

Échirolles

TOUS LES SPORTS

2023/2024

TERRE
2024
DE JEUX


ville d'Échirolles

echirolles.fr



ÉDITO p3

TOUS LES SPORTS

AQUAJOGGING p4
AQUAGYM p4
AÏKIDO p4
ARTS MARTIAUX PHILIPPINS p4
ATHLÉTISME p4
BADMINTON p5
BASKET p5
BOULES LYONNAISES p5
BOXE ANGLAISE p5
BOXE DE RUE p5
BOXE FRANÇAISE p5
BOXE THAÏLANDAISE p6
CARDIO-PILATE p6
CIRQUE p6
CROSS-TRAINING p6
CYCLISME p7
CYCLOTOURISME p7
DANSE p7
DANSE FLAMENCO p7
DANSE MODERN'JAZZ p7
DANSE HIP-HOP, RAGGA JAM p8
DANSES TRADITIONNELLES p8
DANSES ORIENTALES p8
ÉCHECS p8
ÉQUITATION p8
ESCALADE p9
ÉVEIL CORPOREL p9
FITNESS p9-10
FOOTBALL p10
FUTSAL p10-11
GYMNASTIQUES p11-13
HANDBALL p13
HANDISPORT p13
JUDO p14
JIU-JITSU p14

KARATÉ p14
MARCHES p14
MONTAGNE p15
MUSCULATION p15
NATATION p15
NATATION SYNCHRONISÉE p16
PATINAGE DE VITESSE p16
PÉTANQUE p16
PILATES p16-17
PLONGÉE p17
QI GONG p17
RUGBY p18
SELF-DÉFENSE p18
SKI p18
SPORT ADAPTÉ p18-19
STEP p19
STRETCHING p19
TAEKWONDO p19
TAÏSO p19
TENNIS p20
TENNIS DE TABLE p20
TRIATHLON / DUATHLON p20
VOLLEY-BALL p20
WATER-POLO p21
YOGA p21

**ÉCOLE MUNICIPALE
DE NATATION** p22

ATOUT SPORT p24

DESTINATION SPORTS p25

ADRESSES p26

PLAN p27



Avec le Chèque Sport, Échirolles encourage tous les jeunes dans leur pratiques sportives.

PORTER HAUT LES COULEURS D'ÉCHIROLLES

Le guide des sports 2023-2024 de la Ville d'Échirolles annonce une saison riche et active.

Labellisée Terre de Jeux 2024, Échirolles va, une fois encore, pouvoir faire fructifier les valeurs olympiques de fraternité, de dialogue et d'excellence qu'elle a toujours portées.

Pour nous, la pratique du sport féminin, comme masculin, dans toutes ses formes, dans toutes ses disciplines, à tous les niveaux, est une composante essentielle du vivre ensemble. Avec le nouveau parcours de santé du parc Maurice-Thorez, notre ville compte désormais vingt-sept équipements sportifs. C'est une chance pour notre jeunesse, mais aussi pour tous les Échirollois-es... C'est également une

juste reconnaissance du formidable travail mené par l'ensemble des bénévoles des clubs, par les coaches, par les services de la Ville et Objectif Sports Échirolles.

Au centre de cette richesse humaine inestimable, les plus de 9 000 licencié-es que compte Échirolles portent toujours très haut toutes les couleurs et les valeurs de notre commune. Je souhaitais, au nom de toute l'équipe municipale, les en remercier profondément, et les assurer de notre soutien indéfectible, à la hauteur de la passion qui les porte au quotidien.

