



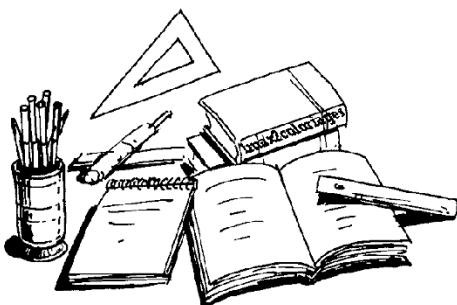
LA MAISON DES ASSOCIATIONS
DE SAINT-CLAUDE

1, avenue de Belfort - 39200 SAINT-CLAUDE
Tél. 03 84 45 21 14 - Fax 03 84 45 26 89

ACTIVITÉS SPORTIVES ET CULTURELLES

2013-2014

G U I D E



Crée et imprimé par la Maison des Associations de Saint- Claude
1, avenue de Belfort 39200 SAINT-CLAUDE
Tél. 03.84.45.21.14
e-mail : maison-des-associations2@wanadoo.fr

Ce petit guide des activités a été élaboré afin de répondre plus précisément aux besoins d'informations que souhaite trouver le public. Les indications qui nous ont été données sont valables pour la saison 2013-2014.

Des changements peuvent intervenir durant la saison, c'est pourquoi nous vous précisons à chaque fois le nom de la personne responsable ou du président à contacter.

Afin de faciliter l'accès à certaines pratiques, certaines associations peuvent proposer des réductions grâce à des dispositifs du Ministère de la Jeunesse et des Sports notamment avec le coupon-sport et de la Caisse d'Allocation Familiale avec les chèques loisirs.

Ces pictogrammes vous annonceront qui peut les proposer :

✉ C.L. Chèque loisirs

🎟 C.S. Coupon-Sport

ARTS PLASTIQUES DU HAUT-JURA

Enfants à partir de 11 ans
(Accompagnés et sous la responsabilité d'un parent)

Mercredi: 15 h – 19 h

Samedi: 15 h – 19 h

23 rue Carnot Saint-Claude

Contact: Josiane LANCON ☎ 03.84.42.47.62

COURS D'ITALIEN

Association Franco Italienne ESPERIA

⇒ Ateliers de Langue Italienne et conversation:

Mardi : 16 h 30 – 17 h 30 (Confirmés)

17 h 30 – 18 h 30 (Intermédiaires)

18 h 30 – 19 h 30 (Débutants)

Mme CANDELA ☎ 03.84.45.29.55 HR

PALETTE ET CRAYONS POUR TOUS

Pour adultes :

Mercredi : 18 h 30 – 20 h 30

Salle de l'Ecureuil

Contact : Christine BADOT : ☎ 03.84.45.56.98

ATELIERS DES PATTOFILS

Art Textile - PATCHWORK

Cours le Mardi et Samedi de 9 h 30 à 16 h 30

Mairie de Lamoura

Contact : Françoise REYMONDET : ☎ 03.84.45.17.63

MICRODATA

Lundi : 18 h 30 – 20 h

23 rue Carnot 39200 SAINT-CLAUDE

Contact :

Laurent MAISONHAUTE : ☎ 03.84.45.09.06

ECHECS

CAVALIER BAYARD

A partir de 7 ans

Jeunes : **Vendredi** : 20 h – 21 h (période scolaire)

Adultes : **Vendredi** à 21 h

Foyer ROSSET – 15 rue Rosset – Saint-Claude
(Au dessus de la Bibliothèque)

Contact : sur place aux heures de permanence
www.lecavalierbayard-saintclaud.fr

TAROT

TAROT- CLUB

Tous les **Vendredis** : 20 h 30

Salle Bavoux-Lançon – Rue Rosset

Contact: Mr Jean-Pierre ENTREMONT ☎ 03.84.45.54.10

BRIDGE

Eole du Bridge en soirée en accord avec le professeur
Jeudi: 19 h 30 (Tournois du Club)

Foyer-club Rosset – 15 Rue Rosset

Contact : Mme CRAEN : ☎ 06.83.14.39.21 / cathy.craen@orange.fr

ACCUEIL ENFANTS

LUDOTHEQUES :

