

## ● Tir sportif

### Cercle de tir

COSEC – Tél. 01 69 83 26 60 - ctmontgeron.org

## ● Volley-ball

### ESM Volley-ball

Dès 8 ans

COSEC – Tél. 06 25 32 53 39 - www.montgeron-volley.com

## ● Water-Polo

### AS Water-polo

Piscine de Montgeron - amwaterpolo@aol.com

## 2. Activités sportives municipales

La ville organise des ateliers sportifs, ouverts à tous, et encadrés par les éducateurs sportifs du service jeunesse et sports.

## ● Pour les maternels

### Eveil sportif 3-5 ans

Lundi, 16h45 - 17h45 - Complexe Picot

Mardi, 16h30 - 17h30 - Salle polyvalente du Nouzet

Tarifs : 15€ par trimestre, 45€ par an

## ● Pour les primaires

### Ateliers multisports pour les 6-8 ans

Mardi, 17h30-18h30 - Salle polyvalente du Nouzet

### Ateliers multisports pour les 8-10 ans

Mercredi, 10h-11h30 - Complexe Picot

Mercredi, 10h-11h30 - salle polyvalente du Nouzet.

Tarifs : 15€ par trimestre, 45€ par an

## ● Pour les adultes

### Activités Loisirs adultes

#### Ateliers multisports

Activités variées et adaptées au niveau des pratiquants : tennis, randonnée, footing, fitness, musculation...

Mardi, 12h15-13h30 - Complexe Picot

Tarifs : 30€ par trimestre, 90€ par an

ENFANTS

ADOLESCENTS

ADULTES



# Service jeunesse et sports

56 rue de Mainville

Tél. 01 69 52 21 46

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

Programme  
2010-2011

# Activités Sportives

Mairie de Montgeron - Photo Août 2010

# 1. Associations sportives

La ville de Montgeron vous offre une diversité importante de pratiques sportives. Découvrez la trentaine d'associations et les activités municipales.

## ● Arts martiaux

### Judo-Club de Montgeron

Dès 5 ans, Judo et Ju Jitsu  
Complexe Picot - Tél. 06 86 57 49 25

### Montgeron Arts Martiaux

Dès 6 ans - Karaté, Aïkido, Taekwondo, Kyudo  
COSEC - Tél. 06 11 99 29 92

## ● Athlétisme

### ESM Athlétisme

Stade Coubertin - Tél. 01 69 42 81 14 - [www.esmontgeron-athle.fr](http://www.esmontgeron-athle.fr)

## ● Badminton

### ESM Badminton

COSEC, salle du Nouzet - Tél. 01 69 43 43 58 - [www.esm.bad.free.fr](http://www.esm.bad.free.fr)

## ● Basket-ball

### ESM Basket-Ball

Dès 6 ans - Gymnase Coubertin - Tél. 06 85 84 34 74

## ● Cirque

### Les Amis de Ferdinand

Dès 5 ans - COSEC - Tél. 01 69 40 71 28 - [lesamisdeferdinand.free.fr](http://lesamisdeferdinand.free.fr)

## ● Cyclisme

### Amicale Cyclo Sénart

Cyclisme de loisirs  
Tél. 01 69 42 65 92 / 06 71 13 98 99 - [acs.cyclo.club.free.fr](http://acs.cyclo.club.free.fr)

### Entente Cycliste Montgeron-Vigneux

Cyclisme de Compétition - Tél. 01 69 83 08 60

### Montgeron Bicrossing

Dès 6 ans - COSEC - Tél. 01 69 42 57 38

## ● Danse

### Mouv'Danse

Jazz, danse de société, salsa, rock'nroll...  
COSEC - Tél. 01 69 52 32 67 - [mouvdanse@wanadoo.fr](mailto:mouvdanse@wanadoo.fr)

## ● Escrime

### Montgeron Escrime

Dès 4 ans - Complexe Picot - Tél. 06 66 28 49 20

## ● Football

### ESM Football

Dès 5 ans - Stade Coubertin - Tél. 01 69 40 14 44

### Ass. Sportive de Football de Montgeron

Pour adultes / Football de loisirs  
Stade Coubertin - Tél. 06 16 04 46 96

### A.P.A.R.T.E.

Pour adultes / Football de loisirs - Stade Coubertin - Tél. 06 86 67 55 25

### Sympa Football Club

Pour adultes / Football de loisirs - Stade Coubertin - Tél. 06 13 73 11 10

## ● Gymnastique

### Ass. Sportive et gymnique Montgeronnaise

Gymnastique pour adultes, baby gym, gym aux agrès  
COSEC - 01.69.42.24.59

### Association des Familles de Montgeron

Gymnastique douce, yoga, stretching...  
Complexe Picot - Tél. 01 69 40 71 81 - [famillesmontgeron.com](http://famillesmontgeron.com)

### Boite à l'Etre

Gymnastique douce, Yoga, Tai chi chuan, Do in shiatsu, Sophrologie -  
Salle du Nouzet - Tél. 01 69 40 44 10

### Amicale du Nouzet

Gymnastique pour adultes - Ecole Jules Ferry maternelle

## ● Handball

### ESM Handball

Complexe Picot - Tél. 01 69 42 50 74  
[www.montgeron-handball.fr](http://www.montgeron-handball.fr)

## ● Multisports

### Centre récréatif et éducatif (CRE)

Pour les enfants, dès 5 ans  
Gymnase Coubertin, salle du Nouzet - Tél. 01 69 03 26 60

### Amicale du Nouzet

Pour les enfants, dès 5 ans - Salle du Nouzet - Tél. 01 69 52 21 46

## ● Musculation

Force Athlétique - Complexe Picot - Tél. 06 04 15 68 77

## ● Natation

### G.R.E.N.E.

Bébé nageur, jardin aquatique, école de l'eau, gymnastique aquatique, femmes enceintes, personne à mobilité réduite  
Piscine de Montgeron - Tél. 01 69 42 33 63  
[Grene.association@club-internet.fr](mailto:Grene.association@club-internet.fr) - [www.grene.lightbb.com](http://www.grene.lightbb.com)

### Société des nageurs Montgeronnais

Ecole de natation, groupe compétition, natation adultes, gymnastique aquatique - Piscine de Montgeron - Tél. 01 69 40 06 81  
[www.snmontgeron.fr](http://www.snmontgeron.fr)

## ● Plongée sous-marine

### Le Poule

Piscine de Montgeron - Tél. 01 69 00 36 76 - [lepoule-plongee.org](http://lepoule-plongee.org)

## ● Randonnées

### Montgeron Randonnées

Tél. 01 69 03 68 55 - [pagesperso-orange.fr/montgeron-randonnees](http://pagesperso-orange.fr/montgeron-randonnees)

## ● Rugby à XIII

### ESM Rugby à XIII

Dès 6 ans - COSEC - Tél. 06 07 59 13 97  
[sites.google.com/site/rams13rugby/](http://sites.google.com/site/rams13rugby/)

## ● Speedminton

### Speedminton Essonne

Enfants et adultes - COSEC - Tél. 06 08 32 45 21 - [3j.c@free.fr](mailto:3j.c@free.fr)

## ● Spéléologie

Club de spéléologie - Tél. 06 07 60 07 81

## ● Tennis

### Tennis Club

Stade Coubertin Tél. 01 69 42 94 16 - [www.club.fft.fr/tc.montgeron](http://www.club.fft.fr/tc.montgeron)

## ● Tennis de table

### ESM Tennis de table

Complexe Picot - Tél. 01 69 42 73 57 / 06 73 08 67 40