

Échirolles

TOUS LES SPORTS

2021/2022

TERRE
2024
DE JEUX


VILLE D'ÉCHIROLLES

echirolles.fr



AQUAJOGGING p4
 AQUAGYM p4
 AÏKIDO p4
 ATHLÉTISME p4
 BADMINTON p4
 BASKET p5
 BOXE ANGLAISE p5
 BOXE FRANÇAISE p5
 BOXE THAÏLANDAISE p5
 CIRQUE p5
 CROSS-TRAINING FIGHT p6
 CYCLISME p6
 CYCLOTOURISME p6
 DANSE p6
 DANSE MODERN'JAZZ p6
 DANSE HIP-HOP, RAGGAJAM
 ET DANSE AFRICAINE p7
 DANSES TRADITIONNELLES p7
 DANSES ORIENTALES p8
 ÉCHECS p8
 ÉQUITATION p8
 ESCALADE p8
 ÉVEIL CORPOREL p8
 EXPRESSION CORPORELLE p8
 FITNESS p9
 FOOTBALL p9
 FUTSAL p10
 GOLF p11
 GYMNASTIQUE p11
 HANDBALL p13
 HANDISPORT p13
 JUDO p13
 JIU-JITSU p13
 KARATÉ p14
 MARCHÉ DOUCE p14

MONTAGNE p14
 MULTIACTIVITÉS p14
 MUSCULATION p15
 NATATION p15
 NATATION SYNCHRONISÉE p15
 PATINAGE DE VITESSE p15
 PÉTANQUE p16
 PILATES p16
 PLONGÉE p16
 QI GONG p17
 RUGBY p17
 SELF-DÉFENSE p17
 SKI p18
 SPORT ADAPTÉ p18
 STEP p18
 STRETCHING p18
 TAEKWONDO p19
 TAÏSO p19
 TENNIS p19
 TENNIS DE TABLE p19
 TRIATHLON / DUATHLON p19
 VOLLEY-BALL p20
 WATER-POLO p20
 YOGA p20
 ZUMBA p20

**ÉCOLE MUNICIPALE
 DE NATATION** p22

ATOUT SPORT p24

DESTINATION SPORTS p25

ADRESSES p26

PLAN p27



Remise des premiers
 Chèques sport jeunes
 au stade Eugène-Thénard
 en juin 2021.

RECONNAISSANCE ET FIERTÉ !

En ouvrant cette édition 2021 du guide Tous les Sports, je souhaitais vous faire part de mon double sentiment de reconnaissance et de fierté.

Reconnaissance tout d'abord envers tout le milieu sportif échirollois qui se retrouve ce 4 septembre pour le 31^e Forum des sports et de la vie associative. Nous le savons, la saison 2020-2021 a été extrêmement compliquée et éprouvante pour les clubs sportifs, les professionnel-les, les bénévoles et les adhérent-es. Mais personne n'a baissé les bras, avec le soutien actif de l'équipe municipale et de OSE (Objectif sport Échirolles), en première ligne pour faire face aux difficultés. J'en tiens pour preuve la belle réussite du Chèque sport jeunes que nous avons lancé ensemble en juin de cette année, et qui connaît un succès au-delà de nos espérances. J'en tiens également pour preuve la belle et généreuse énergie que toutes et tous ont su développer pour maintenir une acti-

vité sportive régulière au service de nos sportifs-ves et de notre jeunesse.

Alors que cette année sportive s'ouvre autour de la labellisation Terre de jeux 2024, je souhaitais aussi vous faire part de ma fierté et de celle de la Ville d'Échirolles d'avoir été représentée par trois athlètes qualifiés pour les Jeux olympiques et paralympiques de Tokyo.

Porter ainsi les couleurs de notre commune, c'est participer à son dynamisme et à son rayonnement.

Grâce aux valeurs de partage et de solidarité véhiculées, c'est aussi rappeler qu'au-delà du "sport spectacle" ou du "sport argent", nous avons créé depuis de nombreuses années à Échirolles, les conditions de l'expression et de l'émancipation de toutes et tous par le sport.

Renzo Sulli
 maire d'Échirolles
 vice-président de Grenoble-Alpes Métropole

TOUS LES SPORTS

AQUAJOGGING

GV VERCORS ÉCHIROLLES

> **Dès 16 ans**, hors vacances scolaires

- 📍 Stade nautique
- 📄 Maison du sport
Permanence lundi, de 15h à 18h
Tél. 04 76 40 34 96
Site : gv38.com
gvechirrolles@orange.fr

AQUAGYM

GRENOBLE ALPES 38

> **De 16 à 95 ans**, circuit training

- 📍 Stade nautique
- 📄 Du lundi au vendredi
grenoblealp38@gmail.com

AIKIDO

AIKIKAI D'ÉCHIROLLES

> **Enfants, à partir de 7 ans**
> **Adolescent-es, de 13 à 17 ans**
> **Adultes, à partir de 18 ans**

- 📍 Dojo du gymnase Jean-Vilar
Dojo Croix-de-Vérines
- 📄 Tél. 06 71 89 98 21
champauzac@yahoo.com

ATHLÉTISME

ALE ATHLÉTISME

> **À partir de 10 ans**
Compétition, loisir, piste, route, cross, montagne, trail, marche nordique
Du lundi au vendredi, de 17h30 à 20h30, samedi de 10h à 12h

- 📍 Parc des sports Jean-Vilar
- 📄 Siège ALE athlétisme
Rue de Lorraine
Tél. 07 61 94 91 56
Site : ale-athletisme.com
ale.athletisme@orange.fr

BADMINTON

ÉCHIROLLES BADMINTON

> **Enfants, à partir de 6 ans**
> **Adultes**
Loisir encadré, jeu libre et compétition

- 📍 Gymnase Croix-de-Vérines
Gymnase Lionel-Terray
Salle polyvalente La Butte
- 📄 Site : echirrolles-badminton.fr
president@echirrolles-badminton.fr

BASKET

ALE BASKET

> **Baby, 5 ans**
> **À partir de 6 ans**, compétition

- 📍 Gymnase Auguste-Delaune
- 📄 Maison du sport
Tél. 06 72 78 70 13
amicale.laique.echirrolles.basket@orange.fr