Mercredi de 10 h 30 à 12 h et de 13 h à 18 h

Vendredi de 13 h 30 à 19 h

Accueil des enfants au Truchet :

☎ 03.84.45.01.78

Accueil des enfants aux Avignonnets :

☎ 03.84.41.01.48

PALAIS DES SPORTS :

Rue Reybert

39200 SAINT-CLAUDE

☎ 03.84.45.17.45

STADE DE SERGER

1 Stade de Serger

39200 SAINT-CLAUDE

☎ 03.84.45.07.32

MEDIATHEQUE COMMUNAUTAIRE

HAUT JURA SAINT-CLAUDE

1 bis rue Gambetta

39200 SAINT-CLAUDE

☎ 03.84.45.05.69

CONSERVATOIRE MUNICIPAL

DE MUSIQUE

5 bvd de la République

39200 SAINT-CLAUDE

☎ 03.84.45.10.01

CENTRES SOCIAUX

MUNICIPAUX

DE SAINT-CLAUDE

Arc-En-Ciel Chabot :

☎ 03.84.38.10.56

Soleil Levant aux Avignonnets :

☎ 03.84.45.22.97

CENTRES DE LOISIRS

MUNICIPAUX

DE SAINT-CLAUDE

☎ 03.84.45.39.03

AÏKIDO

Pour adultes et enfants de plus de 16 ans

Lundi : 20 h – 22 h

11 rue Lacuzon – Saint-Claude

Jeudi : 20 h – 22 h

Samedi : 10 h – 12 h

Dojo Palais des Sports – Saint-Claude

Contact : Mr BACHELIER ☎ 03.84.41.18.32

www.aikido-club-san-claudien.com

ATHLÉTISME

A partir de 10 ans

Reprise Mardi 3 pour les 12 ans et plus , Mercredi 10 pour les 10-11 ans

Lundi, mardi, mercredi et jeudi : 18 h – 20 h

Mercredi : 14 h – 15 h 30 (*Poussins enfants nés 2003-04*)

Dimanche : 10 h – 11 h 30 *SECTION LOISIRS ADULTES*

Stade de Serger (Gymnase Val de Bienne L'hiver)

Contact: L. NICOLLIN: ☎ 03.84.45.02.35

J.F. MINY: ☎ 03.84.42.28.54

BADMINTON

Jeunes (8 -17 ans) : *dès Lundi 9 Septembre*

Mercredi : 18 h – 20 h (Entraînements)

Samedi : 9 h 30 – 12 h (Entraînements et jeux libres)

Gymnase Val de Bienne

Adultes :

Lundi : 20 h – 22 h (Initiation et loisirs)

Ancien gymnase – Lycée du Pré Saint Sauveur

Mercredi : 20 h – 22 h (Compétitions, entraînements, jeux libres)

Gymnase Val de Bienne

Samedi : 9 h 30 – 12 h (Jeux libres et entraînements)

Gymnase Val de Bienne

Contact: Mr FERREUX ☎ 06.72.70.36.46

BASKET-BALL

HAUT-JURA BASKET SAINT-CLAUDE :

Dès 5 ans

Inscriptions : - Mercredi 11 et Jeudi 12 Septembre de 17 h à 19 h

- Et vendredi 13 Septembre de 17 h à 21 h

Hall du palais

Contact: ☎ 07.87.87.37.00 ou 06 84 80 64 04

✉ C.L. Chèque loisirs / 🎟 C.S. Coupon-Sport

BOULES LYONNAISES

Amicale Boule des Moulins

A partir de 10 ans

Renseignements pour les entraînements en fonction des niveaux de jeux au siège du club au 23 rue de la Glacière à Saint-Claude

Contact: ☎ 03.84.45.42.85 (après 16 heures)

BUJUTSU

SAKKI DOJO (Ninjutsu)

