-président : Jean-Yves GUILLEMOT

Adresse postale : Maison des Sports, place Jules Hunebelle

Tél. : 01 41 09 78 90

Renseignements complémentaires

Professeur : Maître OSHIRO, Olivier FIARDO (enfants)

Tél. : 06 18 15 41 24

E-mail : karate@ogsfc.fr

Cette association a pour but de promouvoir et développer la culture et les arts martiaux d'Okinawa à travers le karaté Goju-Ryu et le Kobudo d'Okinawa sous la direction technique de Maître Zeneï OSHIRO 8^e dan de Karaté et 8^e dan de Kobudo.

Lieux de pratique : gymnase du Fort - 56, rue de Fontenay

Horaires des cours adultes :

Mardi : 19h55 à 21h - Karaté adultes

21h à 22h - Kobudo

Jeudi : 19h55 à 21h15 - Karaté adultes

Pièces à fournir

- 1 certificat médical de moins de trois mois (obligatoire)
- 1 photo d'identité récente
- 1 enveloppe timbrée avec nom, prénom et adresse
- Fiche FFKDA (fournie par nous, à compléter)
- Règlement cotisation : chèque global de 50 € à l'ordre de l'O.G.S.F. Clamart (Cotisation annuelle à la FFKDA : 33 € / Adhésion annuelle à l'O.G.S.F. Clamart : 17 €)
- Règlement cours (pour l'année) : chèque global à l'ordre de M. OSHIRO

Karaté et Kobudo (3 cours) : 340 €

Karaté et Kobudo (2 cours) : 285 €

Karaté (seul - 2 cours) : 285 €

Karaté ou Kobudo (1 cours) : 220 €

Horaires de cours enfants

Mardi : 18h à 18h45 - Karaté (7 à 10 ans)

18h45 à 19h45 - Karaté (11 à 15 ans)

Jeudi : 18h à 18h45 - Karaté (7 à 10 ans)

18h45 à 19h45 - Karaté (11 à 15 ans)

Samedi : 14h à 15h - Karaté enfants (7 à 10 ans)

15h à 16h - Karaté (11 à 15 ans)

Pièces à fournir

- 1 certificat médical de moins de trois mois (obligatoire)
- 1 photo d'identité récente
- 1 autorisation parentale
- 1 enveloppe timbrée avec nom, prénom et adresse
- Fiche FFKDA (fournie par nous, à compléter)
- Règlement cotisation : chèque global de 50 € à l'ordre de l'O.G.S.F. Clamart (Cotisation annuelle à la FFKDA : 33 € / Adhésion annuelle à l'O.G.S.F. Clamart : 17 €)

- Règlement cours (pour l'année) : chèque global à l'ordre de M. OSHIRO
- Karaté enfants (3 cours) : 175 €
Karaté enfants (2 cours) : 150 €
Karaté enfants (1 cours) : 120 €

Modélisme automobile (radiocommandé)

ERCC - Electric Racing Club Clamartois

Président : Josselin MAILHE

Tel : 06 69 05 91 37

E-mail : ercc92@gmail.com

Cette activité a pour but de promouvoir le modélisme automobile électrique à l'échelle 1/10, 1/12, 1/16, 1/18. Les modélistes peuvent faire évoluer leurs voitures sur un circuit d'un développé de 120 m, aménagé dans un gymnase.

Entraînements

Gymnase de Trivaux-La Garenne

45, rue du Commandant Duval

Tous les dimanches de 19h30 à 23h

Inscriptions

Au Forum des associations le 10 septembre 2011

Puis toute l'année au gymnase ou par mail.

Dossier d'inscription

- Fiche d'inscription dûment remplie
- 1 certificat médical d'aptitude à la pratique du modélisme
- 1 photo d'identité
- Cotisation incluant la licence : 110 €.
80 € pour les jeunes de moins de 18 ans

Musculation

◆ Mairie de Clamart - Service des Sports

Maison des Sports - Place Jules Hunebelle

Tél. : 01 41 09 78 90 / 01 41 09 79 00

Secrétariat du Service des Sports ouvert du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 13h30 à 18h et le samedi de 9h à 12h30

Cette activité est proposée par le Service des Sports de la Ville de Clamart dans la salle de musculation située sur le complexe sportif Hunebelle. Cette salle est équipée de matériel de musculation et de matériel cardio.