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

TOUS LES SPO

AQUAJOGGING

GV VERCORS ÉCHIROLLES

> Adultes

- 📍 Stade nautique
- 📍 Maison du sport
Permanence lundi, de 16h à 18h
Tél. 04 76 40 34 96
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
Salle Irène-Joliot- Curie
MDH Jacques-Prevert
- 📍 Tél. 07 86 43 40 98
champauzac@yahoo.com

ARTS MARTIAUX PHILIPPINS

ARNIS ESKRIMA

> Adultes

- 📍 École Aguste-Delaune
- 📍 Tél. 06 24 05 52 68
pascalwasson@yahoo.fr

ATHLÉTISME

ALE ATHLÉTISME

> À partir de 7 ans

Running hors stade competitions
Running hors stade loisirs
Marche nordique

- 📍 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

> **De 6 à 77 ans**

Loisir encadré, jeu libre et compétition

-  Gymnase Croix-de-Vérines
Gymnase Lionel-Terray
Salle polyvalente La Butte
-  contact@echirolles-badminton.fr

BASKET

ALE BASKET

> **À partir de 6 ans**

-  Gymnase Auguste-Delaune
-  Maison du sport
Tél. 04 38 70 02 22 - 06 72 78 70 13 -
06 71 09 47 30
amicale.laique.echirolles.basket@orange.fr

BOULES LYONNAISES

CLUB BOULISTE ÉCHIROLLES

> **De 55 à 90 ans**

Loisir et compétitions

-  Boulodrome
-  06 89 76 72 50
andre.faris@orange.fr

BOXE ANGLAISE

ÉCHIROLLES BOXE

> **Atelier éveil à la boxe, baby boxe, de 4 à 80 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
echirollesboxe@wanadoo.fr

BOXE DE RUE

BE API

> **Adultes**

-  Halle Giroud/Frange Verte
-  Tél. 06 31 07 73 10
Site : be-api.net
contact@be-api.net

BOXE FRANÇAISE

BE API

> **À partir de 16 ans**

Tous les lundis, de 19h30 à 21h

-  Halle Giroud/Frange Verte
-  Tél. 06 31 07 73 10
Site : be-api.net
contact@be-api.net

BOXE THAILANDAISE

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

 martialgym@live.fr

CARDIO-PILATE

GV VERCORS ÉCHIROLLES

- > **Adultes**

 Centre de loisirs Robert-Buisson

 Maison du sport
Permanence lundi, de 16h à 18h
Tél. 04 76 40 34 96
gvechirrolles@orange.fr

CIRQUE

AUX AGRÈS DU VENT

- > **De 2 à 77 ans**

 École des arts du cirque
2B, rue Pablo-Picasso

 Tél. 06 48 72 61 05
Site : auxagresduvent.fr
auxagresduvent@hotmail.fr

CROSS-TRAINING

BE API

- > **Cross-training kids, de 6 à 11 ans**
- > **Cross-training Teens, de 12 à 15 ans**
- > **Urban cross-training, dès 16 ans**
- > **Cross-training fight, pack multi-activités pour toute la famille, de baby à adulte**

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

 Sous la halle Giroud à la Frange Verte
École primaire Paul-Langevin

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

LA BUTTE

- > **Adultes**

 La Butte, lundi, de 18h à 19h

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

CYCLISME

SPRINT-CLUB ALE (SCALE)

- > **15 ans et +**
Cyclisme compétition et UFOLEP

 Départ de l'avenue des Francs-Tireurs et Partisans-Français, samedi, à 13h30

 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

 Réseau routier et voies vertes

 Maison du sport
Tél. 04 76 44 35 07
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 FLAMENCO

AND'ORIENT

> **De 4 à 77 ans**

 Échirolles, Espace Prévert

 Tél. 06 18 23 93 35
o.preciosevilla@gmail.com
andorient38@gmail.com

DANSE MODERN'JAZZ

IDÉALE DANSE ÉCHIROLLES

> **De 4 à 99 ans**

 Salle de La Butte, centre de loisirs
Robert-Buisson, salle André-Martin et
MDH Les Écureuils

 Maison du sport
du lundi au vendredi,
à partir de 16h30
Tél. 04 76 40 15 38
Secrétaire du club 06 79 30 39 63
Site : idealedanse.com
idealedanse.echirolles@gmail.com

LES ATELIERS DE LA DANSE

> **Éveil corporel à partir de 4 ans**
> **Classique et jazz, à partir de 6 ans**
> **Ragga danse hall, adultes**
*Cours débutant-es à confirmé-es,
cours adultes*