Lundi : 7-15 ans : 17 h 30 – 19 h

Adultes : 18 h – 20 h 30

Salle polyvalente du Palais des Sports

Mercredi: Adultes : 18 h – 20 h

Salle de Judo – Palais des Sports

Contact: Antonio PERESTRELO: ☎ 06.30.99.04.42

DANSE – MODERNE JAZZ

DANSE ENFANTS

NEW DANCE

Inscriptions le 14 Septembre Salle de l'Écureuil

Début des cours le 20 Septembre

A partir de 6 ans

Vendredi : De 17 h à 19 h (6 – 9 ans)

Samedi : De 10 h à 12 h (9 – 13 ans)

Samedi : De 14 h à 16 h (14 ans et plus)

Palais des Sports

Mme VUILLERMOZ Rachel ☎ 03.84.45.50.61

DANSE ENFANTS

SPORT TONIC

Danses en ligne, chorégraphies modernes, rock
Portes Ouvertes le Mercredi 11 et 18 Septembre

A partir de 7 ans

Mercredi : 17 h 30 – 18 h 30 (7-11 ans)

18 h 30 – 19 h 30 (12 – 17 ans)

1^{er} Etage – Palais des Sports

Contact : Mme LACHAUD : ☎ 06.31.35.71.63 ou Mr CAVALLI 06.78.13.87.63

DANSE ADULTES

SPORT TONIC

COURS DE DANSE :

Jeudi : 19 h 30-20 h 30

20 h 30-21 h 30

21 h 30-22 h 30

Grand Gymnase du Pré Saint Sauveur (Ancien Gymnase)
ou Salle des Fêtes de Saint-Claude

Deux séances découvertes Jeudi 12 et 19 Septembre à 19 h 30

Salle des Fêtes de Saint-Claude

Contact : Mr CAVALLI 06.78.13.87.63

☎ C.S Coupon-Sport

DANSE COUNTRY ADULTES

Reprise le lundi 16 Septembre 2013

Dès 16 ans

- 18 h à 19 h (pour ceux qui n'ont jamais fait de danse country)

- 19 h 15 à 20 h 15 (2^{ème} année de danse et plus)

- 20 h 30 à 21 h 30 (3^{ème} année et plus de pratique)

Salle du MIROIR

Cours dispensés par animatrice diplômée

Renseignements : 06 44 07 93 57

ESCALADE

A partir de 4 ans

- Enfants :

"Baby-grimpe" (4-6 ans) : Lundi de 17 h à 17 h 45

7-11 ans : Lundi de 17 h 45 h à 19 h 15 (Débutants ou confirmés)

- Adolescents (12-17 ans):

Mardi de 17 h 45 à 19 h 45 (Débutants ou confirmés)

- Adultes :

Lundi, Mercredi et vendredi : 19 h – 22 h (Adultes licenciés)

Pour les débutants préférez le mercredi soir

Mur d'escalade Palais des Sports

- Horaires sous la responsabilité de soi-même et licenciés CAF :

Les Lundis, Mercredis et vendredis soir à partir de 19 h à 22 h

Contact: Gaël FERRAZZI – Au local : 8 Bvd de la République

☎ 03.84.45.58.62 (le Vendredi de 18 h 30 à 20 h 30)

ESCRIME

A partir de 6 ans

- Jeunes de 6 à 14 ans: Vendredi : 18 h – 19 h

- Adultes et jeunes de plus de 14 ans :

Vendredi : 19 h – 20 h 30

Palais des Sports – Saint-Claude

Contact : Mr LEFEL ☎ 03.84.45.13.41

LES ETERLOUS : GYM ENFANT

INSCRIPTIONS :

Pour les anciens : Lundi 2 et Mardi 3 de 17 h 30 à 19 h 30Pour les nouveaux : Mercredi 4 de 17 h 30 à 19 h 30
et Jeudi 5 de 17 h 30 à 19 h 30*Lundi 16 Septembre pour les enfants et le 23 Septembre pour le trampoline** BABY-GYM

* Enfants nés en 2009/2010 (mixte) :

Mercredi : 9 h 20 – 10 h 10

10 h 15 – 11 h 05

Samedi : 9 h 30 – 10 h 20

* Grands babies Enfants nés en 2007/2008

Mercredi : 15 h 30 – 16 h 30

* Grands babies enfants nés en 2008 (Déjà pratiquants)

