

# GUIDE SPORTIF

2023 | 2024



# SOMMAIRE

Edito.....	3
------------	---

Inscriptions en ligne et Pass piscine.....	4
--	---

<b>SPORTS À L'ANNÉE</b> .....	<b>5</b>
-------------------------------	----------

Renseignements et inscriptions.....	6/7
-------------------------------------	-----

Tarifs.....	8
-------------	---

Niveaux requis.....	9
---------------------	---

Moins de 6 ans.....	10
---------------------	----

6/15 ans.....	11/12
---------------	-------

16 ans et plus.....	13/16
---------------------	-------

Maison sport santé.....	17
-------------------------	----

Activités prénatales/jeunes mamans.....	18
---	----

<b>SPORTS À LA CARTE</b> <b>ADULTE/ADOS ET/OU FAMILLE</b> .....	<b>19</b>
---	-----------

Sports à la carte.....	20
------------------------	----

Équitation à la base de Ternant.....	32
--------------------------------------	----

<b>VACANCES POUR TOUS</b> .....	<b>33/34</b>
---------------------------------	--------------

<b>INFRASTRUCTURES ET CLUBS</b> .....	<b>35</b>
---------------------------------------	-----------

Infrastructures.....	36/37
----------------------	-------

Centre nautique municipal et tarifs.....	38/39
--	-------

Clubs sportifs à Chenôve.....	40
-------------------------------	----

Plan des infrastructures sportives.....	41
---	----

# **Chenôve, une ville sportive et au service du sport pour tous !**

Chenôve est une ville de sport pour toutes les passions, toutes les ressources, tous les âges, selon les capacités de chacun.e, pour le sport au féminin mais également en faveur de la mixité. Du sport pour tous les niveaux aussi, que ce soient nos champions qui brillent sur les podiums régionaux, nationaux et internationaux ou nos sportifs en loisirs qui s'épanouissent seuls, entre amis ou en famille. Chenôve est une ville de Sport inclusif, reconnue « Sport Santé », labélisée « Terre de jeux 2024 », mais aussi « Ville active et Sportive » avec l'obtention de 3 lauriers depuis 2018.

Notre municipalité garde le cap d'une politique sportive ambitieuse et dynamique mise en place depuis plus de 40 ans, au travers d'un partenariat historique avec l'Office Municipal des Sports présidé par Patrick MONOT. L'OMS fédère 18 clubs et leurs 3 100 licenciés, auxquels s'ajoutent plus de 1 200 sportifs en loisirs à Chenôve. Grâce à un tissu dense de plusieurs centaines de bénévoles actifs, des femmes et hommes très investis dans la vie de leurs associations, impliqués dans le bon fonctionnement de l'OMS et très attachés à leur ville, grâce également au dévouement des agents municipaux du service des Sports, nous pouvons relever avec vous cette politique volontariste.

En dépit d'un contexte difficile, cette année encore la municipalité fait le choix d'investir pour ses sportives et ses sportifs : plus de 360 000 euros de subventions aux associations sportives votées pour 2023 mais également 2 800 000 euros de dépenses d'investissement pour nos infrastructures, ainsi qu'une mise à disposition des équipements, salles et terrains à titre gracieux pour les associations sportives de la ville de Chenôve. Nous soutenons le sport, la pratique sportive et toutes celles et tous ceux qui aiment le sport.

Parce que les valeurs du sport sont aussi nos valeurs, tous ensemble, continuons de faire de Chenôve une belle ville active et sportive !

**Brigitte POPARD**

Première adjointe au Maire  
en charge des sports

**Thierry FALCONNET**

Maire de Chenôve  
Vice-Président de Dijon Métropole

# Inscription

Nous vous invitons à créer votre compte sur l'espace citoyens. Ce compte vous permettra de vous inscrire ainsi que les membres de votre famille aux activités proposées par la Ville : sports à l'année, vacances pour tous, sports à la carte.

## CRÉATION OU MISE À JOUR DE VOTRE ESPACE CITOYENS

Les inscriptions s'effectuent en deux temps :

- l'inscription administrative avec la création de votre espace citoyens ou la mise à jour avec le dépôt de vos pièces justificatives ( cf liste ci-dessous)

Cette étape peut s'effectuer avant l'ouverture des inscriptions afin de gagner du temps.

Pour cela, suivez le parcours suivant sur votre espace citoyens :

- cliquez sur "Créer une inscription"
- choisissez la rubrique "sports à l'année " par exemple
- cliquez sur commencer
- ajoutez ou actualisez vos pièces jointes

## PRATIQUE

Lors de votre inscription, pensez à renseigner un numéro de portable et une adresse mail.

Quelques jours avant l'ouverture des inscriptions, vous recevrez la date d'ouverture des inscriptions.

Pour vous aider dans la création de votre compte :

- > vous pouvez nous faire parvenir un mail pour fixer un rendez-vous téléphonique ou en mairie : [espace.citoyens@chenove.fr](mailto:espace.citoyens@chenove.fr)
- > ou appeler l'assistance téléphonique au 03 80 51 55 32

Avant de procéder à votre inscription, munissez-vous des documents suivante :

- pièce d'identité
- justificatif de domicile datant de moins de 3 mois
- certificat médical pour les adultes ou le questionnaire santé dûment rempli pour les enfants.

## Avantages Pass piscine

Annuel et nominatif, le pass piscine garantit aux habitants de Chenôve l'entrée libre et gratuite à la piscine aux horaires d'ouverture au public, des tarifs réduits sur les activités aquatiques (sports à l'année : natation et aquagym) et des tarifs préférentiels pour le sauna.

Pass piscine, disponible à la vente à partir du 1<sup>er</sup> septembre au centre nautique municipal et également à la Maison des sports lors d'une inscription à une activité aquatique.

Le pass piscine 2023/2024 est valable du 1<sup>er</sup> septembre 2023 au 31 août 2024.

### Tarifs :

- Carte Pass piscine Jeunes : 24.75 €
- Carte Pass piscine Adultes : 49.50 €



# SPORTS À L'ANNÉE






# SPORTS À L'ANNÉE

---

La Ville de Chenôve propose de nombreuses activités sportives au sein des différents quartiers de la ville, dans les infrastructures municipales.

Celles-ci s'adressent à un large public, des enfants à partir de 6 mois aux adultes en passant par les adolescents. Ces activités ont pour vocation l'initiation et la découverte d'un sport par une pratique régulière.

- Les activités sont proposées par tranche d'âge, - de 6 ans, de 6 à 15 ans et 16 ans et plus. Une page est dédiée aux activités prénatales et aux femmes enceintes.

- Un code couleur permet de différencier les activités aquatiques , des activités pratiquées en intérieur  ou en extérieur .

Certaines activités en extérieur (escalade, multisports) et en soirée se terminent à des heures différentes en fonction des saisons (pages 10 à 17).

- Certaines pratiques sportives demandent un niveau minimum requis. Le tableau des niveaux est consultable en page 9.

- Les tarifs sont consultables en page 8 et le paiement des activités s'effectuera lors de l'inscription.

*Certaines activités peuvent être amenées à être modifiées, reportées, annulées (conditions météorologiques...). Pensez à donner un numéro de téléphone portable et une adresse mail afin d'être prévenu.*

## INSCRIPTIONS SUR PLACE

**Lundi 19 juin et mardi 20 juin de 10h à 18h en continu**  
**> Salle des fêtes de l'Hôtel de ville | Entrée par la cour de l'Hôtel de ville**

À partir du 21 juin, les inscriptions en présentiel se dérouleront au sein de la Maison des sports., dans la mesure des places disponibles.

**Attention :** n'oubliez pas de créer votre espace citoyens au préalable, étape indispensable pour vous inscrire sur place.

## INSCRIPTIONS EN LIGNE

**> À partir du lundi 19 juin 2023 à 10h**  
**depuis votre compte créé sur l'espace citoyens.**

Pour toutes inscriptions, sur place comme en ligne, la création d'un compte famille sur l'espace citoyens est nécessaire. Vous n'avez pas de compte ? Créez-le avant l'ouverture des inscriptions.

Comme le créer ? Reportez-vous à la page 4 de ce guide.

**Le jour de l'inscription, pensez à vous munir des documents suivants :**

- > pièce d'identité
- > justificatif de domicile datant de moins de 3 mois
- > moyen de paiement : CB, chèque ou espèce
- > certificat médical de moins d'1 an pour les adultes ou le questionnaire santé dûment rempli pour les enfants.