Les inscriptions se font dès à présent au Service des Sports ainsi qu'au Forum des associations le 10 septembre 2011. L'accès à la salle ne se fait pas en libre accès mais sur des créneaux définis par l'adhérent à l'inscription.

Pièces à fournir : 1 certificat médical de moins de 3 mois avec la mention « *Aptitude à la musculation et au cardio-training* », 1 justificatif de domicile, 2 photos, 1 photocopie de la carte d'identité.

La salle est accessible aux plages horaires suivantes par tranches d'une heure minimum (selon abonnement) :

- Lundi : 12h-14h, 17h-21h
- Mercredi : 9h-13h, 16h-18h
- Vendredi : 9h-14h, 16h-22h
- Samedi : 9h-13h

Tarifs et horaires

		Tarif normal	Tarif réduit*
1h/semaine	Clamartois	153 €	115 €
	Non-Clamartois	382,50 €	
2h/semaine	Clamartois	235 €	176 €
	Non-Clamartois	587,50 €	
3h/semaine	Clamartois	306 €	230 €
	Non-Clamartois	765 €	
4h/semaine	Clamartois	377 €	283 €
	Non-Clamartois	942,50 €	
5h/semaine et plus	Clamartois	459 €	344 €
	Non-Clamartois	1147,50 €	

* Étudiant, apprenti, allocataire RSA, demandeur d'emploi, invalide, retraité.

Natation

◆ CSMC Natation

Président : Patrick PARAKIAN

Bureau de l'Association • 4, allée de Meudon

(sous la piscine) - Tél. : 01 46 38 96 14

(répondeur de l'Association de Natation)

Maison des Sports, place Hunebelle

Tél. : 01 41 09 78 90 - Site : www.clamart-natation.fr

- École de natation, compétition, natation loisirs, gym aquatique,
- Jardin aquatique à partir de 3 ans

Entraînements

Piscine du Bois - 10, rue du Président Roosevelt

Reprise progressive début septembre 2011 selon les groupes les lundi, mardi, mercredi et jeudi entre 17h et 21h30.

Mercredi et samedi matin pour les groupes compétiteurs.

Pas d'entraînement pendant les vacances scolaires, ni les jours fériés.

Inscriptions

- Pour les nouvelles inscriptions :
1^{re} semaine de juillet : lundi, mercredi, jeudi de 18h à 20h
- Au Forum des associations le 10 septembre 2011

Dossier d'inscription

- Fiche d'information complétée et signée
- 1 certificat médical de moins de 3 mois portant la mention : « apte à la natation », y compris pour l'aquagym
- 1 chèque libellé à l'ordre du C.S.M.C. Natation. Paiement fractionné par CB possible
- 1 photocopie d'un justificatif de domicile
- **pour les anciens** : la carte du club et 1 photo d'identité
- **pour les nouveaux** : 2 photos d'identité

Tout dossier incomplet sera refusé.

Cotisation pour la saison 2011/2012

(sous réserve de l'approbation par l'Assemblée générale)

- **Jardin aquatique/école de natation**

219 € pour les Sud de Seine / 270 € pour les non Sud de Seine

- **Pour les enfants de - de 17 ans : loisirs**

231 € pour les Sud de Seine / 303 € pour les non Sud de Seine

- **Pour les enfants de - de 17 ans : compétiteurs**

273 € pour les Sud de Seine / 360 € pour les non Sud de Seine

- **Pour les compétiteurs : élite**

333 € pour les Sud de Seine / 390 € pour les non Sud de Seine

- **Pour les nageurs CAS :**

282 € pour les Sud de Seine / 390 € pour les non Sud de Seine

- **Pour les adultes :**

Perfectionnement (1 fois/sem.) : 264 € pour les Sud de Seine / 390 € pour les non Sud de Seine

Masters (2 fois/sem.) 303 € pour les Sud de Seine /

360 € pour les non Sud de Seine

AQUAGYM (3 fois/sem.) entrée incluse à la piscine :

303 € pour les Sud de Seine / 360 € pour les non Sud de Seine

Aquagym + Natation :

233 € pour les Sud de Seine / 390 € pour les non Sud de Seine

Toutes ces informations sont disponibles sur le site du club :

www.csmcnatation.free.fr

◆ Solidarité et loisirs de Clamart

Président : Claude DESHAYES

Tél : 06 30 93 27 02 - Maison des Associations

Cotisation annuelle : 22 € pour les Clamartois,

28 € pour les non-Clamartois

Activités proposées

- **Aquagym :** 52 € (pour l'année).

