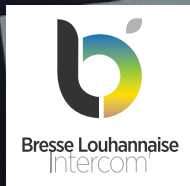


# LIVRET DES ASSOCIATIONS



**2019**  
**2020**



VILLE DE  
**LOUHANS**  
**CHÂTEAURENAUD**

# LOUHANS - CHATEAURENAUD

# FETE DU SPORT

Organisé par l'Office Municipal des Sports

Point-info

Remise des trophées du "podium des sports" en soirée

Démonstrations

Initiations

Gratuit

[www.louhans-chateaufrenaud.fr](http://www.louhans-chateaufrenaud.fr)

31 associations  
représentées

Buffet - Buvette

## Samedi 7 septembre 2019

### de 14h à 18h

Au complexe sportif de la montée Saint-Claude

Participation de l'ADOC de CUISEAUX  
et l'Entente Sportive Bresse-Revermont



VILLE DE  
**LOUHANS  
CHATEAURENAUD**



## *Le mot du président de l'Office Municipal des Sports*

*Suite au succès du premier annuaire des associations sportives, voilà trois ans déjà, l'Office Municipal des Sports a décidé de publier une deuxième édition, mise à jour et étoffée des nouvelles associations qui l'ont rejoint.*

*En feuilletant ce livret, chacun pourra, selon son âge, ses envies, son rythme, trouver le sport qui lui convient.*

*De loisir ou de compétition, en salle ou de pleine nature, c'est près d'une quarantaine d'activités qui vous sont proposées grâce aux dirigeants, éducateurs, bénévoles et toutes les personnes des structures associatives qui œuvrent, dans l'ombre, pour faire vivre le sport dans la ville de LOUHANS-CHATEAURENAUD; qu'ils en soient remerciés !*

*Cette année encore, une grande fête des sports aura lieu le samedi 7 septembre 2019 au complexe sportif de la Montée St-Claude de 14 heures à 18 heures pour des activités d'initiation, de découverte et de démonstration.*

*Bonne saison sportive à tous !*

*Joël GAUME,  
Président de l'OMS*

## *Le mot de l'Adjoint aux Sports, Vie associative et Loisirs*

*Je tiens à saluer le travail accompli, et renouvelle le bien-fondé de la confiance accordée par la municipalité à l'OMS ainsi que son président Joël GAUME.*

*Le guide des sports est le témoin de l'engagement de nos associations et de leurs bénévoles pour une pratique sportive de proximité, contribuant ainsi à un lien social plus que jamais indispensable et à la bonne santé des concitoyens pour notre territoire de la Bresse Louhannaise.*

*Cette année la fête des sports se trouve la même semaine que la rentrée scolaire, elle permettra par la même occasion d'étoffer encore plus les effectifs des clubs.*

*J'espère que cette journée apportera aux petits comme aux grands les valeurs fondamentales du sport que sont : le dépassement de soi, la compétitivité, la solidarité, le respect, et le plaisir.*

*A toutes et à tous, je vous souhaite une excellente saison sportive.*

*Gérald ROY*

*Adjoint aux Sports, Vie associative et Loisirs  
Mairie de Louhans-Châteaurenaud*



## *L'association CLUB DE NATATION DE LA BRESSE LOUHANNAISE*

*existe depuis janvier 2015*

- *Activité : développe la pratique de la natation*
- *Destiné aux adultes et aux enfants dès 9 ans sous réserve de la réussite d'une séance de test*
- *Le CNBL est affilié à la Fédération Française de Natation*



**Contact :**

**cnbl71500@gmail.com et cnbl71500 sur Facebook**



# Association Sportive Laïque Louhannaise

## Section VOLLEY-BALL

Initiation à la pratique du volley-ball

Jeu et match

Affiliation :

UFOLEP de Saône-et-Loire

Championnat et coupe

UFOLEP du Jura

**Renseignements :**

**Pierre GAUTHEY**

- **03 85 75 10 69**

**Adeline PUTOT**

- **06 85 19 45 87**





# ASSOCIATION POUR UNE BRESSE SPORTIVE

*Association sportive, loi 1901, affiliée à la Fédération Française de la Retraite Sportive, agréée par le ministère de la jeunesse et des sports et reconnue d'utilité publique.*

## **Que fait-on ?**

De la gym maintien en forme, de la danse de groupe, des randonnées pédestres, de l'aquagym, du ski de fond et des raquettes, de la marche nordique, du taï chi, du step adapté et du yoga.

## **Pour quel public ?**

Les séniors à partir de 50 ans et plus, et sans activité professionnelle.

## **Où ça ?**

Dans les communes de Beaupaire - Le Fay - Branges - Louhans Chateaufort - Pierre de Bresse - Romenay - Sazy et St Germain du Bois.

## **A Louhans Chateaufort, toutes les semaines :**

Gym et gym douce - Danses du monde - Atelier mémoire et Step adapté – Yoga - Tir à l'arc - Marche - Aquagym.



## **Pour tout renseignement, contacter à Louhans :**

Robert Chassery - r.chassery@free.fr - 06 95 72 20 44  
ou consulter notre site [www.abs71.org](http://www.abs71.org).



# A. S. COLLEGE ET LYCEE H. Vincenot



## Activités proposées au collège

danse, arts du cirque, hand-ball, futsal, escalade,  
tennis de table, badminton, gymnastique, natation

## Activités proposées au lycée

badminton, natation, hand-ball, musculation, gymnastique



Possibilité d'une pratique loisir et/ou compétitive  
+ formation de jeunes officiels et arbitres

créneaux entre 12h et 14h et le mercredi après-midi pour  
les compétitions, les rencontres ou les sorties  
*(ski ou falaise pour l'escalade par exemple)*

## **PUBLIC**

tous les élèves du collège et du lycée (participation de 10 à 20€  
pour l'année selon les formules pour une ou plusieurs activités) :  
environ 400 élèves licenciés sur l'ensemble de la cité scolaire

Fédération d'affiliation : UNSS (Union Nationale du Sport Scolaire)  
Personnes à contacter : les enseignants d'EPS de l'établissement  
03 85 76 43 20 (logr de la cité scolaire)



# CANOË KAYAK CLUB LOUHANS

Initiation – Perfectionnement – Compétition - Location

## ACTIVITES

Ecole de pagaie à partir de 7 ans (savoir nager)  
Mercredi et samedi  
de 14 h à 16 h

## ADULTES

Vendredi de 18 h à 20 h  
Sorties le samedi ou le dimanche sur les rivières alentours

## LOCATION DE CANOË ET DE KAYAK

Contact :  
kayaklouhans@gmail.com

**Affiliation** : Fédération Française de Canoë Kayak



# *Aïkido Club Louhannais*



**Ouvert à toutes  
et tous  
à partir de 15 ans**

**séances  
lundi & jeudi  
19h-21h**



**Club affilié à la 2F3A**

(Fédération Française d'Aïkido Aïkibudo & Affinitaires)

Renseignements sur notre site : [aikidolouhans.com](http://aikidolouhans.com)  
ou au 03 85 74 15 68  
J. Masson

# Vélo Club Louhannais

Vélo Club  
Louhannais



**Compétition / cycloportive /  
Initiation à la pratique du Cyclisme**

**Affiliation : FFC / FSGT de Saône-et-Loire**

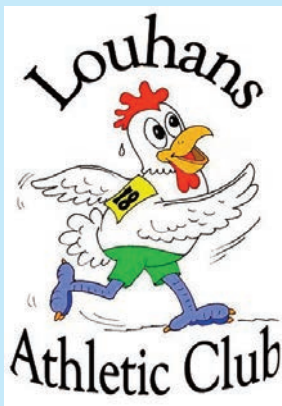
**Renseignements :**

**Norbert PRUDON**

**06 19 28 39 95**

**[www.veloclublouhannais.com](http://www.veloclublouhannais.com)**

**facebook : VC Louhans Cyclisme**



# ATHLÉTISME

Le club d'athlétisme, unique club de Bresse affilié à la **Fédération Française d'Athlétisme**,

accueille les enfants **à partir de 8 ans**

(né(es) en 2008 pour la rentrée 2017) au sein de son école d'athlétisme : initiation aux courses, sprint, demi-fond cross sauts et lancers.

**à partir de 11 ans**

(né(e)s en 2006 pour la rentrée 2017)

jusqu'à la catégorie vétéran(e)s pour la pratique de toutes les courses (sprint, demi-fond), sauts (longueur, triple, hauteur et perche) et lancers (poids, javelot, disque, marteau).



Les entraînements sont dispensés par des entraîneurs diplômés de la ligue de Bourgogne d'athlétisme.

Selon les spécialités de chacun, la saison se déroule de septembre à juillet (saison de cross et en salle à partir de novembre et sur piste à partir d'avril). **Contact : DUBUC Alexandre (président) : 06 51 34 87 27**



*" LES PLONGEURS DU LOUHANNAIS "*  
*est un club de plongée loisir qui*  
*existe depuis plus de 20 années.*



## **FORMATION À LA PLONGÉE**

Baptême (à partir de 8 ans)

Formations aux niveaux 1,2, 3, 4 et Monitorat.

Entraînements en piscine ou/et en fosses,  
plongées techniques  
et d'exploration en lac ou en mer.

Organisation de sorties explorations en mer et en lac.

**Filiation FFESSM**



## **Renseignements :**

**Isabelle DIVETAIN, secrétaire**

**06 79 43 81 86**





# Rugby Club du Louhannais

## NOS ACTIVITÉS

pratique du rugby pour toutes catégories d'âges,  
des jeunes dès 5 ans aux vétérans en passant par les seniors.

Toutes les catégories évoluent en niveau régional.

Nous sommes affiliés à la Fédération Française de Rugby.  
Notre école de rugby est Labellisée FFR, gage de qualité  
et de sérieux de l'encadrement et de l'accueil des jeunes.

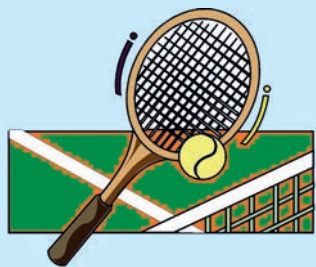
## Contacts

**JEUNES** : Cyril Bourgeois - 07 88 20 98 57- [cyril.bourgeois@wanadoo.fr](mailto:cyril.bourgeois@wanadoo.fr)

**SENIORS** : Cyril Bourgeois - 07 88 20 98 57- [cyril.bourgeois@wanadoo.fr](mailto:cyril.bourgeois@wanadoo.fr)

**VETERANS** : Hervé Petiot - 06 75 15 86 91 - [hervepetiot@sfr.fr](mailto:hervepetiot@sfr.fr)





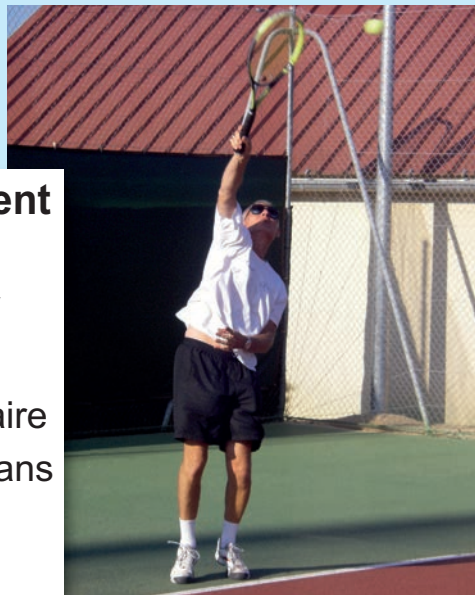
# TENNIS CLUB DE LOUHANS

**T.C. LOUHANS**

## **Initiation, perfectionnement et entraînement**

à la pratique du tennis sur  
les 4 terrains  
du stade de Bram  
et les 2 salles de la cité scolaire  
Pour les jeunes à partir de 6 ans  
et les adultes

**Affiliation : Fédération  
Française de Tennis**



## **Renseignements :**

**Anne VARLOT, Présidente : 06 07 58 42 13**

**Fabrice QUILLARD, Moniteur diplômé d'état : 06 58 20 54 35**





## DYNAMIQUE PETANQUE LOUHANNAISE



**Tous les dimanches matin Initiation à la pratique de la pétanque pour les catégories : minimes, cadets, juniors.**

Pour les séniors et vétérans entraînements au boulodrome tous les après-midi de 14h30 à 18h, sauf dimanche.

Rencontres championnats club + championnats Saône & Loire en tête à tête, doublettes, triplettes (masculin, féminin et mixte).

Possibilité de participer à tous les concours officiels figurant dans le calendrier officiel.

### CONTACTS

**J.P. BONIN : [jp.bonin@sfr.fr](mailto:jp.bonin@sfr.fr) ou Alain Vedel : [ali.vedel@orange.fr](mailto:ali.vedel@orange.fr)**

**Licence Fédération Française de Pétanque  
et de Jeu Provençal obligatoire.**





# ECOLE BRESSE KARATE

Affiliée à la Fédération française du karaté  
Agrée Jeunesse et sport

## KARATE TRADITIONNEL

Adultes et enfants à partir de 4 ans

## FULL CONTACT

Adultes et enfants à partir de 10 ans

## KARATE LOISIR

Adultes et seniors débutants



*Entraînements le mercredi et le samedi après midi*

Renseignements :  
Laurent GIRARDEAU  
06 84 01 26 15



# Cours de yoga et de méditation

Louhans, St Usuge et St-Trivier-de-Courtes



yoga aere

*Notre Association est née en 2005. Elle a pour but de faire découvrir et favoriser la pratique du Yoga en le rendant accessible à tous, en restant fidèles à la tradition de l'Inde, dans le respect des convictions de chacun au plan spirituel. Nos enseignants sont diplômés d'écoles reconnues et continuent à se former. Ils proposent une pédagogie progressive permettant à chacun de pratiquer selon ses possibilités.*

**L' Association propose des cours pour adultes, enfants et pour :**



- \* Apprivoiser stress et émotions*
- \* Assouplir et renforcer muscles et articulations*
- \* Améliorer les défenses immunitaires*
- \* Prendre conscience de son souffle*

- \* Apaiser son mental afin d'être plus présent à soi-même et aux autres*
- \* se recentrer, s'intérioriser, mieux se connaître*
- \* Porter une attention bienveillante envers soi et aller ainsi vers plus de conscience et d'humanité*



**Affiliation à la Fédération Française des Enseignants de Yoga (FNEY).**

**Contact : Alexandre MONTANARI - Tél. 06 11 72 01 89 - Mail : [aere71@sfr.fr](mailto:aere71@sfr.fr)  
[www.yogalouhans.fr](http://www.yogalouhans.fr)**



## **Nos activités**

Visite de cavités  
*(France et étranger)*

Exploration de cavités

Canioning

Les activités club s'adressent  
à des adolescents et adultes.

Des initiations sont parfois  
organisées pour les plus jeunes.

## **Contacts**

**Sébastien COLLET**  
**346, rue de Charangeroux**  
**71500 SAINT USUGE**  
**0385721552**

*Affilié à la Fédération  
Française de Spéléologie.*





# ARCHERS LOUHANNAIS

\*

## **Entraînement et initiation**

au COSEC de la cité scolaire  
de Louhans, à partir de 10 ans

Jeudi de 19h30 à 21h00

Samedi de 17h00 à 19h00

Nous pratiquons le tir  
sur cibles anglaises

Les disciplines de parcours ( tir nature, nature 3D )

Le tir Beursault (tir de tradition ancestrale )

**Contact** : Pascal CHARBOUILLOT au 03 85 74 34 62



**A**ssociation  
**S**portive  
**L**aique  
**L**ouhannaise



# Section Randonnée



**L'ASLL ( Association Sportive Laïque Louhannaise )**  
est affiliée à l'UFOLEP et regroupe 2 sections.

La section randonnée pédestre propose des sorties à la demi-journée ou à la journée tout au long de l'année, ainsi que des week end et des séjours d'été d'une semaine.

## **Contacts**

Jean-Paul Bréziat - 06 80 70 08 98 - [jp.breziat@wanadoo.fr](mailto:jp.breziat@wanadoo.fr)



# Sporting Club CHATEAURENAUD

**Activités :**  
initiation (dès 6 ans)  
et pratique du  
**FOOTBALL**  
Lieu : stade  
des Greffes  
à Châteaurenaud  
(près de la Gendarmerie)



**Affiliation :** Fédération Française de Football, Ligue de Bourgogne  
**Correspondant :** Gwenaël Martin (06 22 90 72 23)  
**Président :** Jean-Paul Guillot (06 48 65 69 78)  
**Mail :** [chateaurenaud.sc@bourgogne-foot.fr](mailto:chateaurenaud.sc@bourgogne-foot.fr)





*Gymnastique Volontaire du Louhannais*

La gymnastique volontaire a trois sections pour adultes seulement :



- **gymnastique volontaire pour les femmes** : gymnastique traditionnelle (renforcement musculaire, stimulation cardiaque...) et gymnastique traditionnelle avec un mélange de zumba, bokwa, step

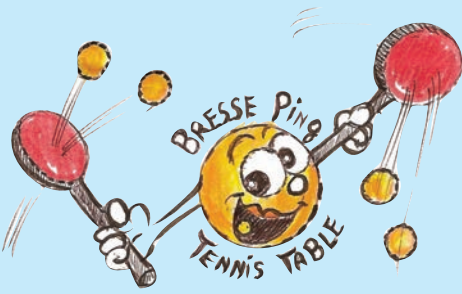
**Renseignements** : Michelle Buathier au 06 25 62 62 17  
mail : [GVLouhans@gmail.com](mailto:GVLouhans@gmail.com)



- **gymnastique volontaire pour les hommes** : gymnastique traditionnelle (renforcement musculaire, stimulation cardiaque...)

- **badminton loisir adultes.**

**Renseignements** : Joël Gaume au 06 34 98 79 62  
mail : [GVLouhans@gmail.com](mailto:GVLouhans@gmail.com)



# BRESSE PING TENNIS TABLE

---



Bresse-Ping Tennis Table, Louhans-Châteaurenaud, est un club de tennis de table ouvert à tous, loisir ou compétition, à partir de 5 ans (Baby-Ping)

Affilié à la Fédération Française de Tennis de Table (FFTT)

Séances encadrées les mercredis et vendredis de 18h à 19h30 (enfants), et le vendredi soir (tous niveaux), à la salle multi-activités de Louhans-Châteaurenaud.

Séance encadrée pour les enfants de 8 ans à l'antenne de Sornay (salle socio-culturelle) le lundi, de 17h30 à 18h30

Tables Cornilleau 610 récentes, Robot d'entraînement

## Renseignements:

**Denis Roy**

**03 85 74 99 58**

**[denisroy0240@orange.fr](mailto:denisroy0240@orange.fr)**





# JUDO CLUB LOUHANNAIS



## **Descriptif des activités :**

Judo, self-défense, circuit training

### **Age :**

Judo dès 4 ans, self-défense  
ado-adultes,  
circuit training ado-adultes  
et + 60 ans

### **Fédération d'affiliation :**

**FFJDA**

## **Contact**

Philippe Vialet  
entraîneur

06 16 74 40 12

[www.jclouhannais.com](http://www.jclouhannais.com)





# Association Sportive Louhans-Cuiseaux FC

## Nos activités et différentes sections :

Des enfants aux seniors, en passant par les féminines, Louhans Cuiseaux FC rassemble toute une région autour d'une passion commune : la pratique du football.



## A qui s'adresse ces activités :

Pour les jeunes des U7 aux U19, puis aux seniors hommes et femmes.



## fédération d'affiliation :

Fédération Française de Football

## Numéro d'affiliation :

580488

## Couleurs des maillots :

jaune et noir

Rue des Lauriers -  
Zone industrielle Bois de Chize  
71500 BRANGES  
Tél. 03 85 75 73 70





# LES FOUS DE LA ROULETTE

## Le roller pour tous, du loisir à la compétition

Cours encadrés par des moniteurs diplômés pour :



**Enfants dès 5 ans :**  
débutants, loisirs ou vitesse

**Adultes :**  
débutants, loisirs ou vitesse

**Section Hockey**

**Organisation de randonnée**

**Roller sur le Circuit de Bresse**

à la Fédération Française Roller Sports

**Renseignements :**

**Mail**

[lesfousdelaroulette71@gmail.com](mailto:lesfousdelaroulette71@gmail.com)

**Site**

[www.facebook.com/Les-fous-de-la-roulette-378933225608475/](http://www.facebook.com/Les-fous-de-la-roulette-378933225608475/)

**Tél.**

Thierry RAFFIN 06 85 02 23 54





Cette association culturelle (de loi 1901), a 27 ans, propose des cours de danse de style très variés : principalement éveil, oriental, moderne jazz, salsa batchata, reggaeton et danse africaine, danses latines de couple et avec beaucoup de succès le hip hop etc... animés par des professeurs dynamiques.

Le but de Mouv'On est de s'ouvrir à

d'autres cultures à travers la danse et d'aller toujours plus loin dans la découverte de ce langage bien particulier du corps.

L'association compte plus de 208 adhérents dont les plus jeunes ont 4 ans.

Nous avons plusieurs niveaux (débutants, intermédiaires et avancés).

En projet également, se faire plus connaître dans la région.

Chaque année sont organisés des stages.

Tous les ans, au mois de mai juin, vous pouvez également découvrir notre gala de fin d'année où est présenté le travail de toutes les danseuses et danseurs !

Afin de financer l'achat des différents costumes, l'association propose des prestations scéniques et chorégraphiques. Mouv'on intervient lors de fêtes de villages, de mariages, d'anniversaires, pour des comités, des associations et collectivités



**SI VOUS SOUHAITEZ NOUS CONTACTER  
POUR DES SORTIES OU ANIMATIONS OU AUTRES**

**[mouvon@outlook.fr](mailto:mouvon@outlook.fr) ou FACE BOOK MOUVON ou 06.45.76.71.50**

**NOTRE SALLE DE DANSE SE TROUVE  
SOUS LES ARCADES DANS LA COUR DU THEATRE  
DE LOUHANS**

**REPRISE DES COURS DE DANSE A PARTIR  
DU LUNDI 11 SEPT. 2017 soit la semaine 37**

Les inscriptions s'effectuent régulