Matheysine
Communauté de communes

GUIDE DES ACTIVITÉS

culture - loisirs - engagement- sports

JEUNESSE & PETITE ENFANCE

Retrouvez le programme d'été des centres de loisirs au dos de ce guide en flashant le QR Code

ÉDITO

Chers Jeunes, Chers Parents,
Nous sommes ravis de vous présenter l'édition 2025-2026 du guide des activités jeunesse de la Matheysine.
Chaque année, ce guide est conçu avec soin pour vous aider à découvrir de nouvelles opportunités et à vous engager dans des activités enrichissantes.
La jeunesse est une période de la vie remplie de découvertes et d'explorations, et nous espérons que ce guide vous accompagnera dans cette aventure en vous offrant une multitude d'options culturelles, sportives, créatives et humaines.
Avec trois nouvelles structures, près de 70 organisations sont présentes dans cette nouvelle édition. Nous avons d'ailleurs l'immense plaisir de voir apparaitre la première Junior Association accompagnée par notre service jeunesse : Skate Culture Matheysine créée par 4 jeunes de 16 ans du territoire ! La Matheysine est riche de propositions grâce à l'investissement de bénévoles et de salariés et aujourd'hui, des jeunes. Bien que non exhaustif, ce guide regorge d'une variété d'activités, reflétant le dynamisme et la diversité du tissu local. Vous trouverez certainement des activités qui susciteront votre intérêt et nourriront votre curiosité.
Au-delà des activités à l'année et du volet «Petite-Enfance» de ce guide, le QR code présent sur la page 83 vous permettra d'accéder aux actions d'été des associations (stages sportifs, chantiers bénévoles...) et aux programmes des centres de loisirs pour offrir aux familles une meilleure vision des activités estivales.
La Communauté de Communes de la Matheysine s'engage pleinement en faveur de la petite-enfance, de l'enfance et de la jeunesse, dans le but de soutenir et d'accompagner les jeunes matheysins tout au long de leur parcours.
Nous vous invitons donc à plonger dans ce guide et à vous laisser inspirer par les possibilités qui s'offrent à vous. Que cette édition soit le point de départ de nouvelles aventures passionnantes et de découvertes enrichissantes.
Bonne lecture et bonnes découvertes !

Angélique Rossi Vice-Présidente déléguée à l'Enfance et à la Jeunesse

SOMMAIRE

Structures d'accueil
ou d'accompagnement

Petite enfance 0-6 ans 6
Accueils collectifs 3-17 ans 10
Initiatives et information jeunesse 12

Culture &
loisirs

Réseau intercommunal
de lecture publique 14
Chant 16
Créativité 17
Jeux 20
Langues 23
Musique 24
Numérique 38
Théâtre 39

Engagement &
citoyenneté

Citoyenneté 40
Patrimoine 41

Cette liste n'est pas exhaustive. Si vous proposez des activités pour les jeunes, contacter la Coordination Jeunesse : s.lelaure@ccmatheysine.fr

Les informations présentes dans ce guide sont données sous la responsabilité des associations, clubs et structures d'accueil. La CCM ne peut être tenue responsable des éléments d'information communiqués ni des modifications de programmes.

Sports individuels & **sports collectifs**

Aéromodélisme 43
Arts martiaux 44
Badminton 47
Cirque 48
Course à pied 48
Danse 49
Détente / conscience du corps 54
Equitation 57
Escalade 58
Glisse urbaine 59
Gymnastique 60
Musculation 62
Natation 62
Nature & montagne 64
Nautisme & voile 67
Plongée 71
Précision 72
Roller 73
Sports de ballon 73
Tennis et tennis de table 80
VTT 81

PETITE ENFANCE 0-6 ANS

Relais Petite Enfance

Susville

0 - 6 ans

Le Relais Petite Enfance (RPE) de la Matheysine, guichet unique, vous informe sur :

* les assistants maternels agréés pouvant accueillir à leur domicile ou dans une Maison d'Assistants Maternels (MAM) des enfants mineurs généralement âgés de moins de 6 ans,
* les personnes tierces gardant au domicile des parents, ou d'un de ses parents employeurs, des enfants mineurs,
* les crèches du territoire et la SCIC Petite Enfance en Matheysine.

Le RPE accompagne également autour de la contractualisation et dans le rôle de parents employeurs.
Le RPE étant Guichet Unique, c'est le service qui :

* vous renseigne sur les modes de garde du territoire,
* vous accompagne dans vos recherches et demandes de pré-inscriptions pour les places en crèches du territoire.

Communauté de Communes de La Matheysine,

13 route du Terril 38350 Susville
04 76 81 54 05 / 07 56 24 29 23 / 06 73 58 07 15
rpe1@ccmatheysine.fr / rpe2@ccmatheysine.fr
Permanences téléphoniques et sur RDV : Lundi 13h-18h30,
Mardi 14h-18h30, Mercredi 9h-12h, Vendredi 13h-18h30

Réseau parentalité Grandir en Matheysine

Réseau Parentalité GRANDIR EN MATHEYSINE
Communauté de Communes de La Matheysine, 13 route du Terril
: 04 76 81 54 05

Grandir en Matheysine

Société Coopérative d'Intérêt Collectif (SCIC)

Crèches et multi-accueils intercommunaux

Accueil petite enfance. Micro-crèche agréée par la Caf et la P.M.I. Les professionnelles de la petite enfance proposent de nombreuses sorties et activités ludiques en faveur de l'éveil et du développement du jeune enfant, en respectant son rythme et la qualité de son accueil, le tout dans une ambiance chaleureuse.

A Vaulx Câlins

Notre Dame de Vaulx

De 3 mois à 6 ans

Du lundi au vendredi 7h30-18h
Tarif : Selon quotient familial
Nbre de places : 12

5 place de la République

: 04 76 30 61 55 : a.vaulx.calins@orange.fr
: ccmatheysine.fr/web/minis-sites/scic-petite-enfance/a-vaulx-calins/
: Scic-PetiteEnfance-Matheysine : Scic-PetiteEnfance-Matheysine

Les Bout'Choux

La Morte

De 3 mois à 6 ans

Du lundi au vendredi 7h30-18h
fermé le mercredi
Tarif : Selon quotient familial
Nbre de places : 10

Immeuble Le Chardon Bleu

: 04 76 72 15 83 : lesboutchoux@orange.fr
: ccmatheysine.fr/web/minis-sites/scic-petite-enfance/les-bout-choux/
: Lesboutchoux-Multi-Accueil : Lesboutchoux-Multi-Accueil

Les Marmousets

Valbonnais

De 3 mois à 6 ans

Du lundi au vendredi 7h30-18h

Tarif : Selon quotient familial
Nbre de places : 10

41 route des Verneys

: 04 76 83 08 43 : multiaccueillesmarmousets@orange.fr
: ccmatheysine.fr/web/minis-sites/scic-petite-enfance/les-marmousets/
: Scic-PetiteEnfance-Matheysine : Scic-PetiteEnfance-Matheysine

Les Pitchous

La Salle en Beaumont et Corps

De 3 mois à 6 ans

Les lundis, mercredis et vendredis 7h30-17h45

Tarif : Selon quotient familial, Nbre de places : 12
258 chemin de Serviset - La Salle en Beaumont : 07 86 09 16 45

Les mardis et jeudis 7h30-17h45

Tarif : Selon quotient familial, Nbre de places : 10
40 rue de la Chèvrerie - Corps : 04 76 30 78 93

: creche_lespitchous@orange.fr
: ccmatheysine.fr/web/minis-sites/scic-petite-enfance/les-pitchous/
: Scic-PetiteEnfance-Matheysine : Scic-PetiteEnfance-Matheysine

Des roses et des choux

La Mure

De 3 mois à 6 ans

Accueil petite enfance. Multi-accueil

Du lundi au vendredi 7h30-18h

Tarif :
Nbre de places : 20

Crèche communale

21 rue Florin Bernard
: 04 76 81 14 06 : haltegarderie.lamure@wanadoo.fr

Bonne Mine

Itinérant

De 0 à 6 ans

Soutien à la parentalité. Espace de jeux et de sociabilisation pour les enfants, de rencontres, d'échanges et de détente pour les adultes.

Mardi 8h45-11h30

Ancienne école du Villard, rue de la Mayrie à La Motte d'Aveillans

Jeudi et vendredi matin 8h45-11h30

56 Boulevard Docteur Ricard à La Mure

Lieu d'Accueil Enfants Parents - LAEP

: 07 81 48 45 09 : bonneminescic@ccmatheysine.fr

ACCUEILS COLLECTIFS 3-17 ANS

Maison pour tous

Susville

Mercredi

Accueil journée, repas à fournir

De 3 à 6 ans et de 7 à 11 ans

Vacances scolaires, fermeture Août et Noël

De 12 à 15 ans

Accueil à la journée ou à la semaine, repas fourni uniquement en juillet. Une veillée est proposée une fois par semaine Tarif : Selon le quotient familial

121 Impasse du Stade 38350 Susville : 04 76 81 10 73

: mpt.susville@free.fr : mpt-susville.fr : maisonpourtousdesusville

Foyer pour tous

La Motte d'Aveillans

Mercredi

Accueil journée et demi-journée, matin et/ou après-midi, avec et/ou sans repas

De 3 à 11 ans

Vacances scolaires : 1ère semaine des petites vacances, 3 premières semaines de juillet et 2 dernières semaines d'août

Accueil à la semaine, à la journée avec repas et à la demi-journée après-midi Tarif : Selon le quotient familial