Maison des sports

15 rue de Marsannay - Chenôve

03 80 51 55 50

Lundi à vendredi : 8h30 à 12h - 13h30 à 17h30

# TARIFS

## ACTIVITÉS SPORTIVES MUNICIPALES EN GYMNASE ET PLEIN AIR

	TARIFS	ANNUEL		PÉRIODE	
		Chenevelier	Extérieur	Chenevelier	Extérieur
- de 18 ans	T1	30.80 €	61.60 €	10.35 €	20.70 €
	T2	33.65 €	67.30 €	11.20 €	22.40 €
	T3	36.20 €	72.40 €	12.10 €	24.20 €
+ de 18 ans	T1	38.50 €	77 €	12.95 €	25.90 €
	T2	42.05 €	84.10 €	14.05 €	28.10 €
	T3	45.25 €	90.50 €	15.05 €	30.10 €

Ces tarifs prennent en compte la durée de l'activité :

T1 pour des activités d'1h ou moins - T2 pour des activités de 1h à 1h30

T3 pour des activités excédant 1h30.

## ACTIVITÉS AQUATIQUES

		TA1 Natation et aquagym	
		Chenevelier	Extérieur
Avec le pass piscine	- de 18 ans	30.80 €	Le pass piscine est réservé aux Cheneveliers
	+ de 18 ans	38.50 €	
Sans le pass piscine	- de 18 ans	55.55 €	86.35 €
	+ de 18 ans	88 €	126.50 €

		TA2 Natation pré & post natale	
		Chenevelière	Extérieure
Tarif pour une période de 3 mois		40.70 €	67.45 €

		TA3 Découverte du milieu aquatique Jeux aquatiques (BB nageurs)	
		Chenevelier	Extérieur
Tarif annuel inclus pour deux parents		107.25 €	167.31 €



## MARCHE santé bien-être

## MARCHE santé entretien

### NIVEAU 1

Marche sur terrain plat. Aucun passage technique.

5 KMS

Marche sur terrain vallonné, passages techniques possibles

6 KMS

### NIVEAU 2

Marche sur terrain vallonné, quelques passages accidentés

8 KMS

### NIVEAU 3

Marche tout terrain

9 KMS

### NIVEAU 4

Marche tout terrain

10 KMS

Travail de la posture et de la respiration, équilibre, endurance et renforcement musculaire en utilisant la marche comme support

## ACTIVITÉS EN EXTÉRIEUR MARCHÉ

## ACTIVITÉS AQUATIQUES

## ACTIVITÉ RAQUETTE NEIGE

Avec une aide dans le grand bassin, je peux :

- Sauter
- Nager 25 m sur le ventre et sur le dos
- Faire l'étoile de mer sur le ventre et sur le dos
- Chercher un objet à 180 m de profondeur

Sans aide dans le grand bassin, je peux :

- Nager 25 m sur le ventre et 25 m sur le dos
- Faire l'étoile de mer sur le ventre et sur le dos
- Chercher un objet à 180 m de profondeur

Je nage 100 m sans arrêt  
Je plonge depuis le mur et

je nage sur le dos, le crawl et la brasse

8 KMS

10 KMS

12 KMS

14 KMS

NIVEAUX  
REQUIS

moins de  
**6 ANS**

Mardi

17h15  
▼  
18h15

**BABY JEUX SPORTIFS**

HERRIOT 4/6A T1

Mercr

9h30  
▼

**ÉCOLE D'ESCALADE**

BOUL 4/6A T1

10h30  
▼

**ÉVEIL GYM**

CUREL 4/6A T1

11h45  
▼

16h00 ❄️  
16h45 ❄️  
▼  
17h00 ❄️  
17h45 ❄️

**BABY MULTISPORTS**

FERRY 4/6A T1

Samedi

8h00  
▼

**ÉVEIL AQUATIQUE**

PISCINE 6M/12M TA3

8h45  
▼

**ÉVEIL AQUATIQUE**

PISCINE 12M/36M TA3

9h45  
▼

**JEUX AQUATIQUES**

PISCINE 3/4A TA3

11h  
▼

11h15  
▼

**AISANCE AQUATIQUE**

PISCINE 5A TA3

12h00

Pour les activités  
aquatiques les  
enfants de 5 ans  
et moins doivent  
obligatoirement  
être accompagné  
d'un adulte dans  
l'eau.

**Heure de fin différente en fonction de la saison**

❄️ Horaire d'été : de septembre aux vacances de Toussaint / des vacances de Printemps à la fin des activités

❄️ Horaire d'hiver : des vacances de Toussaint aux vacances de Printemps

Activités sportives :

a aquatiques

i en intérieur

T Tarifs des activités  
en intérieur et plein air

TA Tarifs des activités  
aquatiques

6/15  
ANS

## Mardi

17h	<b>NATATION</b>		17h30	<b>MULTISPORTS COLLECTIFS</b>
▼	Niv 1 6/8 • 9/13	TA1	▼	FERRY 7/10
18h	Niv 2 6/8 • 9/13	TA1	18h30	

## Mercredi

T1

9h30	<div>ÉCOLE VTT</div> <div>Du 6 SEPTEMBRE AU 22 NOVEMBRE 2023</div> <div>Du 27 MARS AU 26 JUIN 2024</div> <div>MDS 6/10 T1 PERIODE</div>			
▼				
10h30	<div>ROLLER</div> <div>T2</div> <div>GAMB 6/10</div>			
▼				
12h				
▼	<div>NATATION</div> <div>TA1</div> <div>Niv 1 6/8 • 9/13</div> <div>TA1</div> <div>Niv 2 6/8 • 9/13</div>			
13h				
▼	<div>NATATION</div> <div>TA1</div> <div>Niv 2 6/8 • 9/13</div> <div>TA1</div> <div>Niv 3 6/8 • 9/13</div>			
14h				
13h30❄️	<div>ESCALADE</div> <div>BOUL 6/12</div> <div>T3</div>	13h30❄️	<div>MULTI-SPORTS</div> <div>MDS 6/9</div> <div>T3</div> <div>MDS 10/14</div> <div>T3</div>	
13h30❄️		13h30❄️		
▼				
15h❄️				
16h30❄️	<div>ATHLÉTISME</div> <div>STADE CHAPITRE</div> <div>8/12</div> <div>T2</div>	15h30❄️	<div>VTT</div> <div>MDS 7/14</div> <div>T3</div>	
16h30❄️		16h30❄️		
▼				
17h15				
▼				
18h				
18h15	<div>BADMINTON</div> <div>HERRIOT</div> <div>8/15</div> <div>T2</div>			

Heure de fin différente en fonction de la saison

✱ Horaires d'été : de septembre aux vacances de Toussaint / des vacances de Printemps à la fin des activités

✱ Horaires d'hiver : des vacances de Toussaint aux vacances de Printemps

BOUL Boulodrome

MDS Maison  
des sports

GAMB Gambetta

# 6/15 ANS

## Jeudi

17h	<b>NATATION</b>	
▼	Niv 1 6/8 • 9/13	TA1
	Niv 2 6/8 • 9/13	TA1
18h	Niv 3 6/8 • 9/13	TA1

## Samedi

9h	<b>NATATION</b>		11h	<b>NATATION</b>	
▼	Niv 3 14/15	TA1	▼	Niv 2 14/15	TA1
10h			12h	<b>NATATION</b>	
			▼	Niv 1 14/15	TA1
			13h		

## Et pendant les vacances scolaires ?

La Ville de Chenôve propose des «Vacances pour tous», avec des activités sportives, de loisirs et culturelles pour les enfants et les ados.



Abonnez-vous à la page facebook Ville de Chenôve pour rester informé des sessions d'inscriptions.

Activités sportives :

- aquatiques
- en intérieur
- en extérieur

**T** Tarifs des activités  
en intérieur et plein air

**TA** Tarifs des activités  
aquatiques



Pour les séances de gym, yoga et pilates, prévoir d'apporter une serviette ou son tapis.