Cours le lundi de 8h à 8h45, les mardi et jeudi de 12h à 12h45 et le vendredi de 11h30 à 12h15 et 12h30 à 13h15 à la piscine du Bois, sous la surveillance de maîtres-nageurs. Les adhérents paient leur entrée à la piscine.

- **Gymnastique :** 130 € pour un cours et 230 € pour 2 cours pendant l'année scolaire

Trois cours le lundi au centre Jean Mermoz : 8h45, 9h45,

11h - Deux cours le mardi au centre André Charré :

14h30 et 15h45 - Trois cours le mercredi au centre de la

Fourche : 9h15, 10h30 et 11h30

- **Randonnée :** le mardi tous les quinze jours avec des parcours de 25 km, la cotisation annuelle suffit.

Contact : M^{me} HERNANDEZ

Tél. : 01 46 45 05 99 ou 06 85 96 35 03

- **Marche :** le mardi et jeudi de 10h à 12h dans la forêt de Clamart/Meudon. La cotisation annuelle suffit.

- **Stretching :** quatre fois par mois le jeudi après-midi à 14h dans la salle de Yoga du Centre de la Fourche - Coût 10 €.

Contact : M^{me} Nicole DESCHAMPS

Tél. : 01 46 32 49 45

Pétanque

◆ Clamart Pétanque

Président : Michel VALTON

Tél. : 01 47 36 78 74

Entraînements

Stade Hunebelle, tous les jours à partir de 14h, dimanches et jours de fêtes à partir de 10h.

Inscriptions

Stade Hunebelle, bureau de la Pétanque

En janvier, tous les après-midi à partir de 14h.

Dossier d'inscription

- 2 photos
- la licence à rapporter au moment de l'inscription + certificat médical et photocopie de la pièce d'identité recto verso

Cotisations

- Seniors hommes : 58 €
- Seniors femmes : 29 €

◆ Amicale Bouliste du Haut Clamart

10, rue d'Île de France

Président : Jean-François TREHOUT

Tél. : 01 45 37 80 59

Plongée - hockey subaquatique

◆ Le Nautile

Président : Alain MORAND

Contact : Alain MORAND - 61, rue Marie Fichet

Tél. : 01 46 32 42 60

E-mail : webmaster@nautile-plongee.com ou alain-morand2@wanadoo.fr - Site : www.nautile-plongee.com

- Sorties plongée en mer, voile/plongée, techniques et à thèmes
- Nage en eaux vives, descente de rivières, photo et vidéo sous-marine, biologie sous-marine, hockey subaquatique
- Entraînements à la piscine de Clamart : mercredi et vendredi de 21h à 22h30

Qwan Ki Do/Quan Khi Dao (Kung Fu sino-vietnamien)

◆ Club AMACQKD/QWAN KI DO

Présidente : Christelle MOUDINGO

Directeur Technique : André MOUDINGO CN 3^e dang, professeur diplômé fédéral, champion de France 2001, médaillé de bronze open d'Europe 1995, sept fois vice-champion de France de 1995 à 2001

Tél. : 01 77 46 39 40 ou 06 60 26 38 03

E-mail : c.moudingo@amacqkd.org (Présidente) ou a.moudingo@amacqkd.org (directeur technique)

Site : www.amacqkd.org

Le Qwan Ki Do représente la voie des énergies corporelles. École traditionnelle, visant l'harmonie du corps et du mental, au travers de techniques de percussion (force), d'élongation (souplesse), de respiration et de concentration.