1 Place Albert Rivet 38770 La Motte d'Aveillans

: 04 76 30 67 55 et 06 83 03 09 55 : foyerpourtous@free.fr : fpt38770.fr

Centre de Loisirs de La Mure

La Mure

Mercredi

Accueil journée, matinée repas, après-midi seul

De 3 à 11 ans

Vacances scolaires

Accueil journée avec repas Tarif : Selon le quotient familial

5 Chemin de Peypelat 38350 La Mure

: 06 34 86 47 72 et 06 34 86 47 69 : enfance-jeunesse@mairiedelamure.fr

: lamure.fr : villedelamure : villelamure

Plein Temps Vacances & Loisirs Le relais de chantelouve

Laffrey ou La Morte

De 6 à 12 ans

Accueil à la semaine

Vacances scolaires

Tarif : Selon le quotient familial et la commune de résidence
7 Route de Saint Jean de Vaulx 38220 Laffrey
: 04 76 73 15 28 : ptvl38220@gmail.com
: www.ptvl.net : PleinTempsVacancesEtLoisirs

Le Bien Veillant

La Morte

De 6 à 14 ans

Vacances scolaires

Accueil à la semaine, à la journée avec repas du midi et goûter

Tarif : Selon les activités
1402 Route du Désert 38350 La Morte
: 09 81 33 66 16 : cololebienveillant38@gmail.com
: lebienveillant.com : Le Bien Veillant : lebienveillant38

Accueil Ados de La Mure

La Mure

De 11 à 17 ans

Vendredi

Accueil soirée

Vacances scolaires

Accueil après-midi

Tarif : Selon le quotient familial

56 Avenue du Docteur Ricard
: 06 34 86 47 72 et 06 34 86 47 69 : enfance-jeunesse@mairiedelamure.fr
: lamure.fr : villedelamure : villelamure

INITIATIVES ET INFORMATION JEUNESSE

Service Jeunesse intercommunal– Jeunes En Matheysine (JEM)

Matheysine
De 11 à 29 ans

JEUNES EN MATHEYSINE

Matheysine Communauté de communes

Communauté de Communes de La Matheysine

13 route du Terril 38350 Susville
: 04 76 81 18 24 / 07 56 24 07 94
: jem@ccmatheysine.fr : www.ccmatheysine.fr
: jem.ccm : stef_jem.ccm : Stéphanie JEM-CCM

Du mardi au samedi, toute l'année

Accompagnement individuel, collectif, en présentiel et en distanciel

Information Jeunesse 11-29 ans

info Jeunes Matheysine
EXPLORER LES POSSIBLES

Trouver des réponses aux questions :

- Etudier Se former Travailler
- Voyager pour un job, un stage ou des vacances
- Se loger
- Se distraire
- Apprendre à s'informer
- Prendre soin de soi
- Monter un projet
- Se déplacer
- Accéder à ses droits

... ou un relais vers une structure locale compétente.

Accompagnements et ateliers thématiques possibles : Trouver un stage, un logement étudiant, un job d'été, un job étudiant ; Gérer son budget étudiant ; S'inscrire sur Parcours Sup ; ...

N'hésitez pas à faire remonter vos besoins, d'autres ateliers peuvent être créés !

PDN-Promeneur Du Net

Promeneurs du Net

En MP sur les réseaux sociaux avec Stéphanie, animatrice Initiatives et info-Jeunes :
Poser vos questions
Alerter en cas de difficulté
Demander un rdv
Nouveau en 2025 : Conférence participative et ateliers parents-enfants : « Parentalité numérique, les pratiques des adolescents ».

Accompagnement des projets jeunes 11-25 ans

- Aide au montage de projet, mise en lien avec les partenaires, réalisation du budget, recherches de financements, infos sur les dispositifs existants, rédaction du dossier, préparation au passage en jury, bilan, ...
- Valorisation et promotion des projets des jeunes.

La bourse projet jeunes de la Communauté de Communes 11-18 ans

- Projet avec impact local direct ou indirect
- Sport, culture, art, environnement, solidarité, découverte, ...
- Participation des jeunes aux projets du territoire
- Passage en jury
- Réalisation du bilan
- Entre 200€ et 800€ d'aide financière

Formation BAFA

Parcours BAFA en Matheysine à partir de 16 ans
A moindre coût pour les jeunes de 16 à 25 ans de La Matheysine, en contrepartie de bénévolat en faveur du territoire.
Calendrier : vacances de printemps
A défaut de formation en Matheysine : accompagnement à la recherche de session, d'aide au financement et de stage pratique.

RÉSEAU INTERCO DE LECTURE PUBLIQUE

La Poste aux Livres

Chantepérier

Lundi : 17h -19h, Mercredi : 15h -17h.

: bibchanteperier@matacena.fr

Médiathèque de Corps

Corps

Jeudi et Samedi : 10h -12h.

: 04 76 30 80 97 - : bibcorps@matacena.fr

La Ruche aux Livres

La Motte - d'Aveillans

Mercredi : 9h -12h, Jeudi : 15h -18h,
Vendredi : 14h -16h, Samedi 10h -12h.

: 04 57 32 80 65 - : biblamotte@matacena.fr

La Matacena

La Mure

Médiathèque Tête de réseau

Lundi : 10h -12h30, Mardi : 15h-18h30,
Mercredi : 15h -18h30, Vendredi : 15 -18h30,
Samedi : 10h -12h30.
Fermée le samedi des vacances scolaires

: 04 76 81 24 06
: mediatheque@matacena.fr
: www.matacena.fr
: Médiathèque La Matacena La Mure

Boite à livres : permet de rendre vos documents en dehors des heures d'ouverture sauf CD et DVD

La Soif de Lire

Lavaldens

Jeudi : 16h30 -18h et Samedi : 15h - 17h.

: biblavaldens@matacena.fr

Passeur de mots

Mayres-Savel

Mardi : 17h -18h30.

: passeurdemots.mayres@gmail.com

Pays de Vaulx

Notre-Dame-de-Vaulx

Mardi : 10h30-11h30, Mercredi et Samedi : 17h00-18h30.

: 04 76 30 72 12 : bibvaulx@matacena.fr

Le Manège à Lire

Saint-Honoré

Mercredi et Vendredi : 16h30-18h30.

: 04 76 81 26 03 - : bibliotheque.sthonore@orange.fr

Maison Pour Tous

Susville

Mercredi : 15h45 -18h00, Jeudi : 14h00 -16h30.

: 04 76 81 16 10 - : bibsusville@matacena.fr

: bibliothèque Susville

Bibliothèque

Valbonnais

Mercredi : 16h -18h, Vendredi : 16h -18h (hors vacances scolaires zone A).

: 04 76 30 71 02 - : bibliothequedevalbonnais@orange.fr

: bibli de Valbonnais

HORS RÉSEAU

Point lecture

Saint-Laurent-en-Beaumont

Jours et horaires d'ouverture : voir mairie

: 04 76 30 43 65

CHANT

Chorale enfants et ados

La Mure

A partir de 7 ans

Pratique collective

Mercredi après-midi

Tarif **enfant** : 3 tarifs annuels à régler en 1 à 3 fois.
Sinon intégré au cursus complet ou si supplémentaire :
T[1] Communes non signataires de la Charte (sans QF) 82,50€ ou intégré au cursus complet.
T[2] Communes signataires de la Charte : 70,50€.
T[3] Habitants de La Mure ou propriétaires fonciers Bâti à La Mure (selon QF) : 60€

Ecole municipale de musique de La Mure

Salle 3 ou 5
: 04 76 81 27 15 : ecoledemusique.lamure@orange.fr
: lamure.fr/ecole-de-musique : ecoledemusique.lamure

Chorale adultes

La Mure

A partir de 18 ans

Pratique collective

Jeudi soir 20h-22h

Tarif **adulte** : 3 tarifs annuels à régler en 1 à 3 fois.
T[1] Communes non signataires de la Charte (sans QF) : 630€ en cursus complet, 244,50€ en 2ème instrument.
T[2] Communes signataires de la Charte (selon QF) : de 261 à 430€ en cursus complet ou de 88 à 150€ en 2ème instrument.
T[3] Habitants de La Mure ou propriétaires fonciers Bâti à La Mure (selon QF) : de 175 à 375€ en cursus complet ou de 60 à 130€ en 2ème instrument

Chorale de La Mure - Angélique GIANNINI

Salle 5, 3 et 4
: 04 76 81 27 15
: choraledelamure@gmail.com ou ecoledemusique.lamure@orange.fr

Technique vocale groupe adultes

La Mure

A partir de 18 ans

Pratique collective

Lundi, mercredi ou vendredi

Tarif : voir **adulte** page 16

Ecole municipale de musique de La Mure - Maud BORNIER

Salle 3, 4 et 5

: 04 76 81 27 15 : ecoledemusique.lamure@orange.fr

: lamure.fr/ecole-de-musique : ecoledemusique.lamure

CRÉATIVITÉ

Arts plastiques

La Motte d'Aveillans

A partir de 9 ans

Ateliers et cours de dessin et de peinture : tous niveaux, toutes techniques, tous styles (matériel non fourni)

Vendredi 18h-20h

Tarif : Voir le Foyer Pour Tous, adhésion de 9€ à 14€ selon le lieu de résidence

Foyer pour tous

Ancienne école du Villard

: 04 76 30 67 55 / 06 83 03 09 55

: foyerpourtous@free.fr

: fpt38770.fr : fptlamotte

Ateliers parents-enfants

à définir

Parents-enfants, ados et adultes

Le matériel est fourni, la participation est libre

Tout au long de l'année, sans régularité particulière. Pour être informé : s'inscrire sur la liste de diffusion par mail, par téléphone sur Facebook et Instagram

Tarif : Voir association

Arts Metiss' - David REBAUD

: 06 89 02 16 61 : association@artsmetiss.fr

: arts métiss' : arts métiss'

Balades dessinées en Matheysine

Matheysine

Tout âge

Le matériel est fourni, la participation est libre

idem ateliers parents-enfants ci-dessus

Tarif : Voir association

Arts Metiss' - David REBAUD

: 06 89 02 16 61 : association@artsmetiss.fr

: arts métiss' : arts métiss'