Mercredi : 11 h 15 – 12 h 15

Salle de Judo et salle spécialisée du Palais des Sports

* EVEIL GYMNIQUE

* Eveil gymnique enfants nés en 2005/2006

Lundi: 17 h – 18 h

* Eveil gymnique enfants nés en 2006/2007

Mercredi : 16 h 30 – 17 h 30

Salle de Judo et salle spécialisée du Palais des Sports

* TRAMPOLINE

* Trampoline découverte enfants nés 2002/03/04 :

Mardi, vendredi : 17 h – 18 h 15

* Trampoline passion (Compét.):

Mardi (interrégional), Vendredi (fédéral) : 18 h 15 – 19 h 30

* Trampoline détente / Collège (2001/2000/99):

Mardi: 19 h 30 – 20 h 30

* Trampoline détente / Lycée (à partir de 1996/97/98):

Vendredi: 19 h 30 – 20 h 30

Grande salle Basket du Palais des Sports

* ZUMBA KIDS (A partir de 11 ans) : NOUVEAU

Mardi : 17 h – 18 h

Jeudi : 17 h 15 – 18 h 15

Salle 1^{er} Étage – Palais des Sports

* GYM AUX AGRES

* Enfants filles nées 2001/02/02/03/04 (Filles) :

Jeudi : 17 h – 18 h 15

Salle de Judo et salle spécialisée du Palais des Sports

* SECTEUR COMPETITION

COMPETITION :

Lundi : 17 h 15 – 19h 30 et Vendredi : 17 h – 19 h 30

Samedi 10 h 30 – 12 h 15 (A partir de 2004) :

Poussines 2005/06 :

Mardi : 17 h – 18 h 45

Poussines 2005/06 :

Mercredi : 13 h 30 – 15 h 30

ACROSPORT :

Jeudi : 17 h – 18 h 30

Salle de Judo et salle spécialisée du Palais des Sports

Contact : Karine PANIER ☎ 06.71.22.82.78

GYM ADULTES:

LES ETERLOUS

INSCRIPTIONS :

Pour les anciens : Lundi 2 et Mardi 3 de 17 h 30 à 19 h 30

Pour les nouveaux : Mercredi 4 de 17 h 30 à 19 h 30
et Jeudi 5 de 17 h 30 à 19 h 30

Début des Cours Lundi 9 Septembre pour les adultes

* CUISSE-ADROS-FESSIERS :

Lundi : 17 h 45 – 18 h 45 (Salle 1^{er} étage)

Mardi : 12 h 15 – 13 h (salle polyvalente)

Jeudi : 12 h 15 – 13 h 15 (salle polyvalente)

* STEP:

Lundi: 19 h – 19 h 55 (Salle 1^{er} étage)

* COURS ZUMBA + RENF. MUSCULAIRE :

Mardi : 19 h – 20 h (Salle 1^{er} étage)

* ZUMBA :

Mardi : 18 h – 19 h (Salle 1^{er} étage)

Jeudi : 18 h 30 – 19 h 30 (Salle 1^{er} étage)

Contact : Karine PANIER ☎ 06.71.22.82.78

GYM ADULTES:

SPORT TONIC

Lundi : 20 h 30 – 21 h 30 (Sport encadré)

Lundi : 20 h 30 – 22 h (Sport libre – Ping pong)

Jeudi : 20 h 30 – 22 h (Ping Pong – Musculation)

Palais des Sports – Saint-Claude

Contact Mr CAVALLI 06.78.13.87.63

☎ C.S Coupon-Sport

GYM ADULTES :

TOUJOURS EN FORME

Inscriptions Mercredi 4 Septembre de 10 h à 18 h

Début des Cours Lundi 9 Septembre

- Lundi :** 9 h 30 – 10 h 30: Full' Dance – Fitness
14 h – 15 h: Fitness
20 h – 21 h: Gym d'entretien (Salle 1^{er} étage – prévoir tapis)
- Mardi :** 9 h – 10 h : Gym d'entretien
- Mercredi :** 12 h 15 – 13 h 15 : Gym d'entretien
- Jeudi :** 9 h – 10 h : Fitness
18 h – 19 h : Full' Dance – Fitness
20 h – 21 : Zumba
- Vendredi :** 9 h – 10 h : Gym d'entretien