BOXE ANGLAISE

ÉCHIROLLES BOXE

> **Atelier "éveil à la boxe", 4 et 5 ans**
> **Baby boxe, de 6 à 8 ans**
> **Boxe éducative d'assaut**
> **Boxe amateur**
> **Boxe professionnelle**
> **Handiboxe**
> **Aéroboboxe - Loisir**
Garçons et filles, du lundi au vendredi, de 17h à 22h

- 📍 Salle Dominique-Ramirez
- 📄 Siège social et salle d'entraînement
Parc des sports Jean-Vilar
Tél. 06 20 77 25 90 - 06 10 03 19 49
echirrollesboxe@wanadoo.fr

BOXE FRANÇAISE

BE API

> **À partir de 14 ans**
Tous les lundis, de 19h30 à 21h

- 📍 Halle Vieux-Village/Frange Verte
- 📄 Tél. 06 31 07 73 10
Site : be-api.net
contact@be-api.net

BOXE THAÏLANDAISE

MARTIAL GYM

> **Enfants, de 7 à 10 ans**
> **Ados, de 11 à 14 ans**
> **Adultes (débutant-es/intermédiaires/confirmé-es/compétiteurs-trices)**
Du lundi au samedi

- 📍 32, avenue de Grugliasco
- 📄 cedricombescoaching@yahoo.fr

CIRQUE

AUX AGRÈS DU VENT

> **À partir de 3 ans**
> **Initiation, de 7 à 11 ans**
> **Perfectionnement, de 9 à 14 ans**
(1 an de cirque ou plus)
> **La Troupe** (3 ans de cirque)
Stages pendant les vacances scolaires, séances parents-enfants

- 📍 2B, rue Pablo-Picasso
- 📄 Tél. 06 48 72 61 05
Site : auxagresduvent.fr
auxagresduvent@hotmail.fr

CROSS-TRAINING

BE API

- > **Cross-training, de 6 à 11 ans**
- > **Cross-training Teens, de 12 à 15 ans**
- > **Urban cross-training, à partir de 16 ans**

Travail musculaire et cardio à haute intensité, avec ou sans matériel

- 📍 - Lundi, de 18h30 à 19h30, sous la halle Giroud à la Frange Verte
- Samedi, de 9h à 10h, école primaire Paul-Langevin
- Mercredi, de 16h30 à 17h30, école primaire Paul-Langevin
- Mercredi, de 17h45 à 18h45, école primaire Paul-Langevin

- 📞 Tél. 06 310 77 310
contact@be-api.net

GYM VOLONTAIRE VERCORS ÉCHIROLLES

- > **De 20 à 75 ans**

- 📍 Gymnase Marcel-David, jeudi, de 20h15 à 21h15

CYCLISME

SPRINT-CLUB ALE (SCALE)

- > **À partir de 14 ans**

Cyclisme compétition, Fédération Française de Cyclisme et UFOLEP

- 📍 Départ, devant l'école Joliot-Curie, mercredi et samedi, à 14h

- 📞 M. et Mme Glénaz
Tél. 04 76 29 08 82
Site : scale.over-blog.fr
isa.glenaz@orange.fr

CYCLOTOURISME

ALE CYCLOTOURISME

- > **À partir de 18 ans**

Loisir et sportif

- 📍 Maison du sport
Tél. 04 76 09 71 44
Site : club.quomodo.com/alecyclo/accueil.html
louis.peron@orange.fr

DANSE

MAISON DES HABITANT-ES ANNE-FRANK/LES GRANGES

- > **Adultes**

- 📞 Tél. 04 76 40 20 51
mdh-annefrank@ville-echirolles.fr

DANSE MODERN'JAZZ

IDÉALE DANSE ÉCHIROLLES

- > **À partir de 4 ans**
- > **Éveil corporel**
- > **Modern'jazz**
- > **Classique**
- > **Barre à Terre**

- 📍 Salle de La Butte
Centre de loisirs Robert-Buisson

- 📍 Maison du sport du lundi au vendredi, à partir de 16h30
Tél. 04 76 40 15 38
ou 04 76 22 47 63
Site : idealedanse.com
idealedanse.echirolles@gmail.com

LES ATELIERS DE LA DANSE

- > **Classique, à partir de 5 ans**
- > **Modern'jazz, à partir de 6 ans**
- > **Hip-hop, à partir de 8 ans**
- Cours débutant-es à confirmé-es, cours adultes

- 📍 Salle André-Martin
La Butte
Gymnase Marcel-David

- 📞 lesateliersdeladanse@hotmail.com

MAISON DES HABITANT-ES LES ÉCUREUILS/CENTRE-EST

- > **Adultes**
- > **Adolescent-es, de 12 à 17 ans**
- > **Enfants, de 9 à 11 ans**
- mardi, de 17h à 18h, de 18h15 à 19h15, et de 20h à 21h30

- 📞 Tél. 04 76 09 03 27
mdh-ecureuils@ville-echirolles.fr

MAISON DES HABITANT-ES LA PONATIÈRE

- > **De 7 à 9 ans**
- > **De 10 à 12 ans**
- > **De 13 à 15 ans**
- > **Débutant-es, 16 ans et +**
- > **Confirmé-es, 16 ans et +**

- 📞 Tél. 04 76 23 36 72
mdh-ponatiere@ville-echirolles.fr

DANSE HIP-HOP RAGGAJAM, AFRICAINE

MJC ROBERT-DESNOS

- > **À partir de 10 ans**
- Jeudi, de 18h à 19h
Hip-hop breakdance
- > **De 8 à 13 ans**
- Mardi, de 17h30 à 18h30
- > **À partir de 14 ans**
- Mercredi, de 18h30 à 20h30
Raggajam newstyle, cours débutant-es à intermédiaires
- > **Adultes**
- Jeudi, de 20h à 21h
Danse africaine

- 📍 La Butte

- 📞 Tél. 06 76 09 45 21
Site : www.mjcrobertdesnos.fr
Facebook : mjc.robertdesnos
secretariat@robertdesnos.fr