Couture

La Mure

A déterminer

Tarif : Voir l'association, adhésion 17€

CAFES - Marie-Paule ANDRE

: 04 76 30 94 42

: animation@associationcafes.org

: associationcafes.org : associationcafes.org

Couture créative

Notre Dame de Vaulx

A partir de 16 ans

Samedi 9h30-12h

Tarif : Adhésion 30€ individuel / 60€ famille

Foyer en pays de Vaulx - Renée ZIMMERMANN

: 06 75 35 82 10
: foyerenpaysdevaulx@gmail.com
: foyerculturelsaintjeandevaulx.fr

Création poterie

La Mure

Modelage céramique. Création d'utilitaires et de sculpture par groupe de 6. Cuisson et récupération des pièces tout au long de l'année. En plus des créations individuelles, un projet d'illustration collective d'une histoire sur l'année

Mercredi 9h30-10h45 ou 11h-12h15 ..... A partir de 5 ans

Jeudi 17h15-18h30 ..... De 10 à 16 ans

Tarif : 160€ par trimestre

Au grès du vent - Raphaële GALLET

Atelier Au grès du vent, 1 rue des Jardins
: 06 58 00 81 48 : gresduvent@gmail.com
: gresduvent.fr : Raphaele Gallet-paillet
: Au Grès du Vent, RAF

Poterie

Saint Jean de Vaulx

A partir de 16 ans

Jeudi 18h30-21h

Tarif : Adhésion 30€ individuel / 60€ famille

Foyer en pays de Vaulx - Claudine OST

: 04 76 73 15 49
: foyerenpaysdevaulx@gmail.com
: foyerculturelsaintjeandevaulx.fr

Sculpture sur bois

Saint Jean de Vaulx

A partir de 10 ans

Samedi 10h-12h

Tarif : Adhésion 30€ individuel / 60€ famille

Foyer en pays de Vaulx - Françoise BOYER

: 04 76 73 12 65

: foyerenpaysdevaulx@gmail.com

: foyerculturelsaintjeandevaulx.fr

JEUX

Belote, tarot

Saint Jean de Vaulx

A partir de 12 ans

1er et 3ème lundis du mois 20h30-22h

Tarif : Adhésion 30€ individuel / 60€ famille

Foyer en pays de Vaulx - Jean-Louis RAVANAT

: 04 76 73 10 58

: foyerenpaysdevaulx@gmail.com

: foyerculturelsaintjeandevaulx.fr

Echecs

La Motte d'Aveillans

A partir de 6 ans

45 mn de cours et 45 mn de parties et jeux. Débutants, amateurs, intermédiaires

Mercredi 17h30-19h

Samedi 14h-15h30

Tarif : Voir le Foyer Pour Tous, adhésion de 9€ à 14€ selon le lieu de résidence

Foyer pour tous

Ancienne école du Villard

: 04 76 30 67 55 / 06 83 03 09 55

: foyerpourtous@free.fr

: fpt38770.fr : fptlamotte

Echecs

Initiation et cours

Tous les jours, temps périscolaire et autre

Tarif : Selon demande

Nicolas NIVET

A domicile
: 06 98 48 25 54
: m.nivet.profechecs@outlook.fr

La Mure et alentours

A partir de 5-6 ans

Jeux de société

Stratégie et réflexion

Tous les jours, temps périscolaire et autre

Tarif : Selon demande

Nicolas NIVET

A domicile
: 06 98 48 25 54
: m.nivet.profechecs@outlook.fr

La Mure et alentours

A partir de 5-6 ans

Jeux de société

Espace de jeux et de convivialité. Venez découvrir des centaines de jeux de société. Une animatrice est toujours présente pour vous expliquer les règles !!

La Salle en Beaumont

2ème mercredi de chaque mois 9h30-12h et Jeudi 16h30-18h30

Susville

2ème mercredi de chaque mois 15h30-18h

Saint-Théoffrey

3ème mardi de chaque mois 16h30-18h30

Mayres-Savel

4ème mercredi de chaque mois 15h30-18h

La Motte d'Aveillans

2ème et 4ème mardi de chaque mois 16h30-18h30

Valbonnais

1er et 3ème mercredi de chaque mois 9h30-12h

La Mure

Tous les mercredis matins 9h30-12h

Notre Dame de Vaulx

4ème mercredi de chaque mois 9h30-12h

Pierre-Châtel

3ème mercredi de chaque mois 14h30-17h

Itinérant

Tout âge. Les enfants de moins de 10 ans doivent être accompagnés

Tarif : Gratuit. Une adhésion est demandée si emprunt de jeux 15€

Jeux rigole - Claire MOIROUD et Nicolas NIVET

: 06 41 66 30 39 : jeux.rigole@free.fr : jeuxrigole.com

LANGUES

Chinois

Cours et ateliers sur la langue et la culture chinoise, évènements culturels et fêtes traditionnelles, traduction

A déterminer

Tarif : Cours individuel 25€/h ou 20€/h en ligne, forfait à l'année 525€ (35h de cours) et cours collectif à partir de 15€/h/personne

Jiayin, échanges franco-chinois des Alpes - Jiapei DESANNAUX

: 06 17 76 73 92 : jiayin@franco-chinois.fr
: franco-chinois.fr
: jiayinechangesfrancochinois

La Mure et Saint Laurent en Beaumont
Tout âge

Conversation anglaise

Jeudi 20h-21h

Tarif : adhésion 30€ individuel / 60€ famille

Foyer en pays de Vaulx - Brigitte KYLE

: 04 76 13 37 18
: foyerenpaysdevaulx@gmail.com
: foyerculturelsaintjeandevaulx.fr

Saint Jean de Vaulx

A partir de 16 ans

Français

Cours

A déterminer

Tarif : Voir l'association, adhésion : 17€

CAFES - Geneviève RANDOLET

: 04 76 30 94 42
: animation@associationcafes.org
: associationcafes.org : associationcafes.org

La Mure

MUSIQUE

P'tit Lab, Voc'Ados, Mus'Act

La Mure

A partir de 7 ans

Pratique collective. Différents styles abordés. Reprises, compositions, adaptations.

Mercredi après-midi

Tarif : voir page 16

Ecole municipale de musique de La Mure - Carolle GALIN

Salle 5

: 04 76 81 27 15

: ecoledemusique.lamure@orange.fr

: lamure.fr/ecole-de-musique

: ecoledemusique.lamure

Basse

La Mure

A partir de 5 ans

Eveil musical et cours

Du mardi au vendredi, sur rendez-vous 10h-20h

Tarif : 30€/h - 25€/30min Eveil musical : 15 à 30 séances de 30 mn, entre 34 et 60€. Cours : 15 à 30 séances de 30 mn à 1h, entre 34 et 85€

Ukulele Fr (Partenaire Music side) - Amandine GALLET

: 06 17 73 10 82 : cantinamusique@gmail.com

: : UkuléléFR : ukulelefr

Batterie percussions

La Mure

A partir de 7 ans

Cours d'instrument en pratique individuelle. Différents styles abordés. Cursus complet (Cours individuel + FM + Pratique d'ensemble)

Toute la semaine

Tarif : voir page 16

Ecole municipale de musique de
La Mure - Carolle GALIN

Salle 5
: 04 76 81 27 15
: ecoledemusique.lamure@orange.fr
: lamure.fr/ecole-de-musique
: ecoledemusique.lamure

Chant-Corps-Voix et Technique Vocale individuelle enfants, ados, adultes

La Mure

A partir de 4 ans

Cours de voix, en pratique individuelle ou collective. Du son à la parole au chant, exploration, interprétation, présence. Relation au corps-physique du chanteur-acteur. Relation aux espaces, au public. Contenus adaptés aux objectifs de chaque élève

Lundi, mercredi ou vendredi

Tarif : voir page 16,

Ecole municipale de musique de
La Mure - Maud BORNIER

Salles 3, 4, 5 et 6
: 04 76 81 27 15 : ecoledemusique.lamure@orange.fr
: lamure.fr/ecole-de-musique : ecoledemusique.lamure

Clarinette

La Mure

A partir de 7 ans

Cours d'instrument en pratique individuelle. Différents styles abordés. Cursus complet (Cours individuel + FM + Pratique d'ensemble)

Toute la semaine

Tarif : voir page 16

Ecole municipale de musique de La Mure

Salle 1

: 04 76 81 27 15

: ecoledemusique.lamure@orange.fr

: lamure.fr/ecole-de-musique

: ecoledemusique.lamure

Cor

La Mure

A partir de 7 ans

Cours d'instrument en pratique individuelle. Différents styles abordés. Cursus complet (Cours individuel + FM + Pratique d'ensemble)

Toute la semaine

Tarif : voir page 16

Ecole municipale de musique de La Mure - Benjamin MAIRET-ZALA

Salle 3 et 5

: 04 76 81 27 15

: ecoledemusique.lamure@orange.fr

: lamure.fr/ecole-de-musique

: ecoledemusique.lamure

Découverte Instrumentale groupes Enfants

La Mure

A partir de 4 ans

4 groupes de 3 à 4 enfants par discipline. Découverte des pratiques instrumentales

Mercredi matin

Tarif : voir page 16,

Ecole municipale de musique de La Mure - Maud BORNIER - Carolle GALIN - Sylvain MONCHOCE - Françoise ROCHET

Salles 2, 4, 5 et 6
: 04 76 81 27 15
: ecoledemusique.lamure@orange.fr
: lamure.fr/ecole-de-musique
: ecoledemusique.lamure

Ensemble de clarinettes

La Mure

En fonction du niveau

Cours d'instrument en pratique collective. Différents styles abordés. Intégré au cursus complet ou non

Lundi soir

Tarif : voir page 16,

Ecole municipale de musique de La Mure -

Salle 1 et 5
: 04 76 81 27 15
: ecoledemusique.lamure@orange.fr
: lamure.fr/ecole-de-musique
: ecoledemusique.lamure

Ensemble de flûtes

Cours d'instrument en pratique collective. Différents styles abordés. Intégré au cursus complet ou non