Basé sur l'imitation du comportement des animaux, adapté à la morphologie humaine, celle-ci développe la coordination, la motricité, la puissance musculaire et l'amélioration de la mobilité articulaire. Puissance, résistance et endurance sont les outils d'amélioration du rythme énergétique et de coordination du corps et du mental de l'élève.

Discipline complète, elle fait travailler tout le corps, et permet à tous de s'exprimer et de s'exalter avec des cours pédagogiques et adaptés aux débutants comme aux anciens.

Y sont étudiées, des techniques de mains, de pieds, de blocages, d'esquives, de projections, de balayages, de ciseaux, de clefs, de casses (planches, tuiles...) ; de chutes, roulades et autres acrobaties, mais aussi la culture de l'énergie interne (Khi) par des techniques de respiration, concentration et de méditation.

La pratique des armes traditionnelles (outils agraires et armes féodales chinoises et vietnamiennes), non obligatoire, fait malgré tout partie intégrante au Qwan Ki Do et correspond au prolongement du corps : Bong (bâtons longs), Song Cot (deux bâtons courts, Long Gian (nunchaku), Moc Can (tonfa), yen dao (couteaux), sabres, hallebardes, haches, chaînes, éventails...

Entraînements

Jours : lundi, jeudi, vendredi et samedi (stages 1 fois/mois)

Lieu : Gymnase du Fort, 56 rue de Fontenay 92140 Clamart

Transport : Bus 189, arrêt « Cimetière » et 295, arrêt « Division Leclerc »

Catégories par cours

- Éveil corporel « 3 à 7 ans »
- Enfants « 7 à 15 ans »
- Ados/adultes « à partir de 13 ans »

Armes traditionnelles, cours non obligatoire (outils agraires et armes féodales)

Rugby

◆ Clamart Rugby 92

Président : Philippe LAGRANGE

Renseignements : Maison des Sports (1^{er} étage)

Tél. : 01 40 95 71 67

E-mail : crugby92@orange.fr

Site : www.rugbydeclamart.com

Permanences

- Mardi et vendredi de 19h à 21h - Stade Hunebelle en septembre et octobre puis stade de la Plaine à compter de fin 2011.
- Mardi et jeudi de 13h30 à 18h - Maison des Sports

- Mercredi et samedi : stade de la Plaine 13h30 à 16h30
et stade Hunebelle 17h à 19h
- À partir de fin 2011 stade de la Plaine mercredi et samedi de 13h30 à 19h
- Tél. : 06 71 90 20 97
(Mme SARTI - Secrétaire École de Rugby)

Entraînements

Catégories	Années de naissance	Horaires d'entraînement de sept. à déc. 2010. À compter de janv. 2011, entraînement au stade de la Plaine	Cotisations *
+ 19 ans	À partir de 1992	Mardi et vendredi de 19h30 à 22h Stade Hunebelle Plaine à partir de fin 2011	230 €
- 19 ans	1993/ 1994	Mardi et vendredi de 19h à 21h Stade Hunebelle Plaine à partir de fin 2011	170 €
- 17 ans	1995/ 1996	Mercredi et vendredi de 19h à 21h Plaine à partir de fin 2011	170 €
- 15 ans	1997/ 1998	Mercredi 18h à 19h30 Stade Hunebelle Plaine à partir de fin 2011 Samedi 16h30 à 18h30 Plaine	170 €
- 13 ans	1999/ 2000	Mercredi de 14h30 à 16h30 Samedi 14h30 à 16h30 Plaine	170 €
- 11 ans	2001/ 2002	Mercredi 14h30 à 16h30 Plaine Samedi 14h30 à 16h30	170 €
- 9 ans	2003/ 2004	Mercredi 14h30 à 16h30 Samedi 14h30 à 16h30 Plaine	170 €
- 7 ans	2005	Inscription École municipale des Sports	

* + 15 € pour les non-Clamartois

Inscriptions

- Dossier FFR remis à l'inscription
- École de Rugby : À partir du 29/06/2011
par mail : claudinesarti@yahoo.fr
à partir du mercredi 7 septembre 2011
- Présence obligatoire le mercredi et le samedi**
Tél. : 01 40 95 71 67 ou 01 45 57 43 40

Sarbacane sportive

◆ Clamart Sarbacane

Président : Christian THOUVENIN

Maison des Sports

Place Hunebelle

E-mail : clamart.sarbacane@gmail.com

Entraînement

Mardi soir de 19h à 22h, hors vacances scolaires, au gymnase de l'école Léopold Sédar Senghor, 9 rue de Bretagne.