DANSES TRADITIONNELLES

ENSEMAILLE

- > **Atelier adultes**
- > **Bal folk, tous âges**

- 📍 Maison des habitant-es Anne-Frank/Les Granges
Centre de loisirs Robert-Buisson

- 📞 Mme Merle - Tél. 04 76 40 74 71
Site : ensemaille.free.fr
ensemaille@yahoo.fr

DANSES ORIENTALES

MJC ROBERT-DESNOS

> **Adultes**

- i** Tél. 04 76 09 45 21
Site : www.mjcrobertdesnos.fr
Facebook : [mjc.robertdesnos](https://www.facebook.com/mjc.robertdesnos)
secretariat@robertdesnos.fr

ÉCHECS

CERCLE ALEKHINE ALE

> **À partir de 5 ans**
> **Débutant-es, avancé-es**
Loisir, entraînements et leçons
Compétitions internes et externes

- i** Cantine scolaire Joliot-Curie
Villa Élie-Blanchet
- i** Maison du sport
M. Edwige-Bouboune
Tél. 06 11 07 48 41
Site : www.echiroilles-alekhine.net
romain.edwige@numericable.fr

ÉQUITATION

ÉTRIER DU DAUPHINÉ

> **À partir de 3 ans**

- i** Étrier du Dauphiné
La Combe de Champagne
- i** M. Coeur
Tél. 04 76 98 55 66
Site : person.wanadoo.fr/etrier.dauphine
contact@etrierdauphine.fr

ESCALADE

ALE ESCALADE

> **À partir de 8 ans**
(cours jeunes et adultes)
Cours d'initiation escalade,
cours d'escalade, grimpe libre
et compétition

- i** Salle des fêtes - Espace grimpe
Mur d'escalade du gymnase
Lionel-Terray
- i** Maison du sport
Tél. 04 76 40 15 38
Site : aleescalade.free.fr
ale.escalade@gmail.com

ÉVEIL CORPOREL

MAISON DES HABITANT-ES LA PONATIÈRE

> **Enfants de 4 à 6 ans**

- i** Tél. 04 76 23 36 72

EXPRESSION CORPORELLE

MAISON DES HABITANT-ES LES ÉCUREUILS/CENTRE-EST

> **De 4 à 6 ans**
> **De 7 à 9 ans**

- i** Tél. 04 76 09 03 27

FITNESS

LA BUTTE

> **À partir de 18 ans**
Cours collectifs de stretching,
aérobic et step

- i** Tél. 04 76 22 93 43

ESPACE VITAL

> **À partir de 18 ans**
Cours collectifs abdos-fessiers,
TBC, aérodance, renfort musculaire
et zumba

- i** Espace Vital, Stade nautique
- i** Tél. 04 76 22 93 43
www.echiroilles.fr
mdh-ponatiere@ville-echiroilles.fr
mdh-ecureuils@ville-echiroilles.fr

GYM DES MINI KIDS BE API

> **Éveil corporel**
> **De 3 à 5 ans**
Cross-training, travail musculaire
et cardio à haute intensité, avec ou
sans matériel

- i** Lundi, de 18h30 à 19h30, Halle du
Vieux Village/Frange Verte,
mercredi de 15h15 à 16h15,
école Paul-Langevin
- i** Tél. 06 31 07 73 10
Site : www.be-api.net
contact@be-api.net

MARTIAL GYM

> **Fitness boxing**
(femmes, sans contact)
Préparation physique
et Circuit training
Du lundi au samedi

- i** 32, avenue de Grugliasco
- i** cedricombescoaching@yahoo.fr

FOOTBALL

FOOTBALL CLUB D'ÉCHIROLLES

> **À partir de 6 ans**
Pratique du football
initiation et compétition

- i** Siège du FCE
8, rue Missak-Manouchian
- i** Tél. 04 76 22 16 87
515301@laurafoot.org
adelino.dossantos38@gmail.com

ASSOCIATION SPORTIVE PICASSO

> **Adultes**, foot à 7

- i** Terrain Pablo-Picasso
- i** Tél. 04 57 39 82 54

ACREE

> **Adultes**, foot loisir, compétition.
District de l'Isère, FFF

- i** Terrain Pablo-Picasso
- i** M. Manas - Tél. 06 76 60 18 16

AS SURIEUX FOOT

> **De 5 à 16 ans**
Terrain stabilisé

- 📍 Parc des sports Jean-Vilar
- 📞 Tél. 06 37 31 72 64
surieuxfoot@free.fr

FUTSAL

MJC ROBERT-DESNOS

> **Futsal filles, de 10 à 15 ans**
mercredi, de 17h30 à 19h
> **Futsal, de 10 à 13 ans**
mardi, de 17h30 à 19h
> **Futsal, de 14 à 17 ans**
mercredi, de 14h à 17h
vendredi, de 17h30 à 19h

- 📍 Salle polyvalente La Butte
- 📞 MJC Robert-Desnos
Tél. 04 76 09 45 21
Site : www.mjcrobertdesnos.fr
Facebook : [mjcrobertdesnos](https://www.facebook.com/mjcrobertdesnos)
secretariat@mjcrobertdesnos.fr

ESPACE JEUNES PRÉVERT

> **De 11 à 17 ans**

- 📍 Gymnase Croix-de-Vérines
Espace jeunes Prévert
- 📞 Tél. 04 76 20 99 60
pole-jeunesse-prevert@villeechirolles.fr

FC PICASSO

> **Adultes**
lundi, mercredi et vendredi,
de 20h à 22h
> **Enfants, de 6 à 10 ans**
dimanche, de 9h30 à 12h
> **Jeunes, de 11 à 17 ans**, mercredi,
de 14h à 18h
> **Filles**, mercredi, de 17h à 18h
> **Vétérans**, dimanche, de 15h à 17h