# 16 ANS et plus

## Lundi

8h	<b>GYM DOUCE</b> "SPORT Santé Bien-être" CUREL T1		
9h	<b>STRETCHING</b> CUREL T1		
10h	<b>MAINTIEN EN FORME</b> CUREL T1 Mobilisation articulaire, souplesse et renforcement musculaire	10h	<b>NATATION SPORTIVE</b> Niv 4 TA1
11h		11h	<b>AQUAGYM TONIQUE</b> Niv 3 TA1
		12h	<b>AQUAGYM TONIQUE</b> Niv 3 TA1
14h	<b>ÉQUILIBRE</b> COG T1		
15h	<b>ÉQUILIBRE</b> "SPORT Santé Bien-être" COG T1		
16h			
17h	<b>NATATION LIBRE</b> Niv 1 et + Séance surveillée Non encadrée TA1	<b>NATATION</b> "SPORT Santé Bien-être" NON NAGEUR NAGEUR DÉBUTANT Niv 1 TA1	<b>NATATION</b> PERFECTIONN. DÉTENTE Niv 3 TA1
18h	<b>CIRCUIT</b> "SPORT Santé Bien-être" CHAP salle musculation T1 Endurance, coordination, souplesse, renforcement musculaire sous forme de circuit.		
19h	<b>PREPARATION PHYSIQUE GÉNÉRALE</b> T2 CHAP salle musculation		
20h30			

## Mardi

8h	<b>AQUAGYM</b> Niv 1 TA1 "SPORT Santé Bien-être"	<b>AQUAGYM</b> Niv 2 TA1 ENTRETIEN	
9h	<b>MARCHE</b> Niv 3 Niv 4 T3 Rendez-vous cimetière	<b>MARCHE</b> Niv 1 Niv 2 T3 Rendez-vous cimetière	
11h30		10h	<b>MAINTIEN EN FORME</b> CHAP Salle de combat T1 Mobilisation articulaire, souplesse et renforcement musculaire
		11h	
12h	<b>NATATION SPORTIVE</b> Niv 4 TA1	12h15	<b>INITIATION PILATES</b> "SPORT Santé Bien-être" CUREL T1
13h		13h15	
14h	<b>MARCHE ENTRETIEN</b> T3 Rendez-vous : maison des aînés		
16h			
18h	<b>AQUAGYM TONIQUE</b> Niv 3 TA1	18h30	<b>CROSS FIT</b> FERRY T1
19h		19h30	<b>YOGA RELAXATION</b> COG T1

# 16 ANS et plus

## Mercredi

8h	<b>NATATION</b> Niv 3 ▼ PERFECTIONNEMENT DÉTENTE TA1	<b>NATATION</b> PRÉNATALE TA2
9h	<b>AQUAGYM</b> Niv 3 ▼ TONIQUE TA1	<b>NATATION LIBRE</b> Niv 1 et + Séance surveillée Non encadrée TA1
12h15	<b>YOGA INITIATION</b> ▼ "SPORT Santé Bien-être" CUREL T1	
13h15		
18h15	<b>BADMINTON</b> ▼ DÉBUTANT HERRIOT T1	<b>STEP/FITBOXING</b> BODY COMBAT COG T1
19h15		
19h45	<b>AQUAGYM</b> Niv 3 ▼ TONIQUE TA1	
20h45		

### Heure de fin différente en fonction de la saison

- ☀ **Horaires d'été** : de septembre aux vacances de Toussaint / des vacances de Printemps à la fin des activités
- ❄ **Horaires d'hiver** : des vacances de Toussaint aux vacances de Printemps

Activités sportives :

- aquatiques
- en extérieur
- en intérieur

**BOUL** Boulodrome

**MDS** Maison  
des sports

**COG** Cogourdant

**CHAP** Chapitre

**GAMB** Gambetta

**T** Tarifs des activités  
en intérieur et plein air

**TA** Tarifs des activités  
aquatiques

## JEUDI

16 ANS  
et plus

9h	<b>MARCHE</b> Niv 1 T3 Rendez-vous cimetière	<b>MARCHE</b> Niv 2 T3 Rendez-vous cimetière	
11h30			
			11h ▼ <b>GYM DOUCE</b> MAIL T1
			12h 12h15 ▼ <b>100% ABDOS</b> CUREL T1
			13h 13h15 ▼ <b>AQUAGYM</b> ENTRETIEN Niv 2 TA1
			14h ▼ <b>NATATION SPORTIVE</b> Niv 4 TA1
			15h ▼ <b>NATATION PERFECTION. DÉTENTE</b> Niv 3 TA1
			16h15 ▼ <b>AQUAGYM</b> "SPORT Santé Bien-être" Niv 1 TA1
			17h ▼ <b>HIIT</b> Haute intensité d'intervalle training CHAP SALLE MUSCULATION T1
			18h30 ▼ <b>CAF</b> Cuisse abdos fessier CHAP SALLE MUSCULATION T2
18h	❄️	<b>ESCALADE</b> 2 PERIODES DE 10 SESSIONS Du 7 SEPTEMBRE AU 23 NOVEMBRE 2023 Du 21 MARS AU 20 JUIN 2024 POSSIBILITÉ DE S'INSCRIRE POUR 1 OU 2 PÉRIODES	
18h	❄️		
19h30	❄️		
20h30	❄️	<b>BOUL</b> T3 PERIODE	
			19h15 ▼ <b>TRAIL</b> COURSE NATURE MDS T2

MULTI  
SPORTS  
SALLE PLEIN  
AIR  
MDS  
T3

## VENDREDI

	<b>AQUAGYM</b> "SPORT Santé Bien-être" Niv 1 TA1		8h	
			▼	
			9h	
			▼	
			10h	
			10h15	
			▼	
			11h15	
			11h30	
			12h15	
			▼	
			13h	
			14h	
			▼	
			16h	
			▼	
			17h	
			▼	
			18h	
			▼	
			19h30	

MARCHE "SPORT Santé Bien-être"  
T3  
Rendez-vous  
cimetière
 Pour les séances de gym, yoga et pilates, prévoir d'apporter une serviette ou son tapis.

# 16 ANS et plus

## Samedi

9h00	<b>NATATION</b> Niv 3 PERFECTIONN. DÉTENTE TA1	9h00	<b>MARCHE</b> NORDIQUE T3 MDS
10h00	<b>AQUAGYM</b> Niv 3 INTENSIF TA1	▼	
10h45			
11h00	<b>NATATION</b> Niv 2 NAGEUR/DÉBUTANT TA1	11h00	
12h00			
▼	<b>NATATION</b> Niv 1 NON NAGEUR TA1		
13h00			

## Dimanche

8h00	<b>NATATION</b> LIBRE Niv 1 Séance surveillée Non encadrée TA1 et +
▼	
9h00	

### Heure de fin différente en fonction de la saison

- ☀ **Horaires d'été** : de septembre aux vacances de Toussaint / des vacances de Printemps à la fin des activités
- ❄ **Horaires d'hiver** : des vacances de Toussaint aux vacances de Printemps

Activités sportives :

- aquatiques
- en extérieur
- en intérieur

**BOUL** Boulodrome

**MDS** Maison  
des sports

**COG** Cogourdan

**CHAP** Chapitre

**GAMB** Gambetta

**T** Tarifs des activités  
en intérieur et plein air

**TA** Tarifs des activités  
aquatiques



## MAISON SPORT-SANTÉ-BIEN-ÊTRE

En septembre 2018, l'État a lancé un appel à projet de création de maison sport-santé afin de remplir plusieurs objectifs :

- > Remettre les personnes sédentaires ou souffrant d'une affection chronique à une activité sportive, en particulier les habitants des quartiers politiques de la Ville.
- > Gagner 4 000 000 de pratiquants en vue des JO Paris 2024
- > Ouvrir 500 Maisons Sport Santé bien-être en France

La Ville de Chenôve, via son service des sports, a fait acte de candidature en décembre 2020 et a obtenu la labélisation en avril 2021. **La maison des sports, identifiée maison sport-santé-bien-être**, travaille sur plusieurs objectifs :

- > maintenir un panel d'activités sportives municipales le plus large possible, pour tous les âges et pour tous les publics
- > relancer les visites médicales pour la pratique en club
- > informer et orienter les publics envoyés ou non par des personnels de santé pour une pratique sportive
- > développer et renforcer la pratique du sport au féminin
- > développer des activités physiques adaptées afin de répondre aux besoins liés aux différentes pathologies.

En collaboration avec la maison universitaire de santé et de soins primaires de Chenôve, **la maison sport-santé-bien-être** de la Ville de Chenôve a mis en place un projet de prévention de l'obésité chez les plus jeunes où le sport joue un rôle important.

Dans cette plaquette vous découvrirez de nouvelles activités fléchées sport-santé-bien-être, accessibles à tous, afin de répondre aux objectifs de la démarche engagée par la municipalité.

## ACTIVITÉS PRÉNATALES

À partir  
du 3<sup>e</sup> mois de  
grossesse

### **Le centre nautique municipal de Chenôve propose des activités aquatiques prénatales.**

en présence d'une sage-femme et d'un maître-nageur toute l'année  
(même en période de vacances scolaires).