Pour les jeunes, la pratique de cette discipline se fait en présence d'un parent majeur de 19 à 20h.

Depuis juillet 2008, l'association initie, pratique et participe à la promotion des différentes disciplines du tir à la sarbacane sportive. Le tir à la sarbacane sportive est une activité qui développe le contrôle du souffle, la maîtrise du geste ainsi que la concentration. Le matériel utilisé est un tube de 122 ou 90 cm de long pour les plus jeunes, qui permet à l'aide du souffle de propulser des flèches vers une cible de 18 cm de diamètre, placée à une distance de 5 m pour les débutants et à 10 m pour les confirmés ou compétiteurs. Venez nous retrouver et vous exercer au tir tous les mardi soir pour une séance de découverte et d'initiation gratuite.

Cotisations

40 € pour les jeunes

70 € pour les adultes

Spéléo

◆ Groupe des Hauts-de-Seine

Président : Yann RUFFIN

2, rue Racine

Tél. : 06 50 74 15 66 - Site : <http://sghs.free.fr>

Entraînements

- Bures-sur-Yvette : viaduc des Fauvettes
Nemours : site du Puiset
- Sorties mensuelles ou bi-mensuelles en régions karstiques (Doubs, Jura, Vercors, Ardèche, Lot, Espagne)
- Camp d'été.

Inscriptions : toute l'année

Dossier d'inscription : certificat médical d'aptitude à la pratique de la spéléologie.

Cotisations

Clamartois : 23 €, non-Clamartois : 30 €

Prévoir en sus la licence et l'assurance à souscrire auprès de la Fédération Française de Spéléologie.

Licence temporaire d'initiation possible. Sport scolaire

Sport scolaire

◆ **UNSS - Union Nationale du Sport Scolaire**

Président : Jean-François CHAN

Collège Sainte-Marie : Jean-François CHAN

Tél. : 01 47 36 09 29

L'objet est :

- d'organiser et de développer la pratique sportive des adhérents
- de faire l'apprentissage de la vie associative
- de former des jeunes officiels dans les différents sports pratiqués (arbitre, juge marqueur, chronométreur)

Activités : handball, volley-ball, athlétisme, gymnastique sportive, badminton, escalade, tennis de table.

Inscriptions à la rentrée scolaire auprès des professeurs d'Éducation Physique et Sportive des collèges et lycées.

Taekwondo

◆ **Association Clamartoise de Tae Kwon Do (ACTKD)**

Président : Grégory FOURNIER

Contact : Grégory FOURNIER

Tél. : 06 61 18 13 51

Marie-Paule DUMAS

Tél. : 06 67 91 90 20

E-mail : actaekwondo@gmail.com

Site : <http://clamart-taekwondo.cusi.fr>

Le Taekwondo a des origines très anciennes, il est arrivé en France par le biais de maître Lee Kwan Young en 1969 et n'a cessé de se développer depuis.

Extrêmement populaire chez les jeunes, il est à la fois un art martial et un sport de combat. Comme art martial, il demande le respect des règles et l'apprentissage de la perfection technique. En tant que sport de combat, il permet un engagement physique et mental.

Chacun, selon son âge, sa personnalité, y trouvera ce qu'il cherche.



Entraînements

Gymnase du Jardin Parisien, gymnase du Fort et dojo du Centre (sous la piscine du Bois).

Tai Chi Chuan

◆ Association Taichidao

Président : Pascal HERQUEL

Tél. / fax : 01 40 95 74 06

E-mail : clamart@taichidao.fr - Site : www.taichidao.fr

D'origine chinoise, cette longue séquence gestuelle est exécutée lentement, avec une prise de conscience de son corps dans l'espace. Cette relaxation en mouvement libère progressivement les tensions accumulées depuis des années.

Le Tai Chi Chuan développe : la concentration, la capacité respiratoire, la souplesse articulaire, l'équilibre, la mémoire...