La Mure

En fonction du niveau

Mardi soir

Tarif : voir page 16,

Ecole municipale de musique de La Mure - Carolle GALIN

Salle 4

: 04 76 81 27 15

: ecoledemusique.lamure@orange.fr

: lamure.fr/ecole-de-musique

: ecoledemusique.lamure

Ensemble de Sax

Cours d'instrument en pratique collective. Différents styles abordés. Intégré au cursus complet ou non

La Mure

En fonction du niveau

Mardi soir

Tarif : voir page 16,

Ecole municipale de musique de La Mure - Laurent NYSSEN

Salle 3 et 5

: 04 76 81 27 15

: ecoledemusique.lamure@orange.fr

: lamure.fr/ecole-de-musique

: ecoledemusique.lamure

Ensemble d'orchestres (Min' et Maj' Orchestre)

La Mure

De 9 ans à 18 ans

Cours d'instrument en pratique collective. Différents styles abordés. Intégré au cursus complet ou non

Mercredi ou vendredi après-midi

Tarif : voir page 16,

Ecole municipale de musique de La Mure - Benjamin MAIRET-ZALA

Salle 3 et 5
: 04 76 81 27 15
: ecoledemusique.lamure@orange.fr
: lamure.fr/ecole-de-musique
: ecoledemusique.lamure

Eveil musical

Pratique collective. 3 groupes MS, GS, CP

Mercredi matin

Tarif : voir page 16,

Ecole municipale de musique de La Mure - Guillaume BOUJON

Salle 3

: 04 76 81 27 15

: ecoledemusique.lamure@orange.fr

: lamure.fr/ecole-de-musique

: ecoledemusique.lamure

La Mure

A partir de 4 ans

Eveil Musical

Eveil musical et cours

Du mardi au vendredi, sur rendez-vous 10h-20h

Tarif : 30€/h - 25€/30min Eveil musical : 15 à 30 séances de 30 mn, entre 34 et 60€. Cours : 15 à 30 séances de 30 mn à 1h, entre 34 et 85€

Ukulele Fr (Partenaire Music side) - Amandine GALLET

: 06 17 73 10 82

: cantinamusique@gmail.com

: UkuléléFR : ukulelefr

La Mure

A partir de 5 ans

Flûte traversière

La Mure

A partir de 7 ans

Cours d'instrument en pratique individuelle. Différents styles abordés. Cursus complet (Cours individuel + FM + Pratique d'ensemble)

Mardi, mercredi

Tarif : voir page 16,

Ecole municipale de musique de La Mure - Sylvain MONCHOCE

Salle 4

: 04 76 81 27 15

: ecoledemusique.lamure@orange.fr

: lamure.fr/ecole-de-musique

: ecoledemusique.lamure

Formation musicale

La Mure

A partir de 7 ans

Pratique collective. Progression FM1, FM2, FM3, FM4, FM5, FM Adultes, FM Harmonie

Toute la semaine

Tarif : voir page 16,

Ecole municipale de musique de La Mure - Manon CASILLAS - Carolle GALIN - Florian LE MEUR - Françoise ROCHET

Salle 8

: 04 76 81 27 15

: ecoledemusique.lamure@orange.fr

: lamure.fr/ecole-de-musique

: ecoledemusique.lamure

Guitare

La Mure

A partir de 5 ans

Eveil musical et cours

Du mardi au vendredi, sur rendez-vous
10h-20h

Tarif : 30€/h - 25€/30min Eveil musical : 15 à 30 séances de 30 mn, entre 34 et 60€. Cours : 15 à 30 séances de 30 mn à 1h, entre 34 et 85€

Ukulele Fr (Partenaire Music side) - Amandine GALLET

: 06 17 73 10 82 : cantinamusique@gmail.com
: : UkuléléFR : ukulelefr

Guitare acoustique et électrique, ukulélé et basse électrique

La Motte d'Aveillans

A partir de 7 ans

Cours individuel de 30 mn. De débutants à confirmés

Mercredi à partir de 13h30

Tarif : Voir le Foyer Pour Tous, adhésion de 9€ à 14€ selon le lieu de résidence

Foyer pour tous

Ancienne école du Villard
: 04 76 30 67 55 / 06 83 03 09 55
: foyerpourtous@free.fr
: fpt38770.fr : fptlamotte

Guitare et basse

Formation musicale. Cours et accompagnement vers une démarche créative comme des concerts

Tous les jours 8h-20h

Tarif : Voir l'association, adhésion 15€ par an

Matheyzic - Bruno FOUREL

: 06 60 43 91 32 : matheyzic@gmail.org
: novedjango.org

La Mure, La Motte d'Aveillans
Tout âge

Guitare et basse

La Mure

A partir de 6 ans

Eveil musical et cours de guitare et basse

- Lundi 12h-20h
- Mercredi 10h-20h
- Jeudi 10h-20h
- Vendredi 10h-20h
- Samedi 10h-12h

Tarif : 30€/h - 25€/30min Cours : 15 à 30 séances de 30 mn à 1h, entre 34 et 85€ / mois

Music side - Quentin VILLAIN

: 06 66 23 29 17
: musicside.contact@gmail.com
: musicside.wixsite.com/musicside
: MusicSideEcoleDeGuitare : music.side

Human beatbox

La Mure

A partir de 8 ans

Le human beatboxing, « boîte à rythmes humaine » en anglais, consiste à faire de la musique en imitant des instruments uniquement avec sa bouche

à définir

Tarif : Voir l'association

Cela va sans dire - Nasser CHEBBI «Nash Beatbox»

: 07 63 07 42 74
: celavasansdire.contact@gmail.com
: Cela va sans dire spectacle visuel et sonore

MAO Ados et Adultes

La Mure

A partir de 7 ans

Cours en pratique individuelle ou collective

Mercredi

Tarif : voir page 16,

Ecole municipale de musique de La Mure - Manon CASILLAS

Salle 7
: 04 76 81 27 15
: ecoledemusique.lamure@orange.fr
: lamure.fr/ecole-de-musique
: ecoledemusique.lamure

Piano

La Mure

A partir de 7 ans

Cours d'instrument en pratique individuelle. Différents styles abordés. Cursus complet (Cours individuel + FM + Pratique d'ensemble)

Toute la semaine

Tarif : voir page 16,

Ecole municipale de musique de La Mure - Françoise ROCHET - Sarra CLARK

Salle 2 et 6
: 04 76 81 27 15
: ecoledemusique.lamure@orange.fr
: lamure.fr/ecole-de-musique
: ecoledemusique.lamure

Saxophone

La Mure

A partir de 7 ans

Cours d'instrument en pratique individuelle. Différents styles abordés. Cursus complet (Cours individuel + FM + Pratique d'ensemble)

Mardi

Tarif : voir page 16,

Ecole municipale de musique de La Mure - Laurent NYSSEN

Salle 3

: 04 76 81 27 15

: ecoledemusique.lamure@orange.fr

: lamure.fr/ecole-de-musique

: ecoledemusique.lamure

Trombone

La Mure

A partir de 7 ans

Cours d'instrument en pratique individuelle. Différents styles abordés. Cursus complet (Cours individuel + FM + Pratique d'ensemble)

Mercredi, vendredi

Tarif : voir page 16,

Ecole municipale de musique de La Mure - Benjamin MAIRET-ZALA

Salle 3

: 04 76 81 27 15

: ecoledemusique.lamure@orange.fr

: lamure.fr/ecole-de-musique

: ecoledemusique.lamure

Trompette

La Mure

A partir de 7 ans

Cours d'instrument en pratique individuelle. Différents styles abordés. Cursus complet (Cours individuel + FM + Pratique d'ensemble)

Toute la semaine

Tarif : voir page 16,

Ecole municipale de musique de La Mure - Sarra CLARK

Salle 6

: 04 76 81 27 15

: ecoledemusique.lamure@orange.fr

: lamure.fr/ecole-de-musique

: ecoledemusique.lamure

Ukulele

La Mure

A partir de 5 ans

Eveil musical et cours

Du mardi au vendredi, sur rendez-vous 10h-20h

Tarif : 30€/h - 25€/30min Eveil musical : 15 à 30 séances de 30 mn, entre 34 et 60€. Cours : 15 à 30 séances de 30 mn à 1h, entre 34 et 85€

Ukulele Fr (Partenaire Music side) - Amandine GALLET

: 06 17 73 10 82 : cantinamusique@gmail.com

: UkuléléFR : ukulelefr

NUMÉRIQUE

Atelier robotique

Découverte de Beebot

à définir

Tarif : Gratuit

CYPIEE - Eugénie RENAULT

Selon évènement (consulter le site)

: 04 76 30 15 78 : eugenie.cn@cypiee.fr

: cypiee.fr : lecypiee : cypiee_38119

Matheysine

De 3 à 7 ans

Atelier robotique

Découverte de Thymio

à définir

Tarif : Gratuit

CYPIEE - Eugénie RENAULT

Selon évènement (consulter le site)

: 04 76 30 15 78 : eugenie.cn@cypiee.fr

: cypiee.fr : lecypiee

: cypiee_38119

Matheysine

De 6 à 12 ans

Informatique

La Mure et itinérance

Découverte des outils de création numérique

à définir

Tarif : Voir l'association, adhésion 23€

CAFES - Xavier BLOIS

: 04 76 30 94 42
: animation@associationcafes.org
: associationcafes.org : associationcafes.org

THÉÂTRE

Théâtre

Cognet, La Mure

De 10 à 16 ans

Projet spectacle théâtral avec travail sur jeu de scène, mise en scène, et incarnation de personnages. Une séance à l'atelier à La Mure et une séance à la salle des fêtes de Cognet

Mercredi, deux fois par mois et 2 week-ends de création 14h-16h

Tarif : 160€ par trimestre

Au grès du vent - Raphaële GALLET

La Mure, 1 rue des Jardins
: 06 58 00 81 48 : gresduvent@gmail.com
: gresduvent.fr : Raphaele Gallet-paillet
: Au Grès du Vent, RAF

CITOYENNETÉ

Section des jeunes sapeurs-pompiers de La Mure

La Mure

De 11 à 16 ans

Initiation aux techniques propres des Sapeurs-pompiers. Entre cours théoriques et pratiques, les Jeunes Sapeurs-pompiers acquièrent des connaissances en manœuvres incendie, aux gestes de premiers secours et en culture diverse.