- 📍 Gymnase Pablo-Picasso
- 📞 Tél. 07 82 26 36 26

VIE ET PARTAGE

> **18 ans et plus**
> **Futsal seniors :**
Lundi et Jeudi, de 20h30 à 22h,
Gymnase Croix-de-Vérines
> **Futsal U19 :** mercredi, de 20h45 à
22h15, stade Jean-Vilar
> **Futsal féminine :**
U13 : mercredi, de 17h30 à 19h,
La Butte
U15 : jeudi, de 17h30 à 19h,
Croix-de-Vérines
U20 : de 18h à 20h, Croix-de-
Vérines

- 📞 M. Bouallali
Tél. 06 58 84 07 15
vie_et_partage@hotmail.fr

GOLF

ALE GOLF

> **Adultes**
Initiation : leçons individuelles ou
collectives, stages périodiques ou
annuels, compétition : clubs et FFG

- 📍 Golfs Rhône-Alpes
- 📞 M. Reynier - Tél. 06 31 72 71 66
max.reynier@sfr.fr

GYMNASTIQUE

ESPACE VITAL

> **À partir de 18 ans**

- 📍 Espace Vital, Stade nautique
- 📞 Tél. 04 76 22 93 43

AS HABITANTS BAYARD

> **À partir de 18 ans**
gymnastique d'entretien

- 📍 Gymnase Marcel-David
- 📞 Facebook : Bayard 38
Tél. 04 76 22 55 13
lebayard38@gmail.com

ASTA

> **À partir de 50 ans**

- 📍 Maison des habitant-es
Les Écureuils/Centre-Est
Maison des habitant-es
Anne-Frank/les Granges
Espace Picasso

- 📍 Association des Toujours Actifs
Tél. 04 76 46 50 68
Site : asta38.com
asta38@wanadoo.fr

GYMNASTIQUE DOUCE

CLUB MARIE-CURIE

> **Retraité-es**, 18 personnes

- 📍 Commanderie
- 📞 Club des retraités Marie-Curie
Tél. 04 76 23 28 46
Hôtel de ville d'Échirolles

GYMNASTIQUE AQUATIQUE

GRENOBLE ALP'38

> **À partir de 16 ans**
Aquatonic, aquamineur et
aquadouce sur un rythme musical.
Circuit training - séance par
ateliers

- 📍 Stade nautique
- 📞 Bureau du club, maison au fond
du parking du Stade nautique.
Renseignement :
Site : grenoble.alp38.com
ncalp38@gmail.com

GV VERCORS ÉCHIROLLES

> **De 20 à 75 ans**, loisir, hors vacances scolaires

- 📍 Stade nautique
- 📍 Maison du sport
Permanence lundi, de 15h à 18h
Tél. 04 76 40 34 96
Site : gv38.com
gvechirolles@orange.fr

VILLE D'ÉCHIROLLES

> **Adultes**

- 📍 Stade nautique
- 📍 Renseignements : Stade nautique
Tél. 04 76 22 26 36

GYMNASTIQUE ARTISTIQUE

ALE GYMNASIQUE

> **À partir de 4 ans**, gym loisir
> **À partir de 6 ans**, gym compétition ou loisir
> **Gym adultes**, forme et bien-être, 1h / semaine

- 📍 Gymnase Marcel-David
- 📍 Tél. 06 17 98 57 01
alegym38130@gmail.com

GYMNASTIQUE D'ENTRETIEN

AS SURIEUX GYMNASIQUE

> **À partir de 18 ans**, mardi et jeudi, de 17h30 à 18h30 et de 18h45 à 19h45

- 📍 LCR, 17, allée du Languedoc
- 📍 Mme Arrelano
ernestohilda373@gmail.com
Tél. 04 76 22 13 39
ou 06 59 77 71 88

ESPACE VITAL

> **À partir de 18 ans**, renforcement musculaire, abdos-fessiers, stretching

- 📍 Espace Vital, Stade nautique
- 📍 Tél. 04 76 22 93 43
www.echirolles.fr

GV VERCORS ÉCHIROLLES

> **Dès 16 ans**
Loisir, hors vacances scolaires

- 📍 Maison des habitant-es Anne-Frank/ Les Granges
Salles André-Martin et La Butte
Espace Picasso
Espace Vital
Centre de loisirs Robert-Buisson
Gymnase Jean-Vilar
Gymnase Marcel-David
- 📍 Maison du sport
Permanence lundi, de 15h à 18h,
Site : gv38.com
gvechirolles@orange.fr

HANDBALL

HANDBALL CLUB ÉCHIROLLES - EYBENS

> **De 3 à 5 ans**, babyhand
> **De 6 à 8 ans**, mini-hand
> **À partir de 9 ans**, compétition
> **Loisir à partir de 18 ans**

- 📍 Gymnase Jean-Vilar
Gymnase Roger-Journet (Eybens)
- 📍 Tél. 09 83 31 30 77
Site : hbc2e.fr
contact@hbc2e.fr

HANDISPORT

ALE HANDISPORT

> **Gymnastique**
> **À partir de 12 ans**
Loisir ou compétition, debout ou en fauteuil

- 📍 Gymnase Pablo-Picasso, entraînements encadrés
Gymnase Fernand-Faivre (Eybens), entraînements libres
- 📍 Olivier Morel
Tél. 06 10 37 25 35
alehandisport38@gmail.com
- > **Plongée**, à partir de 12 ans, loisir
- 📍 Stade nautique

JUDO

JUDO CLUB ÉCHIROLLES

> **Pré-judo, de 4 à 5 ans**, motricité, latéralisation
> **Initiation, dès 6 ans**
> **Adultes**, loisir et compétition

- 📍 Dojo du gymnase Croix-de-Vérines
- 📍 Renseignements au Dojo, du lundi au vendredi, à partir de 17h30
Tél. 06 50 04 38 16
judoclubechirolles@gmail.com

JIU-JITSU

JUDO CLUB ÉCHIROLLES

> **Initiation, dès 16 ans**

- 📍 Dojo du gymnase Croix-de-Vérines
- 📍 Renseignements au Dojo, du lundi au vendredi, à partir de 17h30
echirollesjudo@laposte.net

MARTIAL GYM

> **Jiu-jitsu brésilien**
> **Adultes**
Du lundi au samedi

- 📍 32, avenue de Grugliasco
- 📍 Tél. 09 73 58 96 16
cedricombescoatching@yahoo.fr