Salle Polyvalente – Palais des Sports

Marie Thérèse COLLIEX ☎ 03.84.45.20.97

GYM d'ENTRETIEN ADULTES

PROLE GYM

Mercredi : 19 h 30 – 20 h 30

Palais des Sports – Saint-Claude

Contact : Françoise NARDONI-HUTH : ☎ 03.84.42.24.22

GYM d'ENTRETIEN SENIORS

TOUJOURS EN FORME

*Inscriptions Mercredi 4 Septembre de 10 h à 18 h
Début des Cours Lundi 9 Septembre*

Lundi : 15 h – 16 h (Avec support)

Mardi : 10 h – 11 h
14 h 30 – 15 h 30
15 h 30 – 16 h 30

Vendredi : 14 h 30 – 15 h 30
15 h 30 – 16 h 30

Salle Polyvalente – Palais des Sports

Marie Thérèse COLLIEX ☎ 03.84.45.20.97

CLUB CŒUR ET SANTE DE St-CLAUDE – Ht-JURA

Activités physiques pour les cardiaques (phase III)

Vendredi : 10 h – 11 h

Palais des Sports- salle polyvalente

Lundi : 18 h 30 – 19 h 30

Salle Bavoux-Lançon – 24 rue Rosset

Contact : Siège social : au 1 place Louis XI, 1^{er} étage – St-Claude
☎ 03.84.42.83.03

FOOTBALL

Reprise de la saison le 1^{er} septembre

Entraînements à partir du 17 Août

Dès 8 ans :

8-11 ans : Le mercredi : 13 h 30 – 16 h

Champs de Bienne

Adultes : les Mardis et Vendredis de 18 h 30 à 20 h 30

(Sauf hiver le dimanche après-midi Gymnase Val de Bienne)

Champs de Bienne

Contact: ☎ 09.60.53.41.87 ou 06.03.43.14.06 (laisser message en cas d'absence)

HANDBALL

Dès 6 ans

Contact: F. CHARREYRE: ☎ 03.84.45.14.34

Mail : 1239005@handball-france.eu

📍 C.S Coupon-Sport

JUDO

Reprise des cours Mardi 10 Septembre

Inscriptions : Mardi 3 Septembre de 17 h à 20 h, Mercredi 4 de 10 h à 12 h et Vendredi 6 de 17 h à 20h

Mardi :

Baby-Judo (2008-09) : 17 h – 17 h 45

groupe 1 (2006 (débutant) et 2007) : 17 h 45 – 18 h 45

groupe 4 (2003 (jaune-orange)et 2001-02) : 18 h 45 – 20 h 15

groupe 5 (2000 et ado/adulte) : 20 h 15 -21 h 30

Mercredi :

groupe 2 (2005 (débutant) et 2006 (BJ)) : 9 h – 10 h 15

groupe 3 (2005 (blanche-jaune)et 2004) :10 h 15 – 11 h 30
et (2003 (débutant + loisir))

Vendredi :

groupe 1 (2006 (débutant) et 2007): 17 h – 17 h 45

groupe 2 (2005 (débutant) et 2006 (BJ)) : 17 h 45 – 18 h 45

groupe 3 (2005 (blanche-jaune)et 2004) : 18 h 45 – 19 h 45
et (2003 (débutant + loisir))

groupe 4 (2003 (jaune-orange)et 2001-02) : 19 h 45 – 20 h 45

groupe 5 (2000 et ado/adulte): 20 h 45 – 22 h

Salle de Judo du Palais des Sports

Contact : ☎ Sandrine Piet : 06.81.67.88.36/ ☎ Maria ROULIN : 06.85.65.28.42
<http://club.sportsregions.fr/judoclubsainclaude/> 📍 C.S Coupon-Sport

KARATÉ SHOTOKAN

Dès 6 ans – 10 ans : *Dès le 9 Septembre*

Mardi : 17 h 30 – 19 h

Salle Polyvalente – Palais des Sports

10 – 12 ans :