- Durée de la séance : 1 heure.
- Inscription pour une période de 3 mois renouvelable.

### **> Renseignements à la maison des sports ou auprès des sages-femmes**

## ACTIVITÉ POST NATALE JEUNES MAMANS

À partir de  
2 mois après  
accouchement

**Les jeunes mamans peuvent  
s'inscrire aux séances de remise  
en forme** proposée aux mêmes  
conditions que l'activité prénatale.

# SPORTS À LA CARTE

ADULTES  
ADOS  
FAMILLE



# Sports à la carte

**ADULTES / ADOS ET/ OU FAMILLE**

Un dispositif qui s'adapte à vos habitudes sportives.  
Pas de contrainte, du sport seulement quand vous le voulez !  
«Sports à la carte» vous permet de choisir un sport et le pratiquer sans engagement à l'année. Pour cela, il vous suffit de vous connecter à votre espace citoyens ou venir à la maison des sports pour vous inscrire vous et votre famille (composée d'au moins un parent et un enfant).  
Ce programme se veut accessible à toutes et tous. dans un esprit de découverte et de convivialité.

## INSCRIPTIONS

aux horaires d'ouverture de la maison des sports

À partir du mardi 20 juin 2023

pour les activités de septembre à novembre.

À partir du lundi 30 octobre 2023 pour les activités de décembre à mars.

À partir du lundi 4 mars 2024 pour les activités d'avril à août.

Païement des inscriptions dès réception de la facture.

## BON À SAVOIR

Pour des raisons de sécurité ou de mauvaises conditions météorologiques, l'organisation se réserve le droit d'annuler ou de reporter l'activité.

### | POUR SUIVRE L'ACTUALITÉ DE CES RENDEZ-VOUS :



[www.chenove.fr](http://www.chenove.fr)



Facebook : villedechenove



Instagram : villechenove

## RENSEIGNEMENTS

Maison des sports - 15 rue de Marsannay - 21300 Chenôve

Tél. 03 80 51 55 50

# SEPT-OCT 2023

## PUBLICS :

👤 ados

😊 adulte

😊😊😊 famille

**SAM 9 SEPT**  
8H ▶ 18H30



## PARCOURS ACCROBRANCHE SAUT DANS LE VIDE

Chenevelier  
**21,60 €**

Extérieur  
**27,80 €**

> Rendez-vous à la **maison des sports**

Plusieurs activités aériennes au cours de la journée au Fort des Rousses qui nécessite de ne pas avoir peur du vide. Prévoir un pique-nique..  
8 places - Lieu : Fort des Rousses

**SAM 16 SEPT**  
9H30 ▶ 11H30



## TRAMPOLINE

Chenevelier  
**4 €**

Extérieur  
**5 €**

> Rendez-vous au **gymnase Louis Curel**

Exercices et jeux pour découvrir le trampoline  
12 places - Lieu : gymnase Louis Curel - Enfants à partir de 7 ans

**MAR 19 SEPT**  
19H30 ▶ 20H45



## PALMA / MASQUE / TUBA

Chenevelier  
**4 €**

Extérieur  
**5 €**

> Rendez-vous au **centre nautique municipal**

Savoir nager sur le dos et sur le ventre dans le grand bassin  
12 places - Lieu : centre nautique municipal - à partir de 16 ans

**DIM 24 SEPT**  
8H ▶ 18H30



## VIA FERRATA

Chenevelier  
**11,30 €**

Extérieur  
**14,40 €**

> Rendez-vous à la **maison des sports**

Activité aérienne qui nécessite de ne pas avoir peur du vide. Prévoir un repas froid  
8 places - Lieu : Charquemont

**SAM 30 SEPT**  
10H ▶ 12H



## GOLF

Chenevelier  
**4 €**

Extérieur  
**5 €**

> Rendez-vous à la **maison des sports**

Découverte du golf avec un entraîneur diplômé  
8 places - Lieu : Quetigny

**SAM 7 OCT**  
10H ▶ 11H30



## STEP

Chenevelier  
**4 €**

Extérieur  
**5 €**

> Rendez-vous à la **salle Cogourdant**

Découverte du step  
12 places - Lieu : salle Cogourdant

**DIM 15 OCT**  
8H ▶ 18H30



## RANDONNÉE PÉDESTRE

Chenevelier  
**8 €**

Extérieur  
**10 €**

> Rendez-vous à la **maison des sports**

La Tournuscime 20/25 kms, niveau 3/4, prévoir un repas froid dans un sac à dos.  
Inscription à la randonnée 6 € sur place  
8 places - Lieu : Tournus

**JEU 19 OCT**  
19H30 ▶ 20H45



## INITIATION PLONGEON

Chenevelier  
**4 €**

Extérieur  
**5 €**

> Rendez-vous au **centre nautique municipal**

Savoir nager en grand bassin. Plongeon de 1m à 3m  
10 places - Lieu : centre nautique municipal - Famille à partir de 12 ans

LUN 23 OCT  
18H30 ► 20H



## BASKETONIC

Chenevelier  
4 €

Extérieur  
5 €

> Rendez-vous au **gymnase du Mail**

Cours de renforcement musculaire et cardio avec le ballon de basket comme support  
12 places - Lieu : gymnase du Mail

MAR 24 OCT  
19H15 ► 20H



## AQUAGYM GRAND BASSIN

Chenevelier  
4 €

Extérieur  
5 €

> Rendez-vous au **centre nautique municipal**

Savoir nager sur le ventre et sur le dos dans le grand bassin.  
16 places - Lieu : centre nautique municipal - à partir de 16 ans

MAR 24 OCT  
18H30 ► 19H30



## CROSSTRAINING

Chenevelier  
4 €

Extérieur  
5 €

> Rendez-vous à la **salle de musculation**

Plusieurs exercices à la suite en un temps donné  
12 places - Lieu : salle de musculation

MER 25 OCT  
9H ► 10H



## STRETCHING POSTURAL

Chenevelier  
4 €

Extérieur  
5 €

> Rendez-vous au **gymnase Louis Curel**

Travail de la posture, tonifier les muscles profonds  
16 places - Lieu : gymnase Louis Curel

JEU 26 OCT  
18H ► 19H30



## CARDIO PILATES

Chenevelier  
4 €

Extérieur  
5 €

> Rendez-vous au **gymnase Louis Curel**

Pilate tonique  
12 places - Lieu : gymnase Louis Curel

LUN 30 OCT  
18H30 ► 19H30



## YOGA / RELAXATION

Chenevelier  
4 €

Extérieur  
5 €

> Rendez-vous à la **salle Cogourant**

Yoga détente et relaxation  
12 places - Lieu : salle Cogourant

# NOV-DEC 2023

JEU 2 NOV  
18H30 ► 19H30



## ZUMBA

Chenevelier  
4 €

Extérieur  
5 €

> Rendez-vous au **gymnase Jules Ferry**

Découverte zumba, apprentissage d'une chorégraphie  
12 places - Lieu : gymnase Jules Ferry

SAM 11 NOV  
7H30 ► 18H30



## RANDONNÉE PÉDESTRE

Chenevelier  
8 €

Extérieur  
10 €

> Rendez-vous à la **maison des sports**

La randonnée des moines 20/25 kms, niveau 3/4. Prévoir un pique-nique dans un sac à dos. Inscription à la randonnée 7 € sur place  
8 places - Lieu : Cluny

VEN 17 NOV  
18H30 ► 0H30**MARCHE DE NUIT**Chenevelier  
**4 €**Extérieur  
**5 €**> Rendez-vous à la **maison des sports**

Randonnée pédestre de nuit avec pique-nique à la ferme du Leuzeu (prévoir une lampe frontale et un repas dans un sac à dos).  
30 places - Lieu : Leuzeu

SAM 25 NOV  
10H ► 11H30**BASKET SANTÉ**Chenevelier  
**4 €**Extérieur  
**5 €**> Rendez-vous au **gymnase Jules Ferry**

Découverte du basket par le biais d'exercices ludiques assis ou debout.  
Pour tout âge  
12 places - Lieu : gymnase Jules Ferry

DIM 3 DEC  
10H ► 12H**COURSE À PIED / MARCHE  
TÉLÉTHON**Chenevelier  
**gratuit**Extérieur  
**gratuit**> Rendez-vous sur le **parking du Clos du Roy**

Faire le maximum de tours en marchant ou courant pendant le temps imparti.  
Inscription à la maison des sports. Don au profit du Téléthon sur place.  
places illimitées - Lieu : parking du Clos du Roy