KARATÉ

KARATÉ CLUB ÉCHIROLLES

- > **Baby, de 5 à 6 ans**
- > **Enfants, à partir de 7 ans**
- > **Ados et adultes**
- > **Compétition, tous les âges**

- 📍 Gymnase Navis
- 📞 Professeurs : M. Benali, Sutton, Querin et Sarrat
Tél. 06 25 23 56 88
kcechirolles@gmail.com

MARCHE DOUCE

GYM VOLONTAIRE VERCORS ÉCHIROLLES

> **Mardi, de 14h à 17h**

- 📍 Lieu : à préciser d'un cours à l'autre

MONTAGNE

MONTAGNE ÉVASION

> **Adultes, randonnées pédestres et raquettes**

- 📍 Départ, rue Gabriel-Didier à Échirolles (mardi et jeudi) Massifs de la région
- 📞 Maison du sport
Renseignements le vendredi, de 10h à 11h30, sauf vacances scolaires
tél. 04 76 09 46 53
Site : montagne-evasion38.fr
montagne.evasion@laposte.net

SENSAS

> **Seniors + de 50 ans,** randonnées pédestres, sorties raquettes, marche nordique lundi matin

- 📞 M. Dussol - Tél. 04 76 09 88 74 ou 06 07 36 90 62
jc_dussol@yahoo.fr

GV VERCORS ÉCHIROLLES

> **Dès 16 ans**
Randonnées pédestres, ski de fond et raquettes, hors vacances scolaires

- 📍 Maison du sport
Permanence lundi, de 15h à 18h,
- 📞 Tél. 04 76 40 34 96
gvechirolles@orange.fr

ASTA

> **Seniors, randonnées pédestres à la demi-journée**

- 📍 Départ, place de la Libération
- 📞 Association des Toujours Actifs
Tél. 04 76 46 50 68
Site : asta38.com
asta38@wanadoo.fr

MULTIACTIVITÉS

LA BUTTE

> **De 16 à 18 ans, multisports, muay-Thai**
> **À partir de 18 ans, multisports, muay-Thai, musculation, fitness**

- 📞 Inscriptions possibles au trimestre ou à l'année
Tél. 04 76 22 84 53

MUSCULATION

ESPACE VITAL

> **À partir de 18 ans,** musculation, espace cardio, préparation

- 📍 Espace Vital, Stade nautique
- 📞 Tél. 04 76 22 93 43
www.echirolles.fr

NATATION

GRENOBLE ALP'38

> **Natation sportive, compétition de 8 à 95 ans, classes sportives, de la 6^e à la terminale**
> **École de natation, de 3 à 11 ans**
> **Natation ados et adultes, de la 6^e à la terminale, préparation au Bac.**
À partir de 16 ans et pour les adultes, du débutant-es au perfectionnement, jusqu'à la maîtrise des quatre nages

- 📍 Stade nautique
- 📞 Bureau du club, maison au fond du parking du Stade nautique
Renseignement :
Site : grenoblealp38.com
ncalp38@gmail.com

GV VERCORS ÉCHIROLLES

> **Dès 16 ans**
Loisir hors vacances scolaires

- 📍 Stade nautique
- 📞 Maison du sport
Permanence lundi, de 15h à 18h
Tél. 04 76 40 34 96
gvechirolles@orange.fr

NATATION SYNCHRONISÉE

GRENOBLE ALP'38

> **Baby synchro, de 5 à 8 ans**
> **De 8 à 19 ans et +, groupes compétition**

- 📍 Stade nautique
- 📞 Bureau du club, maison au fond du parking du Stade nautique.
Renseignement :
Site : grenoblealp38.com
ncalp38.synchro@gmail.com

PATINAGE DE VITESSE SHORT-TRACK

CGALE

> **À partir de 4 ans**
Patinage de vitesse, short-track, initiation, compétition, loisir. Stage pendant les vacances scolaires

- 📍 Patinoire Pôle sud
1, avenue d'Innsbruck - Grenoble
- 📞 Tél. 06 82 34 36 15
facebook CGALE short track
murielle.audemard@orange.fr

PÉTANQUE

ALE PÉTANQUE

> **À partir de 7 ans**, compétition toutes catégories

- 📍 Pétanquodrome
- 📞 Tél. 06 11 70 63 72
jeanjean38@gmail.com

BOULES DE LA LUIRE

> **Tout âge**

- 📞 Tél. 04 57 93 09 25

NAVIS ÉCHIROLLES

> **Adultes**, compétition et loisir

- 📍 Stade Navis
- 📞 M. Romuald - Tél. 08 87 00 25 82
romualdfredenque@yahoo.fr

PCPS

> **À partir de 7 ans**

- 📍 Pétanque Club Pierre-Sémard
Terrains de Surieux
Pétanquodrome
- 📞 M. Di Fazio Patrick
Tél. 06 81 53 32 07
cl38-0423@francepetanque.com

PILATES

GV VERCORS ÉCHIROLLES

> **À partir de 16 ans**, loisirs hors vacances scolaires

- 📍 Maison des habitant-es Anne-Frank, mardi, de 9h à 10h
- 📍 La Butte, mardi de 18h30 à 19h30
Salle André-Martin, mercredi de 9h à 10h

CARDIO-PILATES

- 📍 Lundi de 12h15 à 13h15
Salle Robert-Buisson
- 📍 Maison du sport
Permanence, le lundi, de 15h à 18h
Tél. 04 76 40 34 96
gvechirrolles@orange.fr

PLONGÉE

PICASSO PLONGÉE

> **À partir de 16 ans**, passage des brevets, week-end en mer, plongée en lac, baptême en piscine

- 📍 Stade nautique
- 📍 Site : picasso-plongee.fr
bureau@picasso-plongee.fr

CLUB DE PLONGÉE ET D'APNÉE D'ÉCHIROLLES

> **À partir de 16 ans**, plongée, apnée et nage avec palmes

- 📍 Stade nautique
- 📞 Tél. 06 10 64 42 83 ou 06 15 27 49 33
Site : cpae38
club@cpae38.fr