Lundi : 18 h – 19h 30

Salle de Judo – Palais des Sports

Adultes (débutant) : Lundi : 19 h 30 – 22 h

Salle de Judo – Palais des Sports

TAI-JITSU (self défense) :

Lundi : 21 h 30 – 22 h (après le cours de Karaté)

Salle de Judo – Palais des Sports

Adultes (confirmé) : Mercredi: 20 h – 22 h

Salle de Judo – Palais des Sports

Contact : Sur place aux heures d'entraînements

☎ 03.84.45.12.03 (Mr Rivero après 20 h) ou ☎ 03.84.45.28.00 (Mr Gabet)

🏠 C.S Coupon-Sport et ✉ C.L. Chèque loisirs

TAI CHI SHAOLIN

Mercredi : 20 h – 22 h (tous niveaux)

Salle 1^{er} étage – Palais des Sports

Contact : Laurence MIGVELEZ ☎ 03 84 45 19 24 / 06 76 94 10 94

Mail : taichiclubstclau@free.fr

TENNIS

Tennis Sanclaudien

* Dès 5 ans

Salle de Rochefort St-Claude

Cours répartis sur l'année scolaire, à raison d'une heure par semaine avec un éducateur. Prêt de matériel possible pour débiter.

Inscriptions les mercredis 4 et 11 septembre de 13 h 30 à 18 h

Horaires des cours définis lors des inscriptions

* Cours d'Initiation au Tennis pour Adultes (CITA)

Formule Découverte du Tennis : Cette formule s'adresse aux personnes qui n'ont jamais pratiqué le tennis

12 h de cours réparties sur 6 ou 8 séances

Groupes de 6 à 8 joueurs et joueuses (Tarif : 40 € licence comprise)

Contact: Mr HENRY: ☎ 06.82.13.90.41

TIR A L'ARC

A partir de 8 ans

Reprise le Lundi 30 Septembre 2013

Enfants : Lundi et vendredi : 18 h - 20 h

Adultes confirmés : Vendredi : 20 h - 22 h

Gymnase Lycée du Pré Saint Sauveur

Contact : Pierre FONTAINE : ☎ 03.84.42.27.90

RUGBY

Garçons et Filles

ÉCOLE DE RUGBY

Début des entraînements :

Mercredi 4 Septembre et Samedi 7 septembre

2007-2008	samedi : 10 h – 12 h	
2005 – 2006	samedi : 10 h – 12 h	Stade de Serger
2003-2004	mercredi: 17 h 30 – 19 h 30 et samedi : 10 h – 12 h (sauf jour de tournoi)	Stade de Serger
2001-2002	Mercredi : 17 h 30– 19 h30 et Vendredi : 17 h 30 – 19 h 30	Champs de Bienne Stade de Serger
1999-2000	Mercredi : 17 h 30– 19 h30 et Vendredi : 17 h 30 – 19 h 30	Stade de Serger Champs de Bienne

Contact pour l'école de rugby

Steven Secretant: ☎ 06.74.16.40.32

CADETS ET JUNIORS:

:	} et	Mardi : 18 h 30 – 20 h (- 17ans – 19ans)	
1997-1998 :		Vendredi 18 h 30 – 20 h (- 19 ans)	
1995-1996 :		Samedi : 10 h – 12 h (- 17 ans)	Stade de Serger

Seniors : Mardi, Jeudi et vendredi : 19 h – 20 h 30

Champs de Bienne (De Septembre à Octobre)

Stade de Serger (Novembre)

Contact: Eric PROST: ☎ 06.81.53.93.91

Ski

Ski Club Sanclaudien

A partir de 6 ans (en décembre)

Débutants, entraînements le **dimanche** de 10 h à 12 h

Pour les compétiteurs, entraînements **mercredi** et **samedi**
de 14 h à 16 h (dès le mois de décembre)

Contact: Claude JAILLET: ☎ 03.84.45.53.96

VOLLEY-BALL

A partir de 16 ans

Mardi : 20 h 30 – 22 h 30

Palais des Sports – Saint-Claude

Contact: Stéphanie EGRAZ: ☎ 06.81.34.13.00