SAM 9 DEC  
6H ► 20H**RANDONNÉE MARCHÉ  
DE NOËL**Chenevelier  
**16,50 €**Extérieur  
**21,60 €**> Rendez-vous à la **maison des sports**

Randonnée pédestre (10km) suivie du marché de Noël.  
(repas tiré du sac ou pris sur place à votre charge).  
16 places - Lieu : Colmar

MAR 19 DEC  
19H45 ► 20H45**AQUAPHOBIE**Chenevelier  
**4 €**Extérieur  
**5 €**> Rendez-vous au **centre nautique municipal**

Découverte de l'eau  
6 places - Lieu : centre nautique municipal - à partir de 16 ans

26 au 28 DEC  
26/12 ► 6H  
28/12 ► 20H30**3 JOURS SKI ALPIN**Chenevelier  
**189 €**Extérieur  
**217 €**> Rendez-vous à la **maison des sports**

3 jours intensifs de ski alpin dans la belle vallée de Chamonix.  
Niveau piste rouge. Hébergement en pension complète.  
Location de matériel non comprise.  
8 places - Lieu : Chamonix - De 18 à 30 ans

MAR 26 DEC  
18H30 ► 19H30**HIIT**Chenevelier  
**4 €**Extérieur  
**5 €**> Rendez-vous à la **salle de musculation**

Haute intensité d'intervalle training  
12 places - Lieu : salle de musculation

MER 27 DEC  
18H30 ► 20H**FIT TRAMPO**Chenevelier  
**4 €**Extérieur  
**5 €**> Rendez-vous à la **salle de musculation**

Cours de fitness cardio forte intensité sur des mini trampolines.  
12 places - Lieu : salle de musculation

**JEU 28 DEC**

18H30 ► 19H30

**YOGA**> Rendez-vous à la **salle Cogourdant**

Hatha Yoga

12 places - Lieu : salle Cogourdant

Chenevelier

**4 €**

Extérieur

**5 €****VEN 29 DEC**

9H ► 10H

**CIRCUIT RENFORCEMENT MUSCULAIRE**> Rendez-vous à la **salle de musculation**

Renforcement musculaire sous forme de circuit

12 places - Lieu : salle de musculation

Chenevelier

**4 €**

Extérieur

**5 €**

# JAN-FEV 2024

**MER 3 JAN**

9H ► 10H

**100% ABDOS**> Rendez-vous au **gymnase Louis Curel**

Cours de renforcement musculaire abdominaux

12 places - Lieu : gymnase Louis Curel

Chenevelier

**4 €**

Extérieur

**5 €****VEN 5 JAN**

7H30 ► 18H30

**SKI ALPIN**> Rendez-vous à la **maison des sports**

Prévoir matériel et pique-nique. Forfait inclus. Possibilités de louer sur place, 25€ en supplément. Savoir évoluer sur piste bleue minimum.

8 places - Lieu : Haut Jura - Ados de 12 à 17 ans

Chenevelier

**41 €**

Extérieur

**46 €****DIM 7 JAN**

7H30 ► 18H30

**RAQUETTE**> Rendez-vous à la **maison des sports**

Journée raquette, prévoir un pique-nique dans un sac à dos. Possibilité de prêt de matériel. Niveau 2/3. Si manque de neige, randonnée pédestre

8 places - Lieu : Haut Jura

Chenevelier

**16,50 €**

Extérieur

**21,60 €****13 et 14 JAN**

13/01 ► 6H30

14/01 ► 20H30

**WEEK-END SKI ALPIN**> Rendez-vous à la **maison des sports**

Week-end intensif de ski alpin dans la belle vallée de Chamonix.

Niveau piste rouge. Hébergement en pension complète.

Location de matériel en supplément.

8 places - Lieu : Chamonix

Chenevelier

**144 €**

Extérieur

**166 €****MAR 16 JAN**

7H30 ► 18H30

**RAQUETTE**> Rendez-vous à la **maison des sports**

Journée raquette dans le haut Doubs, prévoir un pique-nique dans un sac à dos. Possibilité de prêt de matériel. Niveau 2/3.

16 places - Lieu : Chapelle des bois

Chenevelier

**16,50 €**

Extérieur

**21,60 €****DIM 21 JAN**

7H30 ► 18H30

**CHIEN DE TRAINEAU RAQUETTE**> Rendez-vous à la **maison des sports**

1/2 journée conduite d'attelage et 1/2 journée de raquette. Prévoir un pique-nique dans un sac à dos.

12 places - Lieu : Haut Jura

Chenevelier

**50 €**

Extérieur

**65 €**



MAR 23 JAN  
7H30 ► 18H30

## RAQUETTE

Chenevelier  
16,50 €Extérieur  
21,60 €> Rendez-vous à la **maison des sports**

Journée raquette, prévoir un pique-nique dans un sac à dos. Possibilité de prêt de matériel. Niveau 2/3.

16 places - Lieu : Haut Doubs

27 et 28 JAN  
27/01 ► 7H30  
28/01 ► 19H

## WEEK-END RAQUETTE

Chenevelier  
À déterminerExtérieur  
À déterminer> Rendez-vous à la **maison des sports**

2 jours de randonnée dans le haut jura. Hébergement en pension complète. Prévoir un pique-nique pour le samedi midi.

16 places - Lieu : Haut jura

MAR 30 JAN  
19H45 ► 20H45  
😊😊😊INITIATION SAUVETAGE  
AQUATIQUEChenevelier  
4 €Extérieur  
5 €> Rendez-vous au **centre nautique municipal**

Savoir nager sur le ventre et sur le dos dans le grand bassin

12 places - Lieu : centre nautique municipal - A partir de 12 ans

VEN 2 FEV  
7H30 ► 18H30

## RAQUETTE

Chenevelier  
16,50 €Extérieur  
21,60 €> Rendez-vous à la **maison des sports**

Randonnée raquette suivi d'un repas au restaurant d'altitude au sommet du Chasseron. Prévoir 30€ en supplément pour le repas sur place.

16 places - Lieu : Jura Suisse

SAM 3 FEV  
10H ► 12H  
😊😊😊

## SPORTS INCLUSIFS

Chenevelier  
4 €Extérieur  
5 €> Rendez-vous au **gymnase Jules Ferry**

Sports intergénérationnels. Différents niveaux et publics.

16 places - Lieu : gymnase Jules Ferry - Tout public

DIM 11 FEV  
7H30 ► 18H30

## RAQUETTE

Chenevelier  
16,50 €Extérieur  
21,60 €> Rendez-vous à la **maison des sports**

Randonnée raquette, prévoir un pique-nique dans un sac à dos. Niveau 2/3.

8 places - Lieu : Haut Jura

SAM 17 FEV  
7H ► 19H30

## RAQUETTE / BIEN ÊTRE

Chenevelier  
16,50 €Extérieur  
21,60 €> Rendez-vous à la **maison des sports**

Randonnée raquette aux Fourgs suivie d'un moment de détente aux thermes d'Yverdon. Prévoir un pique-nique et 35€ pour l'entrée aux thermes.

16 places - Lieu : Les Fourgs / Yverdon

19 et 23 FEV  
19/02 ► 7H30  
23/02 ► 17H

## CAMP SKI ALPIN

Chenevelier  
300 €Extérieur  
350 €> Rendez-vous à la **maison des sports**

Ce tarif ne comprend pas la location du matériel. Prévoir un supplément de 50€ environ pour la semaine si besoin

15 places - Lieu : Bellevaux

MAR 20 FEV  
9H ▶ 10H



## SPECIAL DOS

Chenevelier  
4 €

Extérieur  
5 €

> Rendez-vous à la **salle de musculation**

Travail autour de la mobilisation, gainage et renforcement du dos  
12 places - Lieu : salle de musculation

MER 21 FEV  
18H30 ▶ 19H30



## CARDIO BOXE

Chenevelier  
4 €

Extérieur  
5 €

> Rendez-vous à la **salle de musculation**

Séance cardio avec des mouvements de boxe.  
12 places - Lieu : salle de musculation

JEU 22 FEV  
18H30 ▶ 19H30



## BODY STEP

Chenevelier  
4 €

Extérieur  
5 €

> Rendez-vous à la **salle cogourdant**

Renforcement musculaire sur step avec barres lestées.  
12 places - Lieu : salle cogourdant