Mercredi 18h-20h

Vendredi 17h30-19h

Tarif : Adhésion saison 80€ par an

JSP de La Mure - Sergent Amaury SERAFIN

: jsp.lamure@udsp38.fr

: jeunessapeurspompierslamure

PATRIMOINE

Chantier-école bâtiment et patrimoine

Restauration de la chapelle de Beaumont : menuiserie et maçonnerie

- Du 7 au 18 juillet 2025 9h-17h
- Du 18 au 29 août 2025 9h-17h
- Du 01 au 12 septembre 2025 9h-17h
- Du 20 au 31 octobre 2025 9h-17h

Tarif : Gratuit, adhésion 15€ par an

URM - Linda SLEDZ

Chapelle de Beaumont
: 06 51 49 96 77
: urm.matheysine@gmail.fr
: alain.monrozier@wanadoo.fr
: urm-patrimoine.fr

La Mure

A partir de 18 ans

Chantier-école bâtiment et patrimoine

Construction d'un four à pain

Du 19 au 20 juillet 2025 9h-17h

Tarif : Gratuit, adhésion 15€ par an

URM - Alain MONROZIER

Prunières

: 06 82 58 08 94

: urm.matheysine@gmail.fr

: alain.monrozier@wanadoo.fr

: urm-patrimoine.fr

Prunières

A partir de 18 ans

Chantier-école bâtiment et patrimoine

Construction d'une cabane-refuge de montagne

du 21 juillet au 01 août 2025 9h-17h

Tarif : Gratuit, adhésion 15€ par an

URM - Gaspard Pion

La Morte, Jas du Miret

: 06 45 83 22 44

: urm.matheysine@gmail.fr

: alain.monrozier@wanadoo.fr

: urm-patrimoine.fr

La Morte

A partir de 18 ans

AÉROMODÉLISME

Aéromodélisme

Ecole aéromodélisme : pour les 11 ans et plus, construire son propre avion et apprendre à piloter

Mercredi de la période scolaire
14h-16h

Tarif : 70€ l'année

Clud d'aéromodélisme matheysin «Les rapaces»

Ancien tribunal
: 06 71 34 03 82 / 06 37 31 41 82
: lesrapaces38@gmail.com
: Club d'aéromodélisme matheysin

La Mure

A partir de 11 ans

ARTS MARTIAUX

Aïkido

La Mure

A partir de 15 ans

Tous niveaux

Jeudi 19h30-21h30

Tarif : 100€ par an

Aïkido Matheysine - Ivan BOTTON

Dojo du gymnase Jean Morel

: 07 78 68 55 58 : ivan.bot@sfr.fr

Judo

La Mure

A partir de 4 ans

Enseignement du judo

Lundi, mardi, mercredi, vendredi et samedi : après-midi et soirée

Tarif : De 205€ à 215€ + 41€ la licence

Judo club de La Mure - Pascal CANTET

Dojo Serge Grosset (Halle Fabrice Marchiol)

: judoclublamure@yahoo.fr

: judoclublamure38.com : judolamure

: judoclub_lamure

Jujitsu

La Mure

A partir de 18 ans

Enseignement du jujitsu (adultes)

Lundi, mardi, mercredi, vendredi et samedi Après-midi et soirée

Tarif : 215€ l'année + 41€ la licence

Judo club de La Mure - Pascal CANTET

Dojo Serge Grosset (Halle Fabrice Marchiol)

: judoclublamure@yahoo.fr

: judoclublamure38.com : judolamure

: judoclub_lamure

Kendo

Pratique du sabre japonais

Mercredi 18h30-20h15

Tarif : 149€ l'année, adhésion 11€ par an

Maison pour tous - Christophe MINUTOLO

MPT
: 04 76 81 10 73 : mpt.susville@free.fr
: mpt-susville.fr : maisonpourtousdesusville

Susville

De 11 à 17 ans

Kid's mouv.

Se défouler en se structurant (sport, jeux de ballon, motricité)

Mercredi 11h-11h45

Tarif : 149€ l'année, adhésion 11€ par an

Maison pour tous - Nadège CHOLAT

MPT
: 04 76 81 10 73 : mpt.susville@free.fr
: mpt-susville.fr : maisonpourtousdesusville

Susville

De 3 à 6 ans

Self defense

Etre plus sûr de soi, art de la défense personnelle

Mercredi 19h30-20h30

Tarif : 149€ l'année, adhésion 11€ par an

Maison pour tous - Jean-Pierre MERY

MPT
: 04 76 81 10 73 : mpt.susville@free.fr
: mpt-susville.fr : maisonpourtousdesusville

Susville

De 16 à 17 ans

Taekwondo

Susville

Art martial d'auto-défense et sport de combat pieds-poings

Mardi 18h30-20h ..... De 13 à 17 ans

Jeudi 17h45-19h ..... De 6 à 12 ans

Tarif : 149€ l'année, adhésion 11€ par an

Maison pour tous - Truc N'GUYEN

MPT

: 04 76 81 10 73 : mpt.susville@free.fr

: mpt-susville.fr : maisonpourtousdesusville

Taekwondo

Susville

Art martial d'auto-défense et sport de combat pieds-poings

Mercredi 9h-10h

De 6 à 12 ans

Tarif : 149€ l'année, adhésion 11€ par an

Maison pour tous - Laetitia BRIAND

MPT

: 04 76 81 10 73 : mpt.susville@free.fr

: mpt-susville.fr : maisonpourtousdesusville

Taïso

La Mure

A partir de 18 ans

Exercices variés pour entretenir son corps (adultes) : cardio, musculation, motricité

Lundi et mercredi En soirée

Tarif : 215€ l'année + 41€ la licence

Judo club de La Mure - Pascal CANTET

Dojo Serge Grosset (Halle Fabrice Marchiol)
: judoclublamure@yahoo.fr
: judoclublamure38.com : judolamure
: judoclub_lamure

BADMINTON

Badminton

La Motte d'Aveillans

La Mure

A partir de 7 ans

Entrainement et jeu libre

Lundi 17h30-22h30

Jeudi 17h30 -22h

Tarif : 95 à 125€

Bad'in Matheysine - Guillaume LEPAGE

Halle des sports - La Mure
Gymnase du vallon des Mottes - La Motte d'Aveillans
: 06 43 50 20 34
: bim38350@yahoo.com bim38350@gmail.com
: bad-in-matheysine.webnode.fr
: badinmatheysine

CIRQUE

Arts du cirque

Equilibre, jonglage, tissu, mimes, etc.

Jeudi 17h-18h ..... De 6 à 8 ans

Jeudi 18h-19h30 ..... A partir de 9 ans

Tarif : Voir le Foyer Pour Tous, adhésion de 9€ à 14€ selon le lieu de résidence

La Motte d'Aveillans

Foyer pour tous

Gymnase
: 04 76 30 67 55 / 06 83 03 09 55
: foyerpourtous@free.fr
: fpt38770.fr : fptlamotte

COURSE À PIED

Footing

Mardi 17h
Tarif : 30€ individuel / 60€ famille

Saint Jean de Vaulx

A partir de 16 ans

Foyer en pays de Vaulx - Cathy LOHIER

Départ parking mairie
: 06 82 84 85 51
: foyerenpaysdevaulx@gmail.com
: foyerculturelsaintjeandevaulx.fr

DANSE

Ateliers Parents-enfants

La Mure

A partir de 5 ans

Ateliers d'exploration et de partage parent-enfant

1 samedi par mois 10h45-12h

Tarif : 228€/famille/an, adhésion - de 11 ans 10€/ + de 11 ans 15€ / Famille 30€

Les petits pas dans les grands - Cathy PASTOR

Studio de danse

: 06 63 72 07 51 : cathyppg@gmail.com
: petitspasdanslesgrands.fr
: Les Petits Pas dans les Grands/Studio de Danse La Mure
: les.petits.pas.dans.les.grands

Claquettes

Cours techniques

Du mardi au vendredi Voir plaquette Studio

Tarif : De 219€ à 246€/an, adhésion - de 11 ans 10€/ + de 11 ans 15€ / Famille 30€

La Mure

A partir de 8 ans

Classe Danse Collège

Cours et ateliers

Mercredi et jeudi après-midi Voir plaquette Studio

Tarif : 630€/an, cours illimités, adhésion - de 11 ans 10€/ + de 11 ans 15€ / Famille 30€

La Mure

De 11 à 15 ans

Classique

Cours techniques

Du mardi au vendredi Voir plaquette Studio

Tarif : De 219€ à 246€/an, adhésion - de 11 ans 10€/ + de 11 ans 15€ / Famille 30€

La Mure

A partir de 8 ans

Contemporaine

Cours techniques et ateliers

Du mardi au vendredi Voir plaquette Studio

Tarif : De 219€ à 261€/an, adhésion - de 11 ans 10€/ + de 11 ans 15€ / Famille 30€

La Mure

A partir de 8 ans

Les petits pas dans les grands - Cathy PASTOR

Studio de danse

: 06 63 72 07 51 : cathyppg@gmail.com

: petitspasdanslesgrands.fr

: Les Petits Pas dans les Grands/Studio de Danse La Mure

: les.petits.pas.dans.les.grands

Danse

La Mure

Jeudi 17h-19h30 ..... A partir de 4 ans
Vendredi 18h30-21h ..... Ados et Adultes

Tarif : 130€ dégressifs, adhésion 25€ par an

Cabrioles et entrechats - Carole ZENI

Maison des Associations et du bénévolat
: 06 89 15 42 49
: cabrioles.entrechats@gmail.com
: Cabrioles et Entrechats