ÉLAN PLONGÉE

> **À partir de 13 ans**, loisir, passage des brevets, sortie en mer
Affiliation FSGT

- 📍 Stade nautique
- 📞 M. Besançon
plongee.elan@gmail.com

QI GONG

TCC ÉCHIROLLES

> **À partir de 18 ans**, débutant-es

- 📍 Salle polyvalente de La Butte
- 📞 Tél. 06 23 63 41 20

ASTA

> **À partir de 50 ans**

- 📍 Salle de danse de La Butte
- 📍 Association des Toujours Actifs
Tél. 04 76 46 50 68
Site : asta38.com
asta38@wanadoo.fr

GV VERCORS ÉCHIROLLES

> **À partir de 16 ans**
Loisir, hors vacances scolaires
Jeudi, de 18h15 à 19h15

- 📍 Gymnase Jean-Vilar
- 📍 Maison du sport
Permanence lundi, de 15h à 18h
Tél. 04 76 40 34 96
gvechirrolles@orange.fr

SENSAS

> **Mercredi, de 18h à 19h30**

- 📍 Salle Languedoc
- 📞 Contact : jc_dussol@yahoo.fr

RUGBY

ALE RUGBY

> **De 4 ans et demi à seniors**
Les enfants, filles et garçons, doivent avoir 5 ans révolus avant le 30 juin 2022

- 📍 Stade de la Commanderie
Stade Pablo-Picasso
- 📍 Permanences et inscriptions
Stade de la Commanderie
Tél. 04 76 22 54 55
sec.ale.rugby@gmail.com

SELF DÉFENSE

BE API

> **Self-défense civique enfants**
> **Enfants, de 7 à 12 ans**
Mercredi, de 13h45 à 15h

📍 Salle associative de la Viscose

> **À partir de 16 ans**
Samedi matin, de 9h à 11h

📍 École Paul-Langevin

📞 Tél. 06 31 07 73 10
www.be-api.net
contact@be-api.net

SKI ALPIN

MONTAGNE ÉVASION

> **Adultes**

📍 Stations des environs de Grenoble

📍 Maison du sport
Permanence le vendredi,
de 10h à 11h30, sauf vacances
scolaires
Tél. 04 76 09 46 53
Site : montagne-evasion38.fr
montagne.evasion@laposte.net

SKI DE FOND

MONTAGNE ÉVASION

> **Adultes**

📍 Stations de la région

📍 Maison du sport
Renseignements le vendredi,
de 10h à 11h30, sauf vacances
scolaires
Tél. 04 76 09 46 53
Site : montagne-evasion38.fr
montagne.evasion@laposte.net

SPORT ADAPTÉ

ALESA

Compétitions à partir de 8 ans
> **Athlétisme, cross, parcours
moteurs**

📍 Gymnase Jean-Vilar
Stade Jean-Vilar

> **Football**

📍 Terrain stabilisé Jean-Vilar

> **Judo**

📍 Dojo du gymnase Croix-de-Vérines

> **Natation**

📍 Stade nautique

> **Handball**

> **Raquettes**

> **Ski de fond**

> **Randonnées**

> **Tennis**

📍 Frange Verte
Tennis couverts Pablo-Picasso

📍 Maison du sport
Tél. 06 20 29 44 07
Site : alesa.blog4ever.com
alesa.isere@gmail.com

STEP

ESPACE VITAL

> **À partir de 18 ans**

📍 Espace Vital, Stade nautique

📞 Tél. 04 76 22 93 43
www.echirolles.fr

STRETCHING

GV VERCORS

📍 Gymnase Marcel-David
Les vendredis, de 18h30 à 19h30,
Espace Vital
les mercredis, de 9h à 10h

📍 Maison du sport
Permanence le lundi, de 15h à 18h
Tél. 04 76 40 34 96
gvechirolles@orange.fr

TAEKWONDO

TAEKWONDO SELF-DÉFENSE - HAPKIDO FIGHT ÉCHIROLLES

> **Enfants, de 6 à 8 ans
et de 9 à 12 ans**
> **Ados-adultes**

📍 Salle polyvalente
Le Rayon Vert

📍 Président : M. Chennak
Tél. 06 17 76 11 67
Professeur M. Ziouane
Tél. 06 75 90 53 28
ziouane.gilbert@yahoo.fr

TAÏSO

JUDO CLUB ÉCHIROLLES

*Préparation physique par
deux avec assouplissements
et étirements*

📍 Dojo du gymnase Croix-de-Vérines

📍 Renseignements au dojo,
du lundi au vendredi,
à partir de 17h30
echirollesjudo@laposte.net

TENNIS

TENNIS CLUB ÉCHIROLLES

*Loisir, compétition, stages
vacances*

> **Mini tennis, de 4 à 7 ans**
> **Club juniors, de 7 à 14 ans**
> **Club ados, de 14 à 17 ans**
> **Centre d'entraînement
et de perfectionnement**
> **École de tennis adultes**
> **Tennis adapté / tennis santé**
> **Paratennis**
> **Tennis loisir et remise en forme**

📍 Frange Verte
Courts couverts Pablo-Picasso

📞 Tél. 04 76 22 42 31
tennisechirolles@free.fr

TENNIS DE TABLE

AL ÉCHIROLLES-EYBENS

> **À partir de 5 ans**

Compétition et loisir

 Gymnase Pablo-Picasso
Gymnase Fernand-Faivre (Eybens)

 Michel Muggeo
Tél : 06.28.82.53.82
michel.muggeo@alzett.com

TRIATHLON, DUATHLON, MULTISPORTS

ALE TRIATHLON - DUATHLON - MULTISPORTS

Natation, vélo, course à pied, VTT,
ski de fond, raid

> **De 8 à 13 ans**, initiation multisports

> **De 14 à 18 ans**

> **Adultes**, loisir et compétition

 Stade nautique
Parc des sports Jean-Vilar
Courts couverts Pablo-Picasso

 Bureau du club au Stade nautique
Tél. 06 22 47 66 48
Site : echiroilles-triathlon
triathlon.echiroilles@gmail.com