LUN 26 FEV  
18H30 ▶ 20H



## KANGOO JUMP

Chenevelier  
11,30 €

Extérieur  
14,40 €

> Rendez-vous à la **maison des sports**

Fitness avec des chaussures équipées d'arceaux élastiques.  
8 places - Lieu : Dijon

MAR 27 FEV  
19H15 ▶ 20H



## AQUARUNNING

Chenevelier  
4 €

Extérieur  
5 €

> Rendez-vous au **centre nautique municipal**

Savoir nager en grand bassin  
20 places - Lieu : centre nautique municipal - à partir de 16 ans

MER 28 FEV  
18H30 ▶ 20H



## RENFORCEMENT MUSCULAIRE

Chenevelier  
4 €

Extérieur  
5 €

> Rendez-vous à la **salle de musculation**

Renforcement musculaire sur appareils  
12 places - Lieu : salle de musculation

# MARS-AVRIL 2024

SAM 2 MARS  
7H30 ▶ 18H30



## SKI DE RANDO

Chenevelier  
16,50 €

Extérieur  
21,60 €

> Rendez-vous à la **maison des sports**

Découverte du ski de rando. Prévoir son pique-nique. Si besoin de matériel, prévoir 30€ environ pour la location.  
8 places - Lieu : Haut jura

DIM 3 MARS  
7H30 ▶ 18H30



## RAQUETTE

Chenevelier  
16,50 €

Extérieur  
21,60 €

> Rendez-vous à la **maison des sports**

Randonnée raquette Niveau 3/4. Prévoir pique-nique dans un sac à dos.  
8 places - Lieu : Haut jura

VEN 8 MARS  
18H30 ► 20H

## TIR SPORTIF

Chenevelier  
24,70 €Extérieur  
31,90 €> Rendez-vous à la **maison des sports**Découverte du tir sportif.  
8 places - Lieu : Longvic9 et 10 MARS  
9/03 ► 6H15  
10/03 ► 20H30

## WEEK-END SKI ALPIN

Chenevelier  
144 €Extérieur  
166 €> Rendez-vous à la **maison des sports**Week-end de ski intensif. Niveau piste rouge. Hébergement en pension complète.  
Location du matériel non comprise.  
8 places - Lieu : ChamonixMER 13 MARS  
18H ► 20H30

## ESCRIME

Chenevelier  
11,30 €Extérieur  
14,40 €> Rendez-vous à la **maison des sports**Découverte de l'activité escrime  
8 places - Lieu : ASPTT DijonVEN 15 MARS  
12H15 ► 13H15

## AQUAPHOBIE

Chenevelier  
4 €Extérieur  
5 €> Rendez-vous au **centre nautique municipal**Découverte de l'eau  
6 places - Lieu : centre nautique municipal - à partir de 16 ansSAM 25 MARS  
9H ► 11H

## SQUASH

Chenevelier  
8 €Extérieur  
10 €> Rendez-vous à la **maison des sports**Découverte du squash. Un sport très physique  
8 places - Lieu : le Klube d'Ahuy - à partir de 16 ansVEN 22 MARS  
18H30 ► 0H30

## MARCHE DE NUIT

Chenevelier  
4 €Extérieur  
5 €> Rendez-vous à la **maison des sports**Randonnée pédestre de nuit. Prévoir pique-nique dans un sac à dos et lampe.  
30 places - Lieu : arrière côte dijonnaiseVEN 29 MARS  
18H30 ► 23H

## PATIN DISCO

Chenevelier  
8 €Extérieur  
10 €> Rendez-vous à la **maison des sports**Roller quad comme dans les année 80.  
16 places - Lieu : Chevigny6 et 7 AVRIL  
6/04 ► à déterminer  
7/04 ► à déterminer

## WEEK-END PARIS 2024

Chenevelier  
À déterminerExtérieur  
À déterminer> Rendez-vous à la **maison des sports**Randonnée pédestre en suivant les GR au coeur de la Capitale  
12 places - Lieu : ParisSAM 13 AVRIL  
9H ► 11H

## BIKE'RUN

Chenevelier  
4 €Extérieur  
5 €> Rendez-vous à la **maison des sports**Course à pied/VTT en alternance en duo. Prêt de matériel possible.  
12 places - Lieu : Vignes /plateau

LUN 15 AVRIL  
18H30 ► 19H30



## CARDIO DANCE

Chenevelier  
4 €

Extérieur  
5 €

> Rendez-vous au **gymnase Jules Ferry**

Cardio en dansant.  
12 places - Lieu : gymnase Jules Ferry

MAR 16 AVRIL  
18H30 ► 21H



## RANDO/TRAIL

Chenevelier  
4 €

Extérieur  
5 €

> Rendez-vous à la **maison des sports**

Alternance de course et de marche suivant le dénivelé.  
12 places - Lieu : en forêt

JEU 18 AVRIL  
9H ► 10H



## GYM SANTÉ

Chenevelier  
4 €

Extérieur  
5 €

> Rendez-vous au **gymnase Louis Curel**

Gym douce adaptée  
16 places - Lieu : gymnase Louis Curel

JEU 18 AVRIL  
18H30 ► 20H



## CROSSFIT

Chenevelier  
4 €

Extérieur  
5 €

> Rendez-vous à la **maison des sports**

Activité qui combine la force, l'endurance, la vitesse, l'équilibre...  
12 places - Lieu : stade Léo Lagrange

LUN 22 AVRIL  
18H30 ► 20H30



## WATER POLO

Chenevelier  
4 €

Extérieur  
5 €

> Rendez-vous au **centre nautique municipal**

Découverte du water polo  
12 places - Lieu : centre nautique municipal - à partir de 16 ans

MAR 23 AVRIL  
18H30 ► 20H30



## BOWLING CLASSIQUE

Chenevelier  
7 €

Extérieur  
9 €

> Rendez-vous à la **maison des sports**

Jeu de quilles traditionnel.  
8 places - Lieu : Longvic - à partir de 16 ans

MER 24 AVRIL  
18H30 ► 20H



## CIRCUIT TRAINING

Chenevelier  
4 €

Extérieur  
5 €

> Rendez-vous à la **maison des sports**

Renforcement musculaire et cardio sous forme d'ateliers.  
16 places - Lieu : stade Léo Lagrange

MAR 30 AVRIL  
17H15 ► 18H



## AQUAGYM PETIT BASSIN

Chenevelier  
4 €

Extérieur  
5 €

> Rendez-vous au **centre nautique municipal**

Pour les débutants ou les personnes ne sachant pas nager.  
20 places - Lieu : centre nautique municipal - à partir de 16 ans

# MAI-JUIN-JUIL 2024

MER 1<sup>er</sup> MAI  
8H30 ► 18H30



## ESCALADE

Chenevelier  
11,30 €

Extérieur  
14,40 €

> Rendez-vous à la **maison des sports**

Découverte des falaises de Remigny. Tous niveaux. Prévoir son pique-nique  
8 places - Lieu : Remigny

4 et 5 MAI

25/05 ► 7H30

26/05 ► 19H



## WEEK-END VTT

Chenevelier  
À déterminerExtérieur  
À déterminer> Rendez-vous à la **maison des sports**

2 jours de randonnée VTT. Débutants acceptés mais être capable de rouler minimum 4h sur terrains variés. Prévoir un pique-nique pour le samedi midi.  
10 places - Lieu : à déterminer

JEU 16 MAI

17H15 ► 18H



## JEUX AQUATIQUES

Chenevelier  
4 €Extérieur  
5 €> Rendez-vous au **centre nautique municipal**

Un adulte avec 2 enfants maximum  
20 places - Lieu : centre nautique municipal - Enfant de 3 à 6 ans

MAR 28 MAI

18H30 ► 20H30



## MARCHE NORDIQUE/YOGA

Chenevelier  
4 €Extérieur  
5 €> Rendez-vous à la **maison des sports**

1h30 de marche nordique suivi d'un moment de détente yoga.  
12 places - Lieu : Arrière Côte dijonnaise

SAM 1<sup>er</sup> JUIN

8H ► 18H



## EAU VIVE

Chenevelier  
42,15 €Extérieur  
51,40 €> Rendez-vous à la **maison des sports**

Rafting le matin et hydrospeed l'après-midi. Prévoir un pique-nique.  
8 places - Lieu : Porcieu - à partir de 16 ans

MAR 11 JUIN

18H ► 21H

DÉCOUVERTE ACTIVITÉS  
SPORTIVES MUNICIPALESChenevelier  
4 €Extérieur  
5 €> Rendez-vous à la **maison des sports**