C'est également un art martial interne, sans violence, qui mène à une meilleure maîtrise de soi. Cet art de vivre peut être pratiqué par tous de 18 à 60 ans et plus.

Venez participer à deux cours d'essai gratuits.

Inscriptions

Par courriel, téléphone ou au Forum des associations le 10 septembre 2011.

Entraînements hebdomadaires

Gymnase du Fort (autres salles en attente de confirmation)

L'association organise également des stages spécifiques certains samedis après-midi (Chi Qong, sabre, Tai Chi Chuan...).

Elle participe régulièrement au Téléthon, à Clamart Plage, au Forum des associations et à la soirée des Arts martiaux.

Tennis

◆ Tennis Club de Clamart

Président : Albert BONDIL

Renseignements : secrétariat de l'Association, club-house du tennis, stade Hunebelle

Tél. : 01 47 36 17 23 ou 01 47 36 08 81

E-mail : tennis.clamart@fft.fr

Site : www.club.fft.fr/tc.clamart

Le Club dispose de :

- 13 terrains dont 5 couverts et 10 en terre battue
- 2 quicks
- 1 mini-tennis - 1 mur d'échauffement

Conditions de jeu : différentes formules (libre, réservation téléphonique, location à l'année).

- Horaires d'ouverture du secrétariat
- Lundi de 10h à 16h30
- Mardi, jeudi, vendredi de 12h à 18h30
- Mercredi de 10h à 12h et de 14h à 18h
- Samedi de 9h à 12h

Entraînements

Complexe sportif Hunebelle et gymnases

Inscriptions

Renseignements et formulaires de demande d'inscription à retirer au secrétariat du Club avant le 5 septembre 2011.

Cotisations

De base :

- Adultes : de 148 € à 196 €,
- Jeunes : de 77 € à 118 €.

Courts couverts (facultative) :

- Adultes : de 139 € à 185 €,
- Jeunes : de 81 € à 115 €.

Cours collectifs (réservés aux membres du club) :

- Adultes : de 227 € à 303 €
- Jeunes : de 170 € à 218 €

École de mini-tennis (de 2004 à 2007) : 170 €

Nombreuses conditions particulières - Abattement familial : consulter le secrétariat du club.

Possibilité de stages pendant les vacances et de cours particuliers toute l'année.

Abonnements vacances (juillet-août) :

- Adultes 1 mois : 56 € - 2 mois : 91 €
- Jeunes 1 mois : 40 € - 2 mois : 56 €

Nombreuses animations en cours d'année :

- Tournois Open (été, automne, hiver).
- Tournoi intérieur
- Tournoi inter-régional poussins...

Rencontres interclubs, intervilles, cross.

Tennis de table

◆ CSM Clamart Tennis de table

Président : Bruno PRAIRA

Renseignements et inscriptions :

Au gymnase Condorcet à partir du lundi 5 septembre, tous les jours de la semaine, de 17h30 jusqu'à 19h.

Tél. : 01 46 44 79 13 aux heures d'inscription

Site : www.ping-clamart.com

E-mail : ttclamart@ping-clamart.com

Entraînements

Gymnase Condorcet

Reprise : lundi 12 septembre

Les groupes d'entraînements seront formés par les entraîneurs en début de saison selon les niveaux et les catégories des inscrits.

Catégories	Entraînements
Jeunes	Lundi de 17h30 à 20h
	Mardi de 17h30 à 19h30
	Mercredi de 13h30 à 19h30
	Jeudi de 17h30 à 20h30
	Vendredi de 17h30 à 20h30
Adultes/Jeunes	Mardi de 19h30 à 21h
Adultes : Loisirs	Lundi de 20h à 22h30
	Mercredi de 20h30 à 22h30
Compétitions	Mardi de 20h à 22h30

Dossier d'inscription

- 1 certificat médical obligatoire récent autorisant la pratique du tennis de table
- 1 photo
- fiche d'inscription (disponible au gymnase ou sur www.ping-clamart.com)

L'inscription ne sera pas prise en compte si le dossier n'est pas complet.