Danse

Susville

Plaisir de bouger, développer son cardio, travailler le sens de l'équilibre

De 7 à 10 ans

Mercredi 10h-11h

Tarif : 149€ l'année, adhésion 11€ par an

Maison pour tous - Nadège CHOLAT

MPT
: 04 76 81 10 73 : mpt.susville@free.fr
: mpt-susville.fr : maisonpourtousdesusville

Danse moderne

Susville

Mélange de danse contemporaine et de musiques modernes, ateliers chorégraphiques

Jeudi 17h30-18h30 ..... De 11 à 13 ans
Jeudi 18h30-19h30 ..... De 14 à 17 ans

Tarif : 149€ l'année, adhésion 11€ par an

Maison pour tous - Aurore GIAIME

MPT
: 04 76 81 10 73 : mpt.susville@free.fr
: mpt-susville.fr : maisonpourtousdesusville

Eveil danse jazz

Pour découvrir l'univers de la danse

Vendredi 17h-18h

Tarif : Voir le Foyer Pour Tous, adhésion de 9€ à 14€ selon le lieu de résidence

Foyer pour tous

Gymnase
: 04 76 30 67 55 / 06 83 03 09 55
: foyerpourtous@free.fr
: fpt38770.fr : fptlamotte

La Motte d'Aveillans

De 4 à 6 ans

Eveil-Initiation

Découverte de son corps, l'espace, la musique, sans technique imposée

Mercredi matin Voir plaquette Studio

Tarif : De 186€ à 219€/an, adhésion - de 11 ans 10€/ + de 11 ans 15€ / Famille 30€

Les petits pas dans les grands - Cathy PASTOR

Studio de danse
: 06 63 72 07 51 : cathyppg@gmail.com
: petitspasdanslesgrands.fr
: Les Petits Pas dans les Grands/Studio de Danse La Mure
: les.petits.pas.dans.les.grands

La Mure

De 4 à 7 ans

Fitness dance

Lundi 18h-18h45

Tarif : Adhésion 30€ individuel / 60€ famille

Foyer en pays de Vaulx - Jennifer BUCHET

: 06 15 89 52 19
: foyerenpaysdevaulx@gmail.com
: foyerculturelsaintjeandevaulx.fr

Notre Dame de Vaulx

A partir de 16 ans

Hip Hop

La Mure

A partir de 8 ans

Cours techniques

Lundi 17h-20h30

Tarif : De 219€ à 261€/an, adhésion - de 11 ans 10€ / + de 11 ans 15€ / Famille 30€

Les petits pas dans les grands - Cathy PASTOR

Studio de danse
: 06 63 72 07 51 : cathyppg@gmail.com
: petitspasdanslesgrands.fr
: Les Petits Pas dans les Grands/Studio de Danse La Mure
: les.petits.pas.dans.les.grands

Street danse

La Motte d'Aveillans

Débutants et/ou initiés

Vendredi 18h-19h ..... De 7 à 9 ans

Vendredi 19h-20h ..... De 10 à 13 ans

Vendredi 20h-21h30 ..... De 14 à 18 ans

Tarif : Voir le Foyer Pour Tous, adhésion de 9€ à 14€ selon le lieu de résidence

Foyer pour tous

Gymnase
: 04 76 30 67 55 / 06 83 03 09 55
: foyerpourtous@free.fr : fpt38770.fr : fptlamotte

Zumba

Susville

De 16 à 17 ans

Mélange d'aérobic et de danse

Lundi ou mercredi 19h30-20h30

Tarif : 149€ l'année, adhésion 11€ par an

Maison pour tous - Aurore GIAIME

MPT
: 04 76 81 10 73 : mpt.susville@free.fr : mpt-susville.fr
: maisonpourtousdesusville

DÉTENTE / CONSCIENCE DU CORPS

Acroyoga

La Motte d'Aveillans

De 6 à 12 ans

Synergie Yoga, acrobatie, gymnastique...

Jeudi 17h-18h

Tarif : Voir le Foyer Pour Tous, adhésion de 9€ à 14€ selon le lieu de résidence

Foyer pour tous

Salle socio culturelle
: 04 76 30 67 55 / 06 83 03 09 55
: foyerpourtous@free.fr : fpt38770.fr : fptlamotte

Atelier bien-être de soi

Susville

De 10 à 14 ans

Atelier ludique pour explorer ses ressentis, ses émotions, son stress et se booster

lundi 17h30-18h30

Tarif : 149€ l'année, adhésion 11€ par an

Maison pour tous - Marlene BOUCHET

MPT
: 04 76 81 10 73 : mpt.susville@free.fr
: mpt-susville.fr : maisonpourtousdesusville

Eveil corporel

Susville

De 3 à 6 ans

Découvrir son corps (jeu de foulard, mouvements sur musique, ...)

Lundi 16h45-17h30

Tarif : 149€ l'année , adhésion 11€ par an

Maison pour tous - Julie HEBERT-THIFAULT

MPT
: 04 76 81 10 73 : mpt.susville@free.fr
: mpt-susville.fr : maisonpourtousdesusville

Qi Gong

La Mure

A partir de 16 ans

Art de tradition chinoise qui vise à rééquilibrer la circulation interne de l'énergie. Détend le corps, calme le mental

Mercredi 18h30-20h

Jeudi 10h-11h30

Tarif : 220€ l'année, adhésion 12€ par an

La caverne enchantée - Christiane MAINDRON

: 06 95 88 15 38 : lac.enchant38@laposte.net

Tai chi

La Mure

A déterminer

Tarif : Voir l'association, adhésion 17€

CAFES - Odile DESJONQUERES

: 04 76 30 94 42

: animation@associationcafes.org

: associationcafes.org : associationcafes.org

Yoga enfants

Susville

Souplesse et équilibre dans un cadre ludique et amusant

Lundi 17h30-18h15 ..... De 3 à 6 ans

Mardi 17h-18h ..... De 7 à 10 ans

Tarif : 149€ l'année , adhésion 11€ par an

Maison pour tous - Julie HEBERT-THIFAULT

MPT

: 04 76 81 10 73 : mpt.susville@free.fr

: mpt-susville.fr : maisonpourtousdesusville

Yoga du rire

La Mure

A partir de 7 ans

Cours enfants / adolescents / adultes lors d'un exercice pratiqué en groupe ... pour rire intentionnellement

Lundi 18h-19h

Tarif : Voir le Foyer Pour Tous, adhésion de 9€ à 14€ selon le lieu de résidence

Foyer pour tous

Grande salle de la MAB
: 04 76 30 67 55 / 06 83 03 09 55
: foyerpourtous@free.fr
: fpt38770.fr : fptlamotte

Yoga en famille

La Motte d'Aveillans

Avec au moins un parent ou un grand-parent qui est acteur de l'activité autant que l'enfant

Mercredi 9h30-10h15 ..... De 2 à 5 ans

Mercredi 10h20-11h20 ..... De 6 à 10 ans

Tarif : Voir le Foyer Pour Tous, adhésion de 9€ à 14€ selon le lieu de résidence

Foyer pour tous

Ancienne école du Villard
: 04 76 30 67 55 / 06 83 03 09 55
: foyerpourtous@free.fr
: fpt38770.fr : fptlamotte

EQUITATION

Balades

Cheval ou poney

Du lundi au samedi, sur rendez-vous 9h-19h

Tarif : Voir l'écurie

Cholonge

A partir de 2 ans

Equitation

Cheval ou poney initiation

Du lundi au samedi, sur rendez-vous 9h-19h

A partir de 2 ans

Cours d'équitation sur cheval ou poney Galop 1, 2, 3, 4, 4/5 et 6/7

Mercredi 11h, 13h30, 14h30, 15h30, 16h30 et 17h30

Cours d'équitation sur cheval ou poney Galop, 1, 2, 3/4, 4/5, 5/6 et Baby poney

Samedi 11h30, 13h, 14h, 15h, 15h30 et 16h30

A partir de 3 ans

Cholonge

Tarif : Voir l'écurie 25€ la licence. Cotisation Club : moins de 10 ans : 100€ et plus de 10 ans : 120€

Ecurie du Serre - Jonathan REBREYEND

: 07 74 15 66 88 : scearebreyend@hotmail.fr
: scearebreyend.com : jonathan.rebreyend.5
: ecurie_du_serre

ESCALADE

Escalade

Escalade en salle et extérieur

- Lundi 17h30-19h
- Mardi 17h30-19h

De 9 à 11 ans

- Lundi 19h-20h30 — De 11 à 13 ans
- Mardi 19h-20h30 — De 14 à 17 ans

La Mure

Tarif : Voir le club, Licence 58,30€ + Assurance 19,60€

Club Alpin Français La Mure
Matheysine - Coralie BALME

Halle Fabrice Marchiol
: Contact par mail uniquement
: caf.lamure@orange.fr
: caflamure.ffcam.fr

Escalade

La Motte d'Aveillans

A partir de 6 ans

Cours d'escalade pour les 6-16 ans. Escalade en autonomie pour les + 16 ans (débutants aux confirmés). Cours en intérieur et sorties extérieures

voir l'association

Tarif : Voir l'association

La cordée des Iarmuses - Lucas GRANGEAT

: 06 20 73 67 97
: lacordeedeslarmuses@gmail.com
: lacordeedeslarmuses.wixsite.com/escalade
: Lacordee Deslarmuses

GLISSE URBAINE

Atelier de skateboard et longboard

La Mure

A partir de 10 ans

La Junior Association composée de passionés de planches à roulettes propose des ateliers de skateboard et longboard pour débuter et progresser en étant accompagné, sur des modules adaptés