Découverte de nos activités municipales par ateliers (pilates, yoga, HIIT, crossfit,...)  
places illimitées - Lieu : stade Léo Lagrange

SAM 15 JUIN

7H30 ► 19H



## CANOË

Chenevelier  
40,15 €Extérieur  
51,50 €> Rendez-vous à la **maison des sports**

Descente de rivière en canoë. Prévoir un pique-nique.  
8 places - Lieu : Jura

MAR 18 JUIN

18H30 ► 22H



## TRIATHLON

Chenevelier  
4 €Extérieur  
5 €> Rendez-vous à la **maison des sports**

Enchaînement de 3 activités (paddle/VTT/Course à pied). Prévoir un pique-nique.  
Prêt de VTT possible  
12 places - Lieu : Arc/Tille

SAM 22 JUIN

9H ► 17H



## ACCROBRANCHE

Chenevelier  
13,40 €Extérieur  
17,50 €> Rendez-vous à la **maison des sports**

Les enfants seront accompagnés de leurs parents sur les parcours  
Prévoir un pique-nique  
8 places - Lieu : Givry - à partir de 8 ans

MAR 2 JUIL  
7H30 ► 19H



## RANDO ZEN

Chenevelier  
**21,60 €**

Extérieur  
**27,80 €**

> Rendez-vous à la **maison des sports**

Randonnée pédestre suivie d'un moment de détente à l'aqua2lac. Prévoir un pique-nique dans sac à dos et maillot de bain.  
16 places - Lieu : Malbuisson

6 et 7 JUIL  
6/07 ► 7H30  
7/07 ► 19H



## WEEK-END NATURE

Chenevelier  
**99 €**

Extérieur  
**114 €**

> Rendez-vous à la **maison des sports**

Randonnée pédestre dans la vallée de Chamonix. Aiguillette des Houches. Refuge Albert 1<sup>er</sup>. Hébergement en pension complète. Prévoir un pique-nique pour le samedi midi.  
16 places - Lieu : Chamonix

MER 17 JUIL  
18H30 ► 21H30



## PADDLE

Chenevelier  
**13,40 €**

Extérieur  
**17,50 €**

> Rendez-vous à la **maison des sports**

Activité aquatique ludique avec vos enfants. Savoir nager. Prévoir un pique-nique  
8 places - Lieu : Arc sur Tille - à partir de 8 ans

MAR 27 AOÛT  
18H30 ► 20H30



## REMISE EN FORME

Chenevelier  
**4 €**

Extérieur  
**5 €**

> Rendez-vous à la **maison des sports**

Remise en forme après la coupure de l'été (Cardio, renforcement musculaire...).  
16 places - Lieu : stade Léo Lagrange

### | POUR SUIVRE L'ACTUALITÉ DE CES RENDEZ-VOUS :



[www.chenove.fr](http://www.chenove.fr)



Facebook : [villedechenove](https://www.facebook.com/villedechenove)



Instagram : [villechenove](https://www.instagram.com/villechenove)

# BASE D'ÉQUITATION DE TERNANT



# ÉQUITATION TERNANT

Toute l'année, la base d'équitation de Ternant propose des activités de pleine nature, en individuel ou en groupe, les mercredis après-midi et pendant les vacances scolaires.


Sur le site de l'ancienne gare de Ternant, cette structure est dédiée à la pratique d'activités de plein air, plus particulièrement, à l'équitation de l'initiation au perfectionnement.

- Stages d'initiation au poney et cheval
- Stages de perfectionnement
- Randonnées à la journée ou itinérantes
- Voltige
- Découverte du cheval dans son environnement : soins, alimentation ...

## | POUR SUIVRE L'ACTUALITÉ DE CES RENDEZ-VOUS :

 [www.chenove.fr](http://www.chenove.fr)

 Facebook : [villedechenove](#)

 Instagram : [villechenove](#)



# VACANCES POUR TOUS



# VACANCES POUR TOUS

À chaque période de vacances scolaires automne, fin d'année, hiver, printemps et Été, le dispositif « Vacances pour tous » propose des activités sportives, de loisirs et culturelles. À la journée, à l'heure, de 3 à 5 jours ou pour une semaine complète, les formules sont aussi nombreuses que les thématiques.

## BON À SAVOIR

| POUR SUIVRE L'ACTUALITÉ DE CES RENDEZ-VOUS :



[www.chenove.fr](http://www.chenove.fr)



Facebook : [villedechenove](#)



Instagram : [villechenove](#)

## RENSEIGNEMENTS

Maison des sports  
15 rue de marsannay  
21300 Chenôve  
03 80 51 55 50

# INFRASTRUCTURES ET CLUBS



Une ville équipée nombreuses infrastructures sportives accessibles à tous

## STADE LÉO LAGRANGE

### Avec accès réglementé :

- 2 terrains de foot en herbe
- 1 terrain de foot synthétique
- 1 terrain de rugby
- 1 terrain de beach volley
- 1 piste d'athlétisme
- Aires de sauts et de lancer
- Cage de lancer
- 4 courts de tennis  
(2 en terre battue / 2 courts couverts)

### Avec accès libre :

- 1 terrain de foot en herbe
- 1 mini terrain de foot en herbe
- 1 terrain de volley
- 1 mur de tennis
- 4 courts de tennis extérieurs
- 1 espace fitness avec agrès
- 1 terrain de basket
- 1 table de tennis de table

## PLEIN AIR

### Avec accès libre dans la ville :

- 2 city stade  
(Clos du roy / Gambetta)
- 4 plateaux d'évolution extérieurs  
(Cogourdant / Grands Crus / Herriot / Mail)
- 1 skate-parc (Grands Crus)
- 2 espaces street workout  
(Esplanade du Chapitre, Plaine Herriot)
- 1 espace de jeux (basket / foot)  
(à côté du solarium- centre nautique)

### Avec accès libre sur le plateau de Chenôve :

- 1 circuit rustique d'activités physiques aménagé  
(Circuit pédestre avec agrès - CRAPA)
- 1 circuit VTT
- 1 sentier pédestre balisé  
(Sentier Bonbis)

# GYMNASES



Le Chapitre

## COMPLEXE ET ESPLANADE LE CHAPITRE

Sports collectifs, ...,  
salle de combat : judo, karaté,  
lutte, salle de musculation,  
espace street workout

### Boulodrome

Aires de jeux pour la pratique de la  
boule lyonnaise, de la pétanque,  
du tir à l'arc, 1 mur d'escalade,  
1 mezzanine dédiée au tennis  
de table

## GAMBETTA

Salle polyvalente

## HERRIOT

Sports collectifs (volley,  
badminton...)

## JULES FERRY

Salle polyvalente

## LOUIS CUREL

Sports acrobatiques (gymnastique,  
trampoline, tumbling, acrosport)

## MAIL

Sports collectifs (basket...)

## COGOURDANT

Salle polyvalente



Gambetta



Herriot



Louis Curel



Mail



Espace street workout

# CENTRE NAUTIQUE MUNICIPAL

Parmi ces infrastructures, le centre nautique municipal de Chenôve propose :

- 1 bassin sportif de 25 m sur 15 m
- 1 bassin d'apprentissage de 12,5 m sur 12,5 m
- 1 bassin de 25 m sur 12 m  
(réservé aux entraînements et à la nage sportive)
- 2 cabines sauna de 6 à 8 places  
et un espace détente
- 1 solarium ouvert l'été  
(si les conditions climatiques le permettent)

## RENSEIGNEMENTS

Centre nautique municipal - Henri Sureau  
30 bis rue Ernest Renan  
21300 Chenôve  
03 80 5155 06

Les enfants **de moins de 8 ans** doivent être accompagnés d'un adulte.

TARIFS SAUNA	La séance (entrée centre nautique incluse)	6.20 €
	Tarif réduit ** (entrée centre nautique incluse)	3,10 €

L'accès au sauna est réservé aux personnes de + de 18 ans

\*\* Tarif réduit : familles nombreuses, étudiants, chômeurs, bénéficiaires de R.S.A, de l'allocation adulte handicapé et titulaires du pass piscine.