VOLLEY-BALL

ALE VOLLEY-BALL

> **À partir de 6 ans**, compétition,
loisir

 Gymnase Lionel-Terray

 M. Guillem - Tél. 06 67 32 39 11
contact@alevolley.fr

AS HABITANTS BAYARD

> **Adultes**, loisir

 Gymnase Marcel-David

 Tél. 04 76 22 55 13
Facebook : Bayard 38
lebayard38@gmail.com

WATER-POLO

ÉCHIROLLES WATER-POLO

> **Adultes**

 Stade nautique

 M. Zerbini - Tél. 04 76 09 19 76
ou 04 76 22 62 08
echiroilles.water-polo@orange.fr

YOGA

GV VERCORS ÉCHIROLLES

> **Adultes, dès 16 ans**, loisir

 Gymnase Marcel-David

 Maison du sport
Permanence le lundi, de 15h à 18h
Tél. 04 76 40 34 96
gvechiroilles@orange.fr

MAISON DES HABITANT-ES ANNE-FRANK/LES GRANGES

> **Adultes**, débutant-es

 Tél. 04 76 40 20 51
mdh-annefrank@ville-echiroilles.fr

ZUMBA

MAISON DES HABITANT-ES LES ÉCUREUILS/CENTRE-EST

 Maison des habitant-es les
Écureuils/Centre-Est

 Tél. 04 76 09 03 27
mdh-ecureuils@ville-echiroilles.fr

GV VERCORS ECHIROLLES

> **À partir de 16 ans**

 Frange Verte
Mercredi, de 20h à 21h

 Gymnase Marcel-David
jeudi, de 20h30 à 21h30

 Maison du sport
Permanence le lundi, de 15h à 18h
Tél. 04 76 40 34 96
gvechiroilles@orange.fr

ÉCOLE MUNICIPALE DE NATATION

du CP au CM2

Le mercredi
(hors vacances scolaires)

3 CRÉNEAUX
(places limitées à 210)

HORAIRES

- > 14h à 14h40
- > 14h45 à 15h25
- > 15h30 à 16h10

1

SESSIONS

1^{RE} SESSION
du 22/09/2021 au 26/01/2022
(15 séances)

2^E SESSION
du 2/03/2022 au 22/06/2022
(15 séances)

2

INSCRIPTIONS AU STADE NAUTIQUE

1^{RE} SESSION
*Inscriptions du 13/09/2021 au
14/09/2021, de 10h à 12h.*
Environ 50 places sont
disponibles.

2^E SESSION
*Pour nouveaux-velles inscrit-es,
à compter du 31/01/2022*

Pour les familles déjà
inscrites en 1^{re} session,
à compter du 07/02/2022 :
les lundi, mardi, jeudi et
vendredi, de 8h à 12h.

> POUR PARTICIPER

Il suffit d'être scolarisé-e ou habiter Échirrolles

> LIEU

Stade nautique
9, rue Fernand-Pelloutier
Tél. 04 76 22 26 36

> TARIF : 35,20 €

Aucun remboursement possible
lorsque l'activité est commencée

ATOOUT SPORT

Spécial 11/13 ans et 14/17 ans

VACANCES D'HIVER

(2 semaines)

> Préadolescent-es de 11 à 13 ans

26,10 €

Découverte multisports : escalade, tir à l'arc, jeux de raquettes, speed luge, arts martiaux...

> Adolescent-es de 14 à 17 ans

44,20 €

Multisports : snowboard, ski, bowling, patinoire...

VACANCES DE PRINTEMPS

(2 semaines)

> Préadolescent-es de 11 à 13 ans

26,10 €

Découverte multisports : escalade, tir à l'arc, jeux de raquettes, arts martiaux, accrobranche, cross-training, défis sportifs...

> Adolescent-es de 14 à 17 ans

44,20 €

Multisports : patinoire, bowling, karting, Fort Bastille, bubble foot...

VACANCES D'ÉTÉ

(3 semaines en juillet et 2 dernières semaines d'août)

> Préadolescent-es de 11 à 13 ans

26,10 €

Découverte multisports : ski nautique, planche à voile, catamaran, VTT descente, accrobranche, escalade, canyoning, baignade...

> Adolescent-es de 14 à 17 ans

44,20 €

Multisports : module hydrospeed, canyoning, aviron, bouée tractée, accrobranche, randonnée, via ferrata...

POUR
EN SAVOIR +

Ville d'Échirolles

Service des sports BP 248
38433 Échirolles cedex
Tél. 04 76 20 56 86 /85
ou sur le site echirolles.fr

DESTINATION SPORTS

DÉCOUVERTE MULTISPORTS AU SEIN DES QUARTIERS

Des animations sportives sont proposées gratuitement les mercredis après-midi sur les 3 secteurs de la ville pendant la période scolaire.

VILLE NEUVE

> De 8 ans à 14 ans

- City stade à coté de la MJC Robert-Desnos, de 14h à 15h30
- City stade du Limousin, de 16h à 17h30