Cotisations Clamartois

- Seniors (+ 18 ans) : 149 €
- Jeunes (- 18 ans) : 129 €

Famille : à partir du 3^e inscrit (même nom, même adresse), 50 % de remise sur l'adhésion la moins chère.

Ces tarifs sont donnés à titre indicatif et sont susceptibles d'être modifiés. Établir un chèque à l'ordre de : CSMC Tennis de Table

Volley-ball

◆ CSM Clamart Volley-ball

Président : Alain DESCHAMPS

Tél. secrétariat : 01 46 48 01 18

E-mail : volley-ball.clamart@wanadoo.fr

Site : www.clamartvolley.com

Entraînements

Reprise le 5 septembre 2011 au gymnase André Deschamps (complexe Hunebelle), au gymnase du Jardin Parisien et au gymnase du Fort (les horaires d'entraînement seront communiqués à l'inscription)

- École de volley pour les 6-10 ans : le samedi de 14h à 15h30 et le mercredi de 18h à 19h30 à Hunebelle.
- Baby volley 3-6 ans :
le samedi de 11h à 11h45 ou 11h45 à 12h30

Inscriptions

Le samedi 10 septembre au Forum des associations

Les samedis 3 et 17 septembre 2011

de 10h à 12h et de 15h à 18h

Les lundis, mercredis et vendredis de septembre de 16h à 18h

Maison des Sports, bureau du volley-ball au 1^{er} étage

Dossier d'inscription

- 1 certificat médical de moins de 3 mois autorisant la pratique du volley-ball
- 2 photos
- une photocopie de la carte d'identité ou du livret de famille
- la cotisation par chèque à l'ordre du CSM Clamart - volley-ball (possibilité de payer en 2 ou 3 chèques)
- Pour ceux qui font de la compétition et qui n'ont pas encore d'équipement : un chèque de 20 € pour le maillot et un de 10 € pour le short.

Cotisations :

(Sous réserve de l'approbation de l'Assemblée générale du club)

Année de Naissance	Catégorie	Clamartois	Non-Clamartois
1990 et avant	Seniors	181	191
1991/1992	Espoirs	161	171
1993/1994	Juniors	161	171
1995/1996	Cadets	161	171
1997/1998	Minimes	151	161
1999/2000	Benjamins	151	161
2001/2002	Poussins	128	138
2003/2004	Pupilles	128	138
2005/2006/2007	Baby	145	155
	Loisirs	151	161

60 € de réduction pour les familles bénéficiant de l'ARS (Allocation de rentrée scolaire). Pass 92 accepté

Vo Thuat

◀ Vo Thuat

Directeur : Jean-François LENOGUE

A.S Vo-Thuat - 52, rue des Chaillots

Tél. : 06 79 65 36 50

E-mail : jflenogue@orange.fr - Site : www.vo-thuat.com

Art martial traditionnel vietnamien. Vo : art martial et Thuat : technique. Art de détente et de maîtrise, il englobe tous types de techniques : poings, pieds, lutte et maniement d'armes. Il se pratique dès l'âge de 7 ans et convient aussi bien aux hommes qu'aux femmes qui recherchent une pratique d'entretien et de self-défense.

Entraînements

Gymnase du Fort, mardi de 20h30 à 22h (adultes), mercredi de 17h30 à 19h (enfants), vendredi de 20h à 22h (adultes)

Cotisations à l'année

Adultes : 200 €

Enfants : 180 €

Yoga

◆ CSMC Yoga

Président : Nathalie TORTEVOIS

Maison des Sports

Tél. : 01 41 09 78 90

E-mail : csmcyoga@9business.fr

Site : www.clamart-yoga.fr

Lieux des cours

- CSC Jean Mermoz :
28, rue Gabriel Péri
- Dojo du centre (sous la piscine) :
4, rue de Meudon
- CSC de la Fourche :
216, av. Jean Jaurès
- Centre André Charré :
10, route de la Garenne
- Groupe scolaire Jean Monnet :
11, mail des Hauts Jardins.