Mardi soir 17h30-18h30

Tarif : 5€ par atelier / 20€ pour 5 ateliers + 5€ l'adhésion

Session libre

Mardi soir 18h30-19h30 **adhérent uniquement**

Tarif : Gratuit pour les adhérents 5€ l'adhésion

Skate culture Matheysine - Lukas HUSSY

Sous le préau de la Halle Fabrice Marchiol
: 07 45 08 41 60
: skateculturematheysine@gmail.com
: skateculturematheysine

GYMNASTIQUE

Agrès GV

La Mure

Gymnastique aux agrès

Mercredi 13h-14h30	De 5 à 7 ans
Mercredi 14h45-16h15	De 6 à 8 ans
Mercredi 16h30-18h	De 7 à 9 ans
Jeudi 17h-18h30	De 8 à 11 ans
Vendredi 17h30-19h30	De 10 à 14 ans

Tarif : 92€ +11 ans 108€, 23 € licence + 5 € adhésion

Multi-GV-Tonic - Aurore MELZANI

Complexe sportif Jean Morel
: 04 56 56 24 95
: multigvtonic38350@gmail.com
: multi-gv-tonic-lamure.fr

La Motte d'Aveillans

Baby gym

Parcours d'agilité avec du matériel adapté aux tout-petits

Mercredi 10h-10h45 ..... De 2 à 3 ans

Compétition

Pour gymnastes confirmés

Mardi 18h-20h ..... A partir de 8 ans

Mini gym 1

Parcours d'agilité avec du matériel adapté aux petits

Mercredi 15h15-16h15 ..... Enfants nés en 2021 et 2022

Mini gym 2

Avec différents agrès

Mercredi 17h-18h ..... Enfants nés en 2019 et 2020

Multi gym 1

Mixte : découverte des exercices au sol et de différents agrès

Mardi 17h-18h30 ..... Enfants nés jusqu'en 2017

Multi gym 2

Mixte : découverte des exercices au sol et de différents agrès

Mercredi 16h30-18h ..... Enfants nés en 2018 et 2019

Tarif : Voir le Foyer Pour Tous , adhésion de 9€ à 14€ selon le lieu de résidence

Foyer pour tous

Gymnase
: 04 76 30 67 55 / 06 83 03 09 55
: foyerpourtous@free.fr
: fpt38770.fr : fptlamotte

MUSCULATION

Musculation

voir association

Tarif : 30€ individuel / 60€ famille

Foyer en pays de Vaulx - Paul RAVANAT

: 04 76 73 15 84

: foyerenpaysdevaulx@gmail.com

: foyerculturelsaintjeandevaulx.fr

Saint Jean de Vaulx

A partir de 16 ans

NATATION

Aqua leçons

Par petits groupes de 5 à 6 enfants : apprentissage de la natation, créneau horaire suivant le niveau

Mercredi 10h30-11h15 et 11h15-12h

Tarif : Abonnement annuel

Piscine territoriale Aqua Mira - Camille et Patricia

: 04 76 30 96 36

: mns-aquamira@ccmatheysine.fr

: aquamira.fr

La Mure

De 5 à 8 ans

Bébés nageurs

La Mure

De 6 mois à 3 ans

Moment de détente en famille pour faire découvrir ce nouveau milieu au bébé, conseils d'un maître nageur

Samedi 10h-10h45 et 10h45-11h30

Tarif : Se renseigner à l'accueil de la piscine territoriale

Piscine territoriale Aqua Mira - Anthony

: 04 76 30 96 36
: mns-aquamira@ccmatheysine.fr
: aquamira.fr

Natation

La Mure

Tout âge

Age et durée en fonction des groupes de niveau

voir club

Tarif : Voir l'association

Dauphins matheysins

Piscine Territoriale Aqua Mira et Lac de Laffrey
: dauphins.matheysins@yahoo.fr
: dauphinsmatheysins.clubeo.com
: dauphins.matheysins

Piscine

La Mure

A partir de 5 ans

Vendredi 19h-20h
Tarif : Supplément 5€ enfant et 15€ adulte
30€ individuel / 60€ famille

Foyer en pays de Vaulx - Renée ZIMMERMANN

: 06 75 35 82 10
: foyerenpaysdevaulx@gmail.com
: foyerculturelsaintjeandevaulx.fr

NATURE & MONTAGNE

Initiation grimpe d'arbre

Découvrir les arbres en montant dans leurs branches en toute sécurité

Sur demande

Tarif : 20€ par personne pour 2h d'atelier

Rêve des forêts - Laureline BRUIN

Chemin du Clozet
: 07 82 52 89 05 : revedesforets@gmail.com
: reve-des-forets.fr : reve.des.forets

Ponsonnas

A partir de 7 ans

Marche nordique

Pour débutants et initiés

Samedi matin (et jeudi soir hors période hivernale)

Tarif : Voir le Foyer Pour Tous, adhésion de 9€ à 14€ selon le lieu de résidence

Foyer pour tous

A l'extérieur !
: 04 76 30 67 55 / 06 83 03 09 55
: foyerpourtous@free.fr
: fpt38770.fr : fptlamotte

Matheysine

A partir de 15 ans

Ski alpin en compétition

La Morte

A partir de 12 ans

Ski alpin de compétition : entraînements et courses FFS, préparation au test technique du monitorat de ski, préparation au test d'entrée de la section ski de La Mure, possibilité d'intégrer une classe à horaires aménagés sur le collège de La Mure. 90 ans d'expérience, des coachs brevetés d'Etat, entraînements et courses tous les week-ends de la saison et périodes de vacances, stages d'été et Toussaint.

- Mercredi 13h45-16h45
- Samedi 9h-13h
- Dimanche 9h-13h
- Tous les jours des vacances scolaires de fin d'année et d'hiver zone A 9h-12h30

Tarif : Voir l'association

Ski club Alpe du Grand Serre - Moniteurs ESF et ESI

Domaine skiable de l'Alpe du Grand-Serre

: 06 74 06 46 62 : scags-bureau@googlegroups.com

: skiclub-alpedugrandserre.com

: Ski Club Alpe du Grand Serre : ski_club_ags

Ski et surf

La Morte et La Motte d'Aveillans

De 6 à 16 ans

Apprentissage

- Samedi 12h30-18h

Tarif : 30€ par sortie 60€ licence + adhésion

Ski club de la Pierre-Percée - Didier TROPRES

: 06 87 87 39 79 : e.skimot@yahoo.fr

Randonnée

à définir

A partir de 16 ans

2ème dimanche du mois

Tarif : 30€ individuel / 60€ famille

Foyer en pays de Vaulx - Bruno COLANTONIO

: foyerenpaysdevaulx@gmail.com
: foyerculturelsaintjeandevaulx.fr

Triathlon : natation, cyclisme et course à pied

La Mure et La Matheysine

A partir de 10 ans

Natation, vélo et course à pied

Lundi 18h à 20h

Tarif : Voir l'association

Troll team triathlon - Thomas POINCHEVAL

: 06 81 14 91 63 / 06 73 01 44 56
: trollteamtri38@gmail.com
: Troll Team Triathlon

NAUTISME & VOILE

Aviron loisir

Laffrey

Paddle, canoé, planches à voile, catamaran, dériveurs, planches à ramer, aviron, skiff, skull. Association Familiale

Voir l'association

Tarif : Voir l'association

CVAL - Club de voile et d'aviron de Laffrey -

: bureau@cval.fr secretariat@cval.fr
: cval.fr : cval.laffrey
: cval_officiel

Canoé

Valbonnais

Tout âge

Essentiellement en rivière eaux vives (la Bonne)

Eté 14h-17h

Tarif : Voir l'association

ASBEL - Club FFCK - Philippe ART, Président et Jason ART, Moniteur diplomé

: 06 33 37 01 78

Catamaran

Pour les personnes en recherche de vitesse et sensations ! Aussi disponible à la location sous condition d'un niveau suffisant

Dériveur

Optimist ou Fusion selon l'âge, parfait pour progresser

Du lundi au vendredi l'été pour les stages. Tous les jours du 13 mai au 25 septembre pour la location et les cours particuliers : matin ou après-midi selon l'activité pour les cours. Toute la journée, de 9h à 18h pour la location

Tarif : Stages : enfants 121€ la semaine ; Ados 133€ la semaine ; Adultes 167€ la semaine. Location : voir site Internet
Adhésion : 2€ la journée

Club nautique de Cholonge - CNC - Lily ENGILBERGE

Lac de Laffrey
: 04 76 83 08 35 : contact@cncholonge.fr
: cncholonge.fr : Club nautique de cholonge
: cncholonge

Cholonge

A partir de 12 ans

De 7 à 80 ans

Ecole de voile

Cours de voile sur tous supports et initiation catamaran et planche à voile

De mai à octobre

Tarif : Voir le club

Base nautique BNSM - Pierre-Jean BETHOUX

: 07 60 23 10 10 : bnsm.info@gmail.com
: nautic-monteynard.com : nauticmonteynard
: base_nautique_savel_monteynard

Mayres Savel, Lac de Monteynard
A partir de 6 ans

Kayak

Essentiellement en rivière eaux vives (la Bonne)

Eté 14h-17h

Tarif : Voir le club

ASBEL - Club FFCK - Philippe ART, Président
et Jason ART, Moniteur diplomé

: 06 33 37 01 78

Valbonnais

Tout âge

Cholonge

Paddle

Pour se balader et se détendre sur le lac

De 7 à 80 ans

Planche à voile

Stages et location de planche à voile, des sensations garanties

A partir de 12 ans

Stages pirates

Pour avoir ses premières sensations sur l'eau en s'amusant tout en sécurité

De 6 à 8 ans

Du lundi au vendredi l'été pour les stages. Tous les jours du 13 mai au 25 septembre pour la location et les cours particuliers : matin ou après-midi selon l'activité pour les cours. Toute la journée, de 9h à 18h pour la location

Tarif : Stages : enfants 121€ la semaine ; Ados 133€ la semaine ; Adultes 167€ la semaine. Location : voir site Internet
Adhésion : 2€ la journée