 Salle André-Martin

 Tél. 06 41 08 47 81
lesateliersdeladanse@hotmail.com

MAISON DES HABITANT-ES LA PONATIERE

> **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 RAGGA JAM

MJC ROBERT-DESNOS

- > **À partir de 10 ans**, Hip-hop breakdance, jeudi, de 18h à 19h
- > **De 8 à 13 ans**, Hip-hop, mardi, de 17h30 à 18h30
- > **À partir de 14 ans**, Ragga Jam New style, mercredi, de 18h30 à 20h30

-  MJC Robert-Desnos
-  Tél. 06 76 09 45 21
Site : www.mjcrobertdesnos.fr
Facebook : [mjc.robertdesnos](https://www.facebook.com/mjc.robertdesnos)
secretariat@mjcrobertdesnos.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**

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

ÉCHECS

CERCLE ALEKHINE ALE

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

-  Salle Valmy, 9 bis, place Valmy
(Tram A arrêt alpeexpo)
Villa Élie-Blanchet
-  Maison du sport
M. Edwige-Bouboune
Tél. 06 11 07 48 41
Site : www.echirolles-alekhine.net
echirolles.echecs@gmail.com

ÉQUITATION

ÉTRIER DU DAUPHINÉ

> **À partir de 3 ans**

-  Étrier du Dauphiné
La Combe de Champagne
-  M. Cœur
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

📍 Salle des fêtes - Espace grimpe
Mur d'escalade du gymnase
Lionel-Terray,

📞 Maison du sport
Tél. 04 76 40 15 38
ale.escalade@gmail.com

ÉVEIL CORPOREL

BE API

> Mini Kid Brain Gym, de 3 à 5 ans Mercredi, de 16h15 à 17h

📍 École primaire Paul-Langevin

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

MAISON DES HABITANT-ES LA PONATIÈRE

> Enfants de 4 à 6 ans

📞 Tél. 04 76 23 36 72

FITNESS

LA BUTTE

> À partir de 18 ans

Cours collectifs de stretching,
aérobic et step

📞 Tél. 04 76 22 93 43

ESPACE VITAL

> À partir de 18 ans

Cours collectifs abdos-fessiers,
TBC, aérodance, renfort musculaire
et zumba

📍 Espace Vital, Stade nautique

📞 Tél. 04 76 22 93 43
www.echirolles.fr
mdh-ponatiere@ville-echirolles.fr
mdh-ecureuils@ville-echirolles.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

📍 Lundi, de 18h30 à 19h30, Halle du
Vieux Village/Frange Verte,
mercredi de 15h15 à 16h15,
école Paul-Langevin

📞 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

📍 32, avenue de Grugliasco

📧 martialgym@live.fr

FOOTBALL

FOOTBALL CLUB D'ÉCHIROLLES

> **De 6 à 60 ans**

📍 Terrains Alice-Milliat, Pablo-Picasso
et Eugène-Thénard

📧 Sièges du FCE
8, rue Missak-Manouchian
Tél. 04 76 22 16 87 - 06 15 25 02 20
515301@laurafoot.org
adelino.dossantos38@gmail.com

FUSTAL FOOTBALL FÉMININ

> **De 6 à 60 ans**

📍 Terrains Alice-Milliat, Pablo-Picasso
et Eugène-Thénard

📧 Sièges du FCE
8, rue Missak-Manouchian
Tél. 04 76 22 16 87- 06 72 70 05 71
315301@laurafoot.org