Contact : Saïd - Tél. 06 20 77 25 90

VISCOSE

> De 9 ans à 15 ans

- City stade de la Viscose, de 14h à 15h30, de 15h45 à 17h15

Contact : Ali - Tél. 06 20 77 49 35

VILLAGE SUD

> De 9 ans à 15 ans

- Terrain de foot synthétique
- De 14h à 15h30

Contact : Dimitri - Tél. 06 20 77 58 83

ADRESSES

Service des sports

1, place des Cinq-Fontaines
04 76 20 56 85 ou
04 76 20 56 86

Espace jeunes Prévert

8, rue Denis-Papin
04 76 23 01 93

MJC Robert-Desnos

2B, rue de Normandie
04 76 09 45 21

Espace jeunes Pablo-Picasso

2A, rue Pablo-Picasso
04 76 09 74 73

MAISONS DES HABITANT-ES

Les Écureuils/Centre-Est

Place de la Libération
04 76 09 03 27

Les Essarts

Place de la Convention
04 76 09 72 72

La Ponatière

Avenue Paul-Vaillant-Couturier
04 76 23 36 72

Surieux

27, place Beaumarchais
04 76 09 64 03

Anne-Frank/Les Granges

Rue de Lorraine
04 76 40 20 51

Village Sud

3, rue Denis-Papin
04 76 20 99 60

Permanence avec les élu-es sur rendez-vous
Tél. 04 76 20 56 86 ou 85

GYMNASES

Auguste-Delaune

8, rue Missak-Manouchian
04 76 09 67 16

Jean-Vilar

2, rue Jean-Vilar
04 76 09 44 68

Marcel-David

Rue Docteur-Valois
04 76 09 75 31

Pablo-Picasso

Rue Pablo-Picasso
04 76 23 36 20

Lionel-Terray

Avenue du 8 Mai 1945
04 76 40 52 32

Gymnase et dojo

Croix-de-Vérines
23, av. du 8-Mai-1945
04 76 48 38 91

La Butte

Av. des États-Généraux
04 76 22 84 53

Salle Le Rayon vert

2, rue de la Viscose

AUTRES LIEUX

Salle des fêtes/espace grimpe

Avenue du 8-Mai-1945

Pétanquodrome Gilbert-Biessy

Parc des sports Jean-Vilar
Rue de Lorraine

Parc des sports

Rue de Lorraine
04 76 22 54 24

Commanderie

Stade Edmond-Racca
6, rue Paul-Cézanne
04 76 22 54 55

Stade nautique

9, rue Fernand-Pelloutier
04 76 22 26 36

Salle de boxe

Dominique-Ramirez
Parc des sports Jean-Vilar
Rue de Lorraine
07 87 92 87 91

Espace Vital (Stade nautique)

9, rue Fernand-Pelloutier
04 76 22 93 43

Salle André-Martin

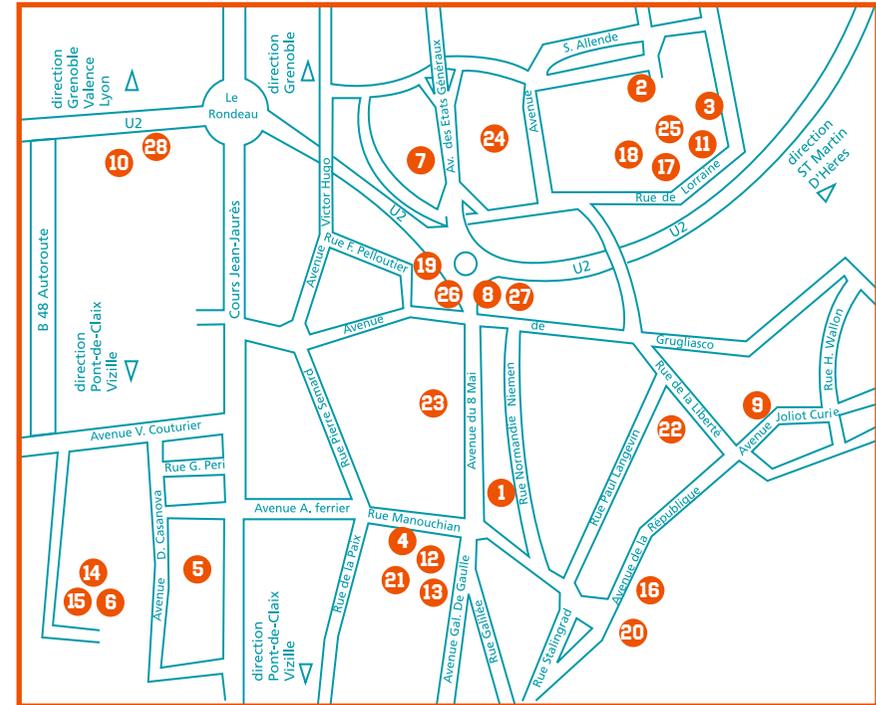
26, avenue de la République
04 76 22 70 14

L'étrier du dauphiné

1, route de Champagnier

Objectif Sport Échiroles (OSE) association fédératrice du mouvement sportif échirolois

Maison du sport
3, rue de la Liberté
Tél. 04 76 40 15 38



PLAN

GYMNASES

1 Lionel-Terray
Av. du 8-Mai-1945

2 Jean-Vilar
Rue Jean-Vilar

3 Salle de boxe Dominique-Ramirez
Parc des sports Jean-Vilar
Rue de Lorraine

4 Auguste-Delaune
Rue Missak-Manouchian

5 Marcel-David
Rue Docteur-Valois

6 Pablo-Picasso
Rue Pablo-Picasso

7 La Butte
Avenue des États-Généraux

8 Croix-de-Vérines/ Espace Grimpe
23, av. du 8-Mai-1945

TERRAINS DE FOOTBALL ET DE RUGBY

9 Stade Edmond-Racca
6, rue Paul-Cézanne

10 Stade Navis
Rue du Tremblay

11 Stade Jean-Vilar
Rue de Lorraine

12 Stade Auguste-Delaune
Rue Missak-Manouchian

13 Stade Eugène-Thénard
Av. du Général-de-Gaule

14 Stade Pablo-Picasso
Rue Pablo-Picasso
courts de tennis

15 Pablo-Picasso
Rue des 120-Toises

16 Frange Verte
Av. de la République

17 Tennis Jean-Vilar
Rue de Lorraine

AUTRES LIEUX

18 Piste d'athlétisme
Rue de Lorraine

19 Stade nautique/Espace Vital
9, rue Fernand-Pelloutier

20 Salle André-Martin
26, avenue de la République

21 Bouleodrome Tessaro-Chorier
10, rue Missak-Manouchian

22 Maison du sport
3, rue de la Liberté

23 Service des sports
1, place des Cinq-Fontaines

24 Mail Émile-Dufour
Avenue Salvador-Allende

25 Pétanquodrome Gilbert-Biessy
Parc des sports Jean-Vilar
Rue de Lorraine

26 Bowling
19, avenue de Grugliasco

27 Salle de fêtes/Espace Grimpe
Av. du 8-Mai-1945

28 Salle Le Rayon Vert
2, rue Viscose