Club nautique de Cholonge - CNC - Lily ENGILBERGE

Lac de Laffrey
: 04 76 83 08 35 : contact@cncholonge.fr
: cncholonge.fr
: Club nautique de cholonge : cncholonge

Voile loisir

Laffrey

Tout âge

Paddle, canoé, planches à voile, catamaran, dériveurs, planches à ramer, aviron, skiff, skull. Association Familiale

voir club

Tarif : Voir le club

CVAL - Club de voile et d'aviron de Laffrey

: bureau@cval.fr secretariat@cval.fr
: cval.fr : cval.laffrey
: cva_officiel

PLONGÉE

Plongée

La Mure

A partir de 8 ans

Plongée subaquatique

Mercredi 19h-21h

Tarif : Adhésion et licence : de 118€ à 200€ l'année

Club de plongée matheysin - Sébastien DUGUÉ

Piscine Territoriale Aqua Mira et lac de Laffrey
: 06 34 15 25 55
: secretariat@plongee-en-matheysine.fr
: cpm38.fr : ClubDePlongeeMatheysin
: club_de_plongee_matheysin

PRÉCISION

Airsoft

Ponsonnas

A partir de 15 ans

Simulation militaire. Manipulation et formation à l'utilisation de réplique d'arme propulsant des billes de 6mm biodégradables

Samedi et Dimanche 9h-17h

Tarif : Voir l'association 90€ la licence

Matheysine tactical unit - Anthony TARRICONE

: 06 87 09 94 30 : equipe.mtu@gmail.com
: M.T.U.AirsoftTeam
: matheysine_tactical_unit

Tir à l'arc

La Mure

A partir de 9 ans

Tir en intérieur et en extérieur

Mardi 17h-19h

Mercredi 17h-19h

Jeudi 17h30-19h30

Samedi 9h30-11h45

Tarif : Voir l'association

Club des archers murois - Déborah TEMPLIER GRAND

Complexe sportif Jean Morel et Stade Zéwulko

: 06 59 72 25 66 : archersmurois38@gmail.com
: archermurois.club.sportsregions.fr

ROLLER

Roller

Susville

De 14 à 17 ans

Hockey en patins à roulettes

Vendredi 19h30-21h30

Tarif : 149€ l'année, adhésion 11€ par an

Maison pour tous - Bryan RAMEL

MPT

: 04 76 81 10 73 : mpt.susville@free.fr

: mpt-susville.fr : maisonpourtousdesusville

SPORTS DE BALLON

Basket ball

Susville

Basket loisir

Mercredi 17h-18h ..... De 11 à 13 ans

Mercredi 18h-19h ..... De 14 à 16 ans

Tarif : 149€ l'année, adhésion 11€ par an

Maison Pour Tous - Faycal YAHIAOUI

MPT

: 04 76 81 10 73 : mpt.susville@free.fr

: mpt-susville.fr : maisonpourtousdesusville

Football

Découverte du football

Mercredi Après-midi

Tarif : 50 € la saison

Pierre-Châtel

4 ans

Football

Pratique du football

Mercredi Après-midi

Samedi Variable

Mercredi Après-midi

Samedi Variable

Mercredi Après-midi

Samedi Variable

Tarif : 70 € la saison Inclus

Pierre-Châtel

5 et 6 ans

7 et 8 ans

9 et 10 ans

Football

Pratique du football

Lundi Fin de journée

Mercredi Après-midi

Samedi Variable

Tarif : 85 € la saison Inclus

11 et 12 ans

Entente sportive de Pierre-Châtel
- Jean-Michel RICHARD

Gymnase

: 06 08 67 36 52

: 504533@laurafoot.net richard.jeanmi@free.fr

: Entente sportive de pierre chatel

Football

Pierre-Châtel

13 et 14 ans

Pratique du football

Mardi Fin de journée

Vendredi Fin de journée

Samedi Variable

Tarif : 90 € la saison Inclus

Entente sportive de Pierre-Châtel
- Jean-Michel RICHARD

Notre Dame de Mésage
: 06 08 67 36 52
: 504533@laurafoot.net richard.jeanmi@free.fr
: Entente sportive de pierre chatel

Football

La Motte d'Aveillans

Tout âge

Entrainements et matchs

Mercredi 19h30-21h30

Tarif : Voir l'association 100€ par an

AS les gueules noires - Jean-Paul BONFILS

: 06 38 97 64 81
: as.lesgueulesnoires@outlook.fr
: jean.paul.bonfils38@gmail.com
: ASGN38
: as_les_gueules_noires

Football

Eveil, préformation, formation, entrainement et match

Mercredi et samedi

Tarif : A partir de 90€ selon la catégorie d'âge

Football club sud Isère - Manuela LORENZI

: 07 50 22 99 75
: footballclubsudisere@gmail.com
: fcsudisere.fr : Football.Club.Sud.Isere
: fcsudisere_officiel

La Mure

De 5 à 13 ans

Football

Eveil, préformation, formation, entrainement et match

Mardi, vendredi et samedi

Tarif : A partir de 130€ selon la catégorie d'âge

Football club sud Isère - Guillaume LE GALL

: 06 73 23 66 76
: footballclubsudisere@gmail.com
: fcsudisere.fr : Football.Club.Sud.Isere
: fcsudisere_officiel

La Mure

A partir de 13 ans

Futsal

Susville

De 11 à 13 ans

Variante de football qui se joue en salle

Lundi 17h30-18h45

Mercredi 13h15-14h30

Tarif : 149€ l'année, adhésion 11€ par an

Maison pour tous - Lassan TOUBAL

MPT

: 04 76 81 10 73 : mpt.susville@free.fr

: mpt-susville.fr : maisonpourtousdesusville

Handball

La Mure

De 16 à 77 ans

Pratique du handball en compétion loisir, mixte et tout âge

lundi 19h-22h

Tarif : 100 € pour l'année

Handball matheysin - Cédric DOUSSOT et Jacques GALVIN

: 06 81 84 79 30

: docgenyco38@msn.com

: jacques.nivlag@wanadoo.fr

Rugby enfant éducatif, compétition à XV et rugby féminin à toucher à 5

La Mure

A partir de 5 ans

Pratique du rugby avec une école de rugby mixte de 5 à 15 ans, équipes de jeunes masculines de 16 à 19 ans, équipes adultes masculines et féminines

Lundi 17h-20h

Mercredi 17h30-21h

Samedi 10h-12h

Tarif : De 90€ à 180€ à l'année suivant la catégorie

Rugby club matheysin - Phillippe PAPPINI

Stade Zewulko, Stade Lira, Gymnase Jean Morel, Halle des Sports Fabrice Marchiol

: 04 76 81 23 20

: rcmsd@hotmail.fr

: rugby-club-matheysin.ffr.fr

: RugbyClubMatheysin

Volley Ball

Volley loisir et compétition, école de volley pour les jeunes à partir de 12 ans

Lundi 18h-20h

Tarif : 50 € par an

Volley ball matheysin - Denis POLERE

Gymnase Jean Morel

: 06 80 36 84 49 : vbmatheysin@free.fr

: Volley-Ball Matheysin

La Mure

De 12 à 18 ans

Volley Ball

Volley loisir et compétition, école de volley pour les jeunes à partir de 12 ans

Lundi 20h-22h

Jeudi 20h-22h

Tarif : 80 € par an

Volley ball matheysin - Denis POLERE

Gymnase Jean Morel

: 06 80 36 84 49 : vbmatheysin@free.fr

: Volley-Ball Matheysin

La Mure

A partir de 16 ans

TENNIS ET TENNIS DE TABLE

Tennis

Cours, compétitions et stages

En fonction des cours

Tarif : Voir le club

Tennis club de La Mure - Frédéric VOLAN

Halle des Sports Fabrice Marchiol

: 06 77 39 76 30

: tennis-club-de-la-mure@orange.fr

: Tennis club de La Mure

La Mure

A partir de 4 ans

Tennis de table

Pratique en loisir du tennis de table

Mercredi 17h-19h

Tarif : 25€ l'année

Tennis de table du Beaumont - Joël DESANNEAU

Salle des fêtes

: 07 80 78 98 80 : pingpong.beaumont@gmail.com

Saint Laurent en Beaumont

A partir de 10 ans

VTT

Découverte du VTT

Mercredi matin 9h15-11h45
Tarif : 165€, 4€80 la licence

Pierre-Châtel et Susville
De 6 à 8 ans

Groupe draisienne

Mercredi matin 9h30-10h30 ..... De 2 à 3 ans
Mercredi matin 10h45-11h45 ..... De 4 à 5 ans
Tarif : 80€, 4€80 la licence

Pierre-Châtel

Préparation physique pour le groupe performance

Lundi soir 17h30-18h30
Tarif : Voir l'association

la Mure
De 12 à 14 ans

VTT compétition trial XC enduro DH

Mercredi après-midi 13h45-16h30
Tarif : 240€, 61€ la licence

Pierre-Châtel et Susville
De 9 à 14 ans

Matheysienne VTT - Perrine CANDAT

: 06 63 77 93 43 : matheysienne@gmail.com
: matheysienne-vtt.com : LaMatheysienneVTT
: matheysienne_vtt

VTT enduro

Samedi matin 9h-12h
Tarif : Voir l'association, 4€80 ou 61€ la licence

Pierre-Châtel

A partir de 15 ans

VTT loisir et apprentissages techniques

Mercredi après-midi 13h45-16h30
Tarif : 165€, 4€80 la licence

Pierre-Châtel et Susville

De 9 à 14 ans

Matheysienne VTT - Perrine CANDAT

: 06 63 77 93 43 : matheysienne@gmail.com
: matheysienne-vtt.com : LaMatheysienneVTT
: matheysienne_vtt

PROGRAMMES DE L'ÉTÉ

des centres de loisirs &
des associations sportives & culturelles

www.ccmatheysine.fr

Matheysine
Communauté de communes