TARIFS PISCINE	Adultes Individuels	A partir de 18 ans	3.40 €
		Tarif réduit *	1.70 €
		Carte 12 entrées	34.00 €
		Carte 12 entrées Handicapés	17.00 €
		Titulaires Pass Piscine et CAS	Gratuit
	Enfants Individuels	Moins de 6 ans	Gratuit
		Moins de 18 ans	1.70 €
		Tarif réduit *	0.85 €
		Carte 12 entrées	17.00 €
		Titulaires Pass Piscine et CAS	Gratuit

\* Tarif réduit : familles nombreuses, étudiants, chômeurs, bénéficiaires du R.S.A, de l'allocation adulte handicapé

## LE CENTRE NAUTIQUE MUNICIPAL HENRI SUREAU ACCUEILLE TOUTE L'ANNÉE :

- Les enfants des écoles, collèges et lycée de Chenôve et de l'extérieur sur le temps scolaire
- Les clubs de Chenôve : Chenôve Natation (water polo/natation synchronisée/école de nage...), club de plongée Moby Dick et Chenôve Triathlon Club
- Les instituts thérapeutiques et associations
- Les cours des activités sportives municipales
- Les particuliers en accueil public (individuels ou en groupe)

# CLUBS SPORTIFS

L'office Municipal des Sports regroupe et fédère  
l'ensemble des clubs sportifs de la ville de Chenôve.

## ADOC

[adoc-chenove.org](http://adoc-chenove.org)

Président : Patrice LAURIN

## ATHLETIC CLUB

[www.acchenove.free.fr](http://www.acchenove.free.fr)

[acchenove@hotmail.com](mailto:acchenove@hotmail.com)

Président : Loïc MORGAND

## ARTS MARTIAUX

[artsmartiauxchenove.fr](http://artsmartiauxchenove.fr)

Président : Dominique LACHAISE

## ATAC

[atacchenove21@gmail.com](mailto:atacchenove21@gmail.com)

Président : Vincent CREUZET

## BASKET

[bcchenove.fr](http://bcchenove.fr)

[basketclubchenove@gmail.com](mailto:basketclubchenove@gmail.com)

Présidente : Lucille PETETIN

## NATATION

[chenovenatation.com](http://chenovenatation.com)

[chenovenatation@wanadoo.fr](mailto:chenovenatation@wanadoo.fr)

Président : Aurélien HARMAND

## CERCLE LAIQUE SPORTIF

[clsc.over-blog.com](http://clsc.over-blog.com)

[clsc21@live.fr](mailto:clsc21@live.fr)

Président : Khaled BOUSSEBHA

## TRIATHLON [chenove-triathlon.com](http://chenove-triathlon.com)

Président : Raphaël CASTILLE

## RUGBY

[chenove-rugby-club.pagesperso-orange.fr](http://chenove-rugby-club.pagesperso-orange.fr)

Président : Jérôme SIMON

## HANDBALL

[hbcchenove.com](http://hbcchenove.com)

[ludogerard.hbcchenove@gmail.com](mailto:ludogerard.hbcchenove@gmail.com)

Président : Ludovic GERARD

## Office Municipal des Sports

15 rue de Marsannay 21300 CHENÔVE

[oms@ville-chenove.fr](mailto:oms@ville-chenove.fr)

Patrick MONOT, Président

Tél. : 03.80.51.55.91

## INDEPENDANTE

[club.quomodo.com/independantechenove](http://club.quomodo.com/independantechenove)

[independante.chenove@orange.fr](mailto:independante.chenove@orange.fr)

Président : Chantal VANDENEYNDÉ

## LUTTE

[lutte.club.chenove@wanadoo.fr](mailto:lutte.club.chenove@wanadoo.fr)

Président : Bernard PINARD

## MONTAGNE

[club-montagne-chenove.jimdo.com](http://club-montagne-chenove.jimdo.com)

Président : Yves PAUTRAT

## MOBY DICK

[clubmobydick.fr](http://clubmobydick.fr)

[secretariat@clubmobydick.fr](mailto:secretariat@clubmobydick.fr)

Président : Catherine BAILLY

## TENNIS CLUB

## UNION CYCLISTE

Président : Jean Louis ROZE

## VOLLEY CLUB

[volleychenove.fr](http://volleychenove.fr)

Président : Séverine LESAVRE

## ENTENTE SPORTIVE BOULISTE

Président : Denis BLANC



# CLUBS SPORTIFS

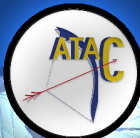
Ville de  
**CHENÔVE**

## OFFICE MUNICIPAL DES SPORTS

MAISON DES SPORTS - 15 rue de Marsannay 21300



**Arts Martiaux**



**Tir à l'Arc**



**Athlétisme**



**Basketball**



**Football**



**Natation**



**Orientation**



**Rugby**



**Triathlon**



**Plongée**



**Randonnée**



**Sport-Boules**



**Gymnastique**



**Handball**



**Lutte**



**Volley-ball**



**Tennis**

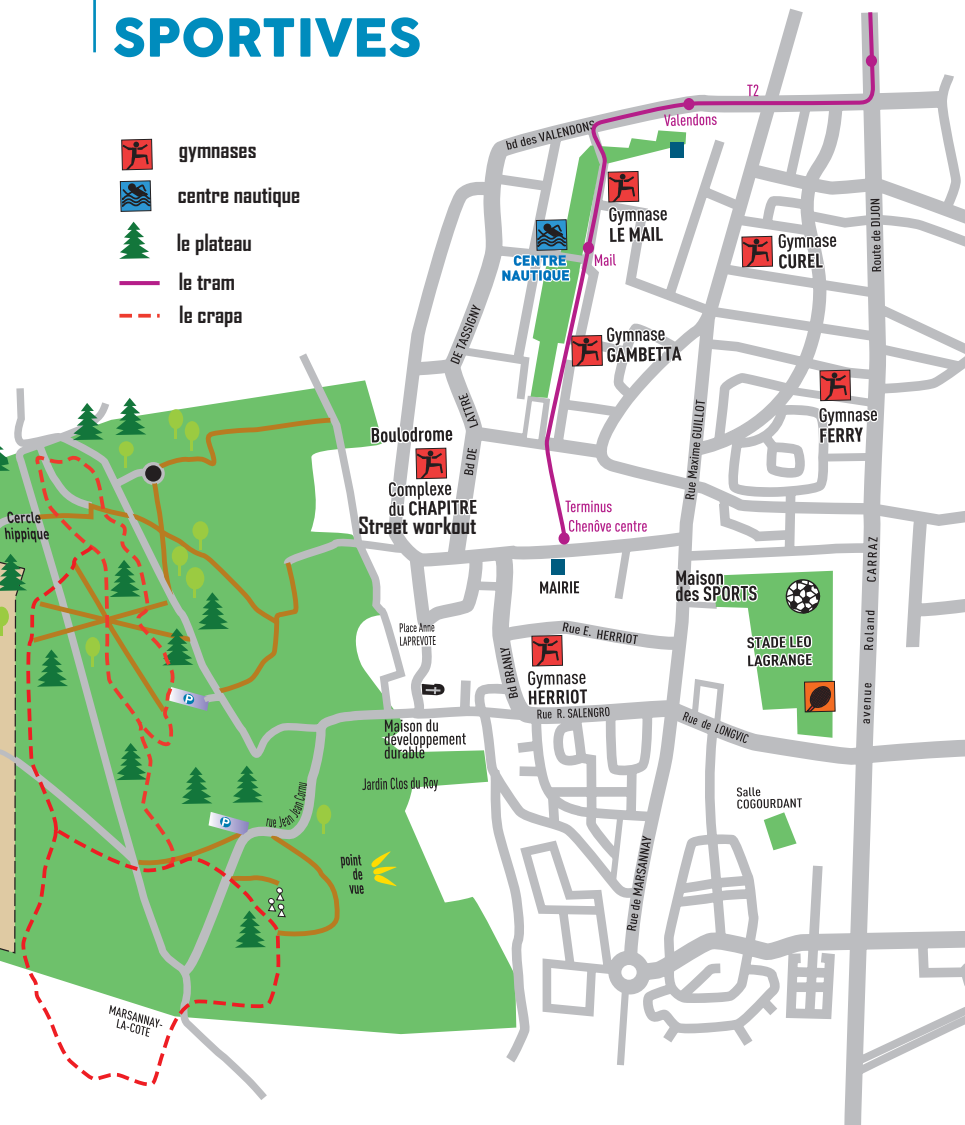


**Cyclisme**

[www.officemunicipaldessportschenove.fr](http://www.officemunicipaldessportschenove.fr)



# PLAN DES INFRASTRUCTURES SPORTIVES



## RENSEIGNEMENTS

Maison des sports - 15 rue de Marsannay - 21300 Chenôve  
03 80 51 55 50 - Mail : [secretariatsport@chenove.fr](mailto:secretariatsport@chenove.fr)

# NOTES

## SPORTIVES