Maison de quartier du Jardin Parisien - 20, rue du Parc

Maison des Sports salle bleue - place Jules Hunebelle

Reprise des cours : lundi 12 septembre

Inscriptions

Au Forum des associations

le samedi 10 septembre au Stade Hunebelle

Maison des Sports - CSMC yoga (1^{er} étage) :

Mercredis 21 et 28 septembre de 14h à 18h

Samedi 24 et 1^{er} octobre de 14h à 18h

À partir du 2 octobre, dossier d'inscription, envoi par courrier, ou déposé à la Maison des Sports.

Dossier d'inscription

- 1 certificat médical de moins de 3 mois autorisant la pratique du yoga
- 3 enveloppes timbrées au tarif en vigueur, libellées à votre adresse
- Pour les anciens adhérents : ramener la carte club
- Pour les nouveaux adhérents : 2 photos d'identité
- 1 fiche d'inscription remplie et signée
- 1 ou 3 chèques (selon mode de règlement), libellé(s) à l'ordre du CSMC YOGA

Aucune inscription ne sera prise en compte sans un dossier complet.



Cotisation	1 cours	2 cours	cours supplémentaires
Adulte			
Clamartois	204 € (3 x 68 €)	312 € (3 x 104 €)	117 € (3 x 39 €)
Non-Clamartois	222 € (3 x 74 €)	342 € (3 x 114 €)	126 € (3 x 42 €)
< 18 ans			
Clamartois	168 € (3 x 56 €)	279 € (3 x 93 €)	114 € (3 x 38 €)
Non-Clamartois	186 € (3 x 62 €)	306 € (3 x 102 €)	126 € (3 x 42 €)
Enfants 6-10 ans	147 € (3 x 49 €)		

Il est appliqué le tarif « *Clamartois* » aux habitants des communes de « *Sud de Seine* » (Malakoff, Fontenay-aux-Roses, Bagneux)

Essayez les cours gratuitement du 12 au 30 septembre.

Professeurs : Freddy Benammar, Maria Boquet, Chantal Galas, Danielle Simon, Sylvie Thomas, Brigitte Toullier, Marie Daouphars, Françoise Muller.

Exceptionnellement, du 12 septembre au 2 octobre 2011, par suite de travaux au Centre de la Fourche, les cours qui y sont programmés, sont transférés à la Maison des Sports.

Planning des cours

		Lieux	Professeurs
COURS LE MATIN			
Lundi	9h30 -10h45	André Charré	Sylvie
	11h -12h15	Piscine	Sylvie
Mardi	9h25-10h40	Mermoz	Sylvie
	9h30-10h45	Fourche	Maria
	10h45-12h	Mermoz	Sylvie/Do In
Mercredi	9h30-10h45	Maison des Sports	Freddy

Jeudi	9h25-10h40 10h45-12h	Fourche	Sylvie
	9h30-10h45 10h45-12h	Charré	Chantal
Vendredi	9h30-10h45	Fourche	Sylvie
	10h45-12h	Fourche	Sylvie/Do In
Samedi	10h30-11h45	Piscine/dojo	Danièle
COURS L'APRÈS-MIDI			
Mardi	14h25-15h40	Fourche	Brigitte
Mercredi	14h45-15h45 (cours enfants 6-10 ans)	Jardin Parisien	Marie
Vendredi	14h30-15h45	Jardin Parisien	Marie
COURS EN SOIRÉE			
Lundi	17h15-18h30 18h30-19h45	Fourche	Freddy
	18h30-19h45	Monnet	Chantal
	19h45-21h	Monnet	Maria
Mercredi	17h-18h15 18h20-19h35	Monnet	Chantal
	19h45-21h	Monnet	Danièle
Jeudi	19h-20h15	Charré	Maria
	18h30-19h45 19h45-21h	Fourche	Freddy
	18h45-20h	Monnet	Danièle
	20h-21h15	Monnet	Françoise
Vendredi	17h-18h15 18h20-19h35	Fourche	Maria

Document réalisé par la Direction de la Communication
de la ville de CLAMART

Création maquette : Vania Brocard

Mise en pages : Scoop Communication

Impression : Le Réveil de la Marne



Service des sports

Maison des Sports

Place Jules Hunebelle • 92140 Clamart

Tél. : 01 41 09 78 90

www.clamart.fr



**mairie de
Clamart**