ASSOCIATION SPORTIVE PICASSO

> **Adultes**, foot à 7

📍 Terrain Pablo-Picasso

📧 Tél. 04 57 39 82 54

ACREE

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

📍 Terrain Pablo-Picasso

📧 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
assurieux38130@gmail.com

FUTSAL

MJC ROBERT-DESNOS

> **De 11 à 14 ans**, mercredi de 14h à 17h

📍 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*

> **Vétérans,** *dimanche, de 15h à 17h*



Gymnase Pablo-Picasso



Tél. 07 82 26 36 26 - 07 88 41 23 44

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,
gymnase Croix-de-Vérines*

*U20 : de 18h à 20h, gymnase
Croix-de-Vérines*



M. Boukachabia Meisseine

Tél. 07 82 10 42 39

vie_et_partage@hotmail.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**



Tél. 04 76 46 50 68

Site : asta38.com

asta38@wanadoo.fr

GYMNASTIQUE ARTISTIQUE

ALE GYMNASTIQUE

> **À partir de 2 ans,** *gym loisir*

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

> **Gym adultes,** *forme et bien-être,
1h / semaine*



Gymnase Pablo-Picasso

Gymnase Lionel-Terray

Salle Irène-Joliot-Curie



Tél. 04 76 09 75 31

alegym38130@gmail.com

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
Tél. 04 76 09 05 44
Site : grenoble-alp38.fr
contact@grenoble-alp38.fr

VILLE D'ÉCHIROLLES

> Adultes



Stade nautique



Tél. 04 76 22 26 36

GYMNASTIQUE DANS L'EAU

GV VERCORS ÉCHIROLLES

Toutes les activités GV sont hors vacances scolaires



Stade nautique



Maison du sport
Permanence lundi, de 16h à 18h
Tél. 04 76 40 34 96
gvechirolles@orange.fr

GYMNASTIQUE DANSÉE

GV VERCORS ÉCHIROLLES

> Adultes



Centre de loisirs Robert-Buisson



Maison du sport
Permanence lundi, de 16h à 18h
Tél. 04 76 40 34 96
gvechirolles@orange.fr

GYMNASTIQUE D'ENTRETIEN

AS SURIEUX GYMNASTIQUE

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



LCR, 17, allée du Languedoc



Mme Arrelano
Tél. 04 76 22 13 39 - 06 59 77 71 88
ernestohilda373@gmail.com
ascedu.anne.marie@neuf.fr

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

BE API "ENERGYM"

> **À partir de 16 ans**
jeudi, de 12h15 à 13h15

Gym d'entretien dynamique

 Gymnase Auguste-Delaune

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

GYMNASTIQUE DYNAMIQUE MODÉRÉE DOUCE ET ZEN

CLUB MARIE-CURIE

> **Retraité-es**, 18 personnes

 Commanderie

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

GV VERCORS ÉCHIROLLES

> **Adultes**

Dynamique, modérée, douce et zen

 Maison des habitant-es Anne-Frank
Salles André-Martin et La Butte
Espace Picasso
Espace Vital
Centre de loisirs Robert-Buisson
Gymnase Jean-Vilar

 Maison du sport
Permanence lundi, de 16h à 18h,
Tél. 04 76 40 34 96
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. 06 26 27 43 12
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
Salle Irène-Joliot-Curie
Commanderie

 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, dès 2 ans**,
motricité, latéralisation
- > **Initiation, dès 6 ans**
- > **Adultes**, loisir et compétition

- 📍 Dojo du gymnase Croix-de-Vérines
- i 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
- i 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
- i Tél. 09 73 58 96 16
martialgym@live.fr

KARATÉ

KARATÉ CLUB ÉCHIROLLES

- > **De 5 à 99 ans**

- 📍 Gymnase Rayon Vert
- i Professeurs : Mme Benali, Querin
Tél. 06 25 23 56 88
kcechirolles@gmail.com

MARCHE ACTIVE

GV VERCORS ÉCHIROLLES

- > **Adultes**

- i Maison du sport
Permanence lundi, de 16h à 18h,
Tél. 04 76 40 34 96
gvechirolles@orange.fr

MARCHE NORDIQUE

GV VERCORS ÉCHIROLLES

- > **Adultes**

- i Maison du sport
Permanence lundi, de 16h à 18h,
Tél. 04 76 40 34 96
gvechirolles@orange.fr

SENSAS

- > **À partir de 50 ans**

- i Tél. 06 07 36 90 62
jc-dussol@yahoo.fr

MONTAGNE

MONTAGNE ÉVASION

> **Adultes**, randonnées pédestres et raquettes

- 📍 Départ, rue Gabriel-Didier à Échirolles (mardi et jeudi) Massifs de la région
- i 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

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

ASTA

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

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

MUSCULATION

ESPACE VITAL

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

- 📍 Espace Vital, Stade nautique
- i 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
- i Bureau du club, maison au fond du parking du Stade nautique
Tél. 04 76 09 05 44
Site : grenoble-alp38.fr
contact@grenoble-alp38.fr

GV VERCORS ÉCHIROLLES

> **Adultes**
Loisir

- 📍 Stade nautique
- i Maison du sport
Permanence lundi, de 16h 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
- i Bureau du club, maison au fond
du parking du Stade nautique
Tél. 04 76 09 05 44
Site : grenoble-alp38.fr
contact@grenoble-alp38.fr

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
- i Tél. 06 82 34 36 15
[facebook CGALE short track](https://facebook.com/CGALEshorttrack)
cgale.shorttrack@gmail.com

PÉTANQUE

ALE PÉTANQUE MARATHON

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

- 📍 Pétanquodrome, parc des sports
- i Tél. 06 11 70 63 72 - 06 36 59 87 07
jeanjean38@gmail.com

BOULES DE LA LUIRE

- > **Tout âge**

- i Tél. 04 57 93 09 25

PCPSE

- > **Tout âge**

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

PILATES

GV VERCORS ÉCHIROLLES

- > **Adultes**

- 📍 Salle André-Martin, MDH Anne-Frank,
Espace Picasso
- i Maison du sport
Permanence lundi, de 16h à 18h,
Tél. 04 76 40 34 96
gvechirrolles@orange.fr

IDEALE DANSE

> **De 15 à 90 ans**

-  La Butte/ Robert-Buisson Frange verte
-  Maison du sport, permanence du lundi au vendredi, à partir de 16h
Tél. 04 76 40 15 38
idealedanse.com
idealedanse.echirolles@gmail.com

PLONGÉE

PICASSO PLONGÉE

> **À partir de 18 ans**, passage des brevets, week-end en mer, plongée en lac, baptême en piscine

-  Stade nautique, jeudi de 20h45 à 22h30
-  Tél. 06 76 76 02 08
dirigeants@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 10 ans**, plongée sous-marine loisir

-  Stade nautique
-  M. Sylvain Jubier
Tél. 06 61 05 72 38
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

LE JARDIN DES BRUMES

> **Tous public adultes et adolescents**

-  MDH Anne-Franck
-  Tél. 06 80 60 02 81
lejardindesbrumes@gmail.com

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

> **Adultes**

-  Gymnase Jean-Vilar
-  Maison du sport
Permanence lundi, de 16h à 18h
Tél. 04 76 40 34 96
gvechirolles@orange.fr

SENSAS

> **Mercredi, de 14h à 15h**

-  Salle Languedoc
-  Tél. 06 07 36 90 62
jc_dussol@yahoo.fr

RUGBY

ALE RUGBY

> **Baby rugby, dès 3 ans**
U6 (4 ans) à Séniors (+50 ans)
et loisirs

Les enfants, filles et garçons, doivent avoir 5 ans révolus avant le 30 juin 2023

📍 Stade Edmond-Racca
Stade Pablo-Picasso
Salle Irène-Joliot-Curie

📄 Permanences et inscriptions
Stade Edmond-Racca
Tél. 04 76 22 54 55
sec.ale.rugby@gmail.com

SELF DÉFENSE

BE API

> **CiviKid, de 7 à 12 ans**
Mercredi, de 13h45 à 15h
Self défense Teens 12-16 ans
Self défense pour tous à partir de 16 ans

Les mercredis, de 18h-19h
Les lundis, de 19h30 à 21h

📍 École Paul-Langevin
Halle Giroud à la Frange Verte

📄 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

> **Raquettes**

> **Ski de fond**

> **Randonnées**

> **Tennis**

 Frange Verte
Tennis couverts Pablo-Picasso

 Maison du sport
Tél. 06 20 29 44 07 - 06 37 93 01 60
Site : alesa.blog4ever.com
ybalsarin@orange.fr
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 ÉCHIROLLES

> **Adultes**

 Espace Vital

 Maison du sport
Permanence le lundi, de 16h à 18h
Tél. 04 76 40 34 96
gvechirolles@orange.fr

TAEKWONDO

TAEKWONDO / HAPKIDO FIGHT ÉCHIROLLES

> **À partir de 6 ans**

 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
tennisechirrolles@free.fr

TENNIS DE TABLE

ÉCHIROLLES-EYBENS TENNIS DE TABLE (AL2ETT)

> **De 4 à 80 ans**
Compétition et loisir

 Gymnase Pablo-Picasso

 Michel Muggeo
Tél : 06.28.82.53.82
michel.muggeo@al2ett.com
contact@al2ett.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 : echirrolles-triathlon.com

VOLLEY-BALL

ALE VOLLEY-BALL

> **À partir de 9 ans**, compétition, loisir

 Gymnase Lionel-Terray
 contact@alevolley.fr

AS HABITANTS BAYARD

> **Adultes**, loisir

 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
echirolles.water-polo@orange.fr

YOGA

GV VERCORS ÉCHIROLLES

> Adultes



Salle Vital



Maison du sport
Permanence le lundi, de 16h à 18h
Tél. 04 76 40 34 96
gvechirolles@orange.fr

ACASY (À CHAQUE ÂGE SON YOGA)

> **Adultes**, à partir de 16 ans,
débutant-es et tous niveaux,
accessibles à toutes et tous



Salle Melville
Lundi et mercredi 10h
Mardi et Jeudi 18h et à 19h15



MDH Anne-Frank
Lundi 17h15 et à 18h30



Tél. 06 71 95 59 11
acasy38@gmail.com

MAISON DES HABITANT-ES ANNE-FRANK/LES GRANGES

> Adultes, débutant-es



Tél. 04 76 40 20 51
mdh-annefrank@ville-echirolles.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 20/09/2023 au 24/01/2024

(15 séances)

2^E SESSION

du 7/02/2024 au 26/06/2024

(15 séances)

2

INSCRIPTIONS AU STADE NAUTIQUE

1^{RE} SESSION

**Inscriptions les 11 et
12/09/2023, de 8h à 18h**

Environ 70 places sont
disponibles.

2^E SESSION

**Pour nouveaux-velles inscrit-es,
à compter du 22/01/2024**

Pour les familles déjà
inscrites en 1^{re} session,
à compter du 25/01/2024 :
les lundis, mardis, jeudis et
vendredis, de 8h à 18h.

> POUR PARTICIPER

Il suffit d'être scolarisé-e sur Échirolles du CP au CM2 ou habiter Échirolles

> LIEU

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

> TARIF : 38 €

Aucun remboursement possible
lorsque l'activité est commencée

ATOUT SPORT

Spécial 10/13 ans et 14/16 ans

VACANCES D'HIVER

(2 semaines)

> **Préadolescent-es de 10 à 13 ans**

28,70 €

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

> **Adolescent-es de 14 à 16 ans**

48,20 €

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

VACANCES DE PRINTEMPS

(2 semaines)

> **Préadolescent-es de 10 à 13 ans**

28,70 €

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

> **Adolescent-es de 14 à 16 ans**

48,20 €

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

VACANCES D'ÉTÉ

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

> **Préadolescent-es de 10 à 13 ans**

28,70 €

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

> **Adolescent-es de 14 à 16 ans**

48,20 €

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 à 14 ans

- City stade de Saintonge, de 14h à 15h30
- City stade du Limousin, de 16h à 17h30

Tél. 06 20 77 25 90

VISCOSE

.....

> De 10 à 16 ans

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

Tél. 06 20 77 49 35

VILLAGE SUD

.....

> De 9 à 15 ans

- Terrain de foot synthétique, de 14h à 16h

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 Jacques-Prévert

6, rue Clément Ader
04 76 20 99 60

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 Essarts/Surieux

Place de la Convention
04 76 09 72 72

La Ponatière

Avenue Paul-Vaillant-
Couturier
04 76 23 36 72

Anne-Frank/Les Granges

Rue de Lorraine
04 76 40 20 51

Village Sud

Espace Jacques-Prévert

3, rue Denis-Papin
04 76 20 99 60

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

Salle Irène-Joliot-Curie

60, av. Frédéric-Joliot-Curie

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

Piste d'évolution

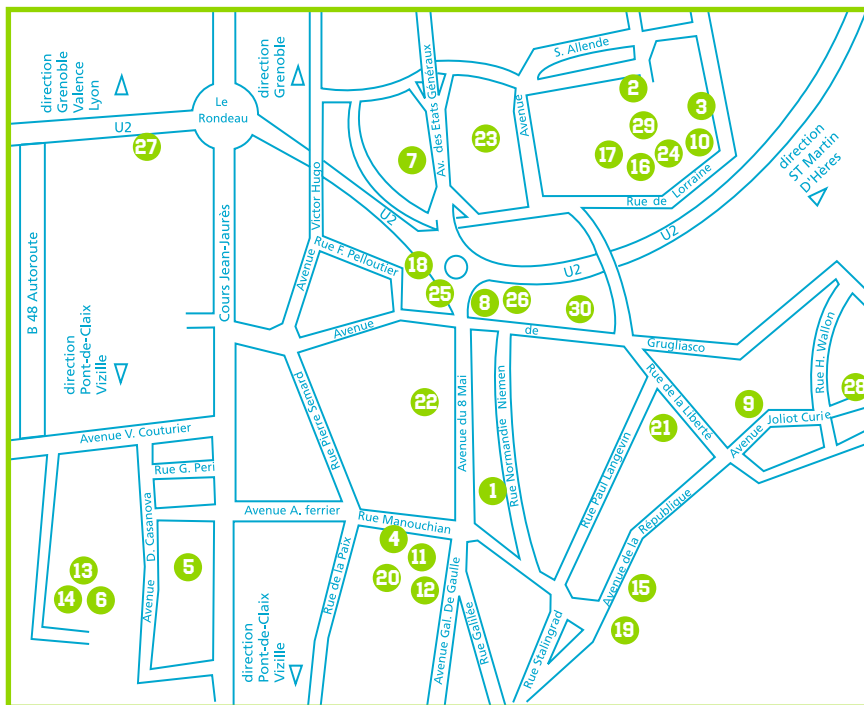
Ahmed-Boughera-El-Ouafi

Parc de la Croix-de-Vérines

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

**Objectif Sport Échirolles (OSE)
association fédératrice du
mouvement sportif échirollois**

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 Gymnase dojo Croix-de-Vérines**
Avenue du 8-mai-1945

TERRAINS DE FOOTBALL ET DE RUGBY

- 9 Stade Edmond-Racca**
6, rue Paul-Cézanne

10 Stade Jean-Vilar

Rue de Lorraine

11 Stade Alice-Milliat

Rue Missak-Manouchian

12 Stade Eugène-Thénard

Av. du Général-de-Gaulle

13 Stade Pablo-Picasso

Rue Pablo-Picasso

COURTS DE TENNIS

14 Pablo-Picasso

Rue des 120-Toises

15 Frange Verte

Av. de la République

16 Tennis Jean-Vilar

Rue de Lorraine

AUTRES LIEUX

17 Piste d'athlétisme

Rue de Lorraine

18 Stade nautique/Espace Vital

9, rue Fernand-Pelloutier

19 Salle André-Martin

26, avenue de la République

20 Boulodrome Tessaro-Chorier

10, rue Missak-Manouchian

21 Maison du sport

3, rue de la Liberté

22 Service des sports

1, place des Cinq-Fontaines

23 Mail Émile-Dufour

Avenue Salvador-Allende

24 Pétanquodrome Gilbert-Biessy

Parc des sports Jean-Vilar

Rue de Lorraine

25 Bowling

19, avenue de Grugliasco

26 Salle de fêtes/Espace Grimpe

Av. du 8-Mai-1945

27 Salle Le Rayon Vert

2, rue Viscose

28 Salle Irène-Joliot-Curie

60, av. Frédéric-Joliot-Curie

29 Parcours de santé

Parc Maurice-Thorez

30 Piste d'évolution

Ahmed-Boughera-El-Ouafi

Parc de la Croix-de-Vérines

