



ACTIVITÉS SPORTIVES - MODALITÉS D'INSCRIPTIONS 2020/2021

DISCIPLINE	ASSOCIATION	LIEU - DATES D'INSCRIPTIONS
AEROMODELISME	RCMCO Base de loisirs des Queues de Forêt à Ingré Contact site internet : www.rcmco.fr - onglet Contact	Ecole de pilotage tous les samedis et dimanches de 17h à 19h30 du 3/10/20 au 25/4/21 Indoor : gymnase des Trois Fontaines Outdoor : base de loisirs des Queues de Forêt
AIKIDO	AIKIDO-CLUB (à partir de 6 ans) www.aikido-saintjeandelaruelle.fr mail : aikidoclub.sjdr@gmail.com	Dojo Bernard Choulot (au-dessus de Klabi) reprise le mardi 2 septembre, inscriptions sur place aux cours Enfants : Mardi 18h à 19h30 Adultes : Mardi 19h30 à 21h30 et vendredi 19h15 à 21h15
*** INSCRIPTIONS ACTIVITÉS ALERTE SAINT JEAN, samedis 5/9 et 19/9, de 14h à 19h, 68 rue de Bagneaux (à côté du cimetière) Site internet : http://alerte.saintjean.free.fr - Mail : asjalertesaintjean@gmail.com		
BADMINTON	ALERTE ST JEAN *** BADMINTON (à partir de 7 ans) Tél : 02 38 43 75 10 Site internet : http://alerte.saintjean.free.fr Mail : asjbad.contact@gmail.com	Gymnase Trois Fontaines : adultes (et compétiteurs) mardi 20h30-23h, reprise le 22/9 - Ecole de badminton vendredi de 17h30 à 19h (7-11ans) ; 19h-20h30 (12-17ans), reprise 25/9 - Adultes/ados (et compétiteurs) le vendredi 20h30-23h, reprise le 25/9 - Découverte famille et adultes/ados (et compétiteurs) samedi 9h-12h, reprise 26/9
BASKET	BASKET CLUB SAINT JEAN DE LA RUELLE (de 5 à 11 ans) - 06 52 34 45 00 Mail : dabard.jean-paul@neuf.fr	Gymnase des Trois Fontaines - Reprise lundi 21 septembre 2014-2015 : lundi 17h-18h ; 2012-2013 : lundi 16h-19h30 ; 2010-2011 : mardi 17h30-19h ; jeudi 18h-19h30
BOXE ANGLAISE	RSING BOXE EDUCATION SAINT JEAN DE LA RUELLE (à partir de 7 ans) 07.51.62.28.38	Salle multisports, complexe sportif Maurice Millet, rue Maurice Millet (à côté du Collège Max Jacob) - Reprise le 3 septembre Lundi 17h45-21h30 ; mercredi 17h30-21h30 ; jeudi 19h-21h (séro boxe femmes) ; vendredi 17h45-21h30 ; samedi 10h-12h (séro boxe femmes)
CYCLISME	ASSOCIATION CYCLOTOURISTE (à partir de 7 ans) Tél : 02 38 88 06 72 - Mèl : renaudin@orange.fr	Affiliée à la Féd. Française de Cyclo Tourisme. Activités toute l'année route et VTT Libre choix facultatif pour randonnées inscrites au calendrier FFCT et sorties club, en principe le dimanche matin ou selon convenance à déterminer.
ESCRIME	CLUB D'ESCRIME STEORUELLAN (à partir de 4 ans) Tél : 06 67 12 43 63 club@escrime-stjean.fr - www.escrime-stjean.fr	Salle d'armes des Trois Fontaines, avenue Pierre Mendès France horaires détaillés sur le site internet 2 séances d'essai gratuites. Se présenter aux horaires d'entraînements, muni de chaussures de sport propres, pantalon de sport, tee-shirt à manches courtes
FOOTBALL	F.C.O. (FOOTBALL CLUB OLYMPIQUE) à partir de 5 ans révolus Site : facebook/FootballClubOlympiqueSaintJeandeLaRuelle Tél : 07 68 86 13 31	Toutes les inscriptions ou renseignements se font par mail : coordination.fco@gmail.com ou 500281@iclot.fr
GYMNASTIQUE SPORTIVE	ALERTE ST JEAN *** GYM SPORTIVE MASCULINE/FEMININE (à partir de 18 mois) Tél : 02 38 70 56 34 www.asjgym.com - Mail : asjgym.bureau@gmail.com	Salle de gymnastique des Trois Fontaines (en face du Mac'Do) Reprise des cours : lundi 7 septembre Inscriptions au siège 68 rue de Bagneaux les samedis 5/9 et 19/9 de 14h à 18h
GYMNASTIQUE D'ENTRETIEN	ALERTE ST JEAN *** Section GYMNASTIQUE DETENTE (Adultes) Tél : 02 38 43 75 10 (mercredi 18h à 19h) Site internet : http://alerte.saintjean.free.fr Inscriptions les Samedis 05/09 et 19/9 de 14h à 18h au 68 rue de Bagneaux (à côté du cimetière)	- Renf. Musculaire, gym, cardio , mercr 18h-19h ou 19h-20h salle danse Millet, reprise le 9/9 - Cardio Dance (se dispenser en dansant) mercredi 20h-21h salle danse Millet, reprise le 9/9 - Eirements / Stretching (amélioration souplesse) lundi 10h-11h (salle danse M. Millet) ou 20h15-21h15 (MMD) reprise 7/9 ou jeudi 9h30-10h30 (salle danse M. Millet) reprise le 10/9 - PILATES (maîtrise du corps), mardi 19h30-19h30 (salle danse M. Millet) reprise le 6/9 ; jeudi 8h30-9h30 ou 10h30-11h30 (salle danse M. Millet) reprise le 10/9 - TAI CHI CHUAN , jeudi 17h-18h (salle danse M. Millet), reprise le 10/09 - YOGA , vendredi 17h-18h15 ou 18h30-19h45 (salle danse M. Millet), reprise le 11/9
JUDO	JUDO CLUB (à partir de 4 ans) M. ASSAM Aghiles : 06 58 56 05 41 Mail : aghd45@live.fr	Dojo Bernard Choulot (au-dessus de l'ancien magasin Klabi) reprise le lundi 7 septembre, inscriptions sur place aux cours : Lundi 18h15 à 20h45 ; mardi 17h à 18h15 ; mercredi 17h15 à 20h30 ; jeudi 18h15 à 20h45 ; vendredi 17h45 à 19h ; samedi 9h45 à 12h30
PETANQUE	AMICALE PETANQUE STEORUELLANTE (à partir de 12 ans) Tél : 02 38 72 50 36	Boulodrome Bernadette Carton, 97 rue Henri Pavard Mardi et vendredi de 14h30 à 21h
ROLLERS	ROCS (à partir de 5 ans) Course : Isabelle THOMAS 06 10 23 82 37 Ecole de patinage : Fabien GRILLON 06 98 87 39 62 Roller Hockey : Valérie BEAULT 06 99 41 85 73 Rink Hockey : Franck DELAUNAY Randonné/Loisirs : Céline GALVANNE 06 26 14 62 31 Site internet : rocs45.fr E-mail : rocs45info@rocs45.fr	Gymnase Maurice Millet (à côté du collège M. Jacob) Lundi et jeudi 18h à 20h30 Samedi de 9h à 12h Mercredi 18h à 22h ; vendredi 21h-22h45 Jeudi de 20h30 à 22h30 ; dimanche de 10h à 12h Lundi de 20h30 à 22h (à partir de 15 ans)
TENNIS	TENNIS CLUB ST JEAN (à partir de 5 ans) Activités TENNIS et FIT TENNIS Tél. 02 38 72 05 22 Site internet : www.club.ftf.fr/tcsjjean/ Mail : tcsjjean@ftf.fr	Espace Carat, 18 rue des Saphirs Permanence mercredi de 13h à 18h (horaires scolaires) Jeunes-école tennis, inscript. mercredi 9 et 16/9 (10h-12h, 14h-18h) et samedi 12/9 (10h-12h) Adultes, inscriptions vendredi 11/9 et jeudi 17/9 (17h30-20h)
TENNIS DE TABLE	PING SAINT JEAN 45 77 rue Croix Baudu - Tél. 02 38 72 02 94 Entraîneur Aurélien 06 01 44 31 37 Site internet : http://pingsaintjean45.fr/gd/ Mail : psj45@orange.fr - (à partir de 6 ans)	Salle de Tennis de Table André Gauchard Stège du 24 au 28/8 de 9h à 18h - Reprise "normale" le mardi 1er/9 lundi, mardi, jeudi, vendredi 17h-20h30 ; lundi après 19h30, jeudi après 20h, entraînements libres ; mercredi 19h30-20h ; samedi matin 10h-12h
TIR A L'ARC	S.T.A.R.C (à partir de 10 ans) contact : starc45@laposte.net Site internet : http://club.sportsregions.fr/STARC	Salle de Tir à l'Arc, complexe sportif Maurice Millet Inscription sur place aux heures d'entraînement Lundi, mercredi 18h-22h30 ; vendredi 18h-20h30 ; samedi 9h-12h30
VOLLEY-BALL	ALERTE ST JEAN *** Section VOLLEY-BALL (adultes) Tél : 02 38 43 75 10 (mercredi 18h à 19h) Site internet : http://alerte.saintjean.free.fr	Gymnase des Trois Fontaines Mercredi de 20h30 à 22h30 Reprise le mercredi 23 septembre Inscriptions au siège 68 rue de Bagneaux (voir encadré en haut de page)
SPORTS D'EAU		
CANOE-KAYAK	ACKVL (à partir de 7 ans) Ecole de pagaie (Jeunes et Adultes) Pratique Compétitive - Pratique Loisir Aisance Aquatique - Renforcement Musculaire Tél. 02 38 64 98 85 Mail : alliance@canoe-valdeloire.com Site web : www.canoe-valdeloire.com	Centre Aquatique mercredi de 20h à 22h + Base St Jean de la Ruelle rue du Duc d'Antin (à proximité du camping) ou Base St Denis en Val le mercredi ou samedi de 13h30 à 17h Bulletin d'adhésion à télécharger sur le site internet Savoir nager 25 mètres et 1 immersion (passer sous ligne eau)
NATATION	CLUB NAUTIQUE : * NATATION SPORTIVE (à partir de 7 ans) * NATATION LOISIR * WATER-POLO (à partir de 7 ans pour l'école) matthew.domain@gmail.com / 06 28 23 12 45	Centre Aquatique Inscriptions les lundis de septembre de 17h30 à 19h30 (Test de natation avant toute inscription) Savoir nager 50 mètres sans défaut technique pour la natation sportive
PLONGÉE	TRITON'S CLUB (à partir de 11ans, 16ans pour saignée) Plongée, apnée, tir sur cible, nage avec palmes, plongée sportive en piscine (PSP) Tél : 06 87 21 54 97 informations : contact@tritonclub.com	Centre Aquatique Inscriptions 1, 2, 4, 7, 8 et 10/9 de 19h30 à 20h45 admission après visite médicale chez médecin généraliste Documents d'inscription sur notre site www.tritonclub.com
DANSE		
DANSE	CONSERVATOIRE MUNICIPAL Tél. 02 38 79 58 52 Eveil (5 ans), Classique, Contemporaine Site internet : www.ville-saintjeandelaruelle.fr Mail : conservatoire@ville-saintjeandelaruelle.fr	Maison de la Musique et de la Danse , 29 rue Bernard Millon Inscriptions à partir du lundi 04 août Reprise des cours le lundi 7 septembre Eveil à partir de la grande section maternelle, initiation CP/CE1 Danse classique/contemporaine à partir du CE2
DANSE	ALERTE SAINT JEAN *** (de 4 à 62 ans) Tél : 06 85 40 95 52 Modern Jazz, Zumba, Stretching danse Mail : alertesectiondanse@gmail.com	Salle de danse, complexe sportif M. Millet ou studio danse MMD lundi 20h15-21h45 ; mar 19h45-22h15 ; merc 13h30-16h15-20h-22h15 jeudi 12h15-13h ; 18h15-22h15 ; samedi 9h30-13h Reprise des cours : lundi 7 septembre 2020 Inscriptions au siège 68 rue de Bagneaux (voir encadré 1ère page)
DANSE AFRICAINE	MUSIQUE ET SOUIRE (à partir de 4/5 ans) Tél : 06 67 07 45 46 Mail : musiquesetsouire@yahoo.fr	Roi Tanguy, chemin de Chaingy ; Enfants : mercredi 17h45-19h30 ; adultes 19h-20h30 Salle de danse, complexe M. Millet (à côté du collège M. Jacob) ; adultes : lundi 19h-20h30
LOISIRS		
CARTES	ALERTE SAINT JEAN *** LOISIRS DETENTE - ADULTES Tél : 02 38 43 75 10 (mercredi 18h-19h) Site internet : http://alerte.saintjean.free.fr Mail : asjalertesaintjean@gmail.com Inscriptions au 68 rue de Bagneaux (à côté du cimetière) samedis 5/9 et 19/9 de 14h à 18h	Local 68 rue de Bagneaux ; Mercredi et samedi de 14h à 18h30 ; Jeudi à 20h30 Départ du local 68 rue de Bagneaux : Vendredi été (avril/oct) départ à 8h ; Hiver (nov/mars) à 8h30 3 groupes : 5 à 7 km ; 9 à 11 km ; 13 à 15 km
MARCHÉ		
PETANQUE		Local 68 rue de Bagneaux ; lundi, mercredi, samedi de 14h à 18h30
VELO		Départ du local 68 rue de Bagneaux : Mardi été (avril/oct) 8h ; hiver (nov/mars) 8h45 4 circuits : 30 km / 50 km / 70 km / 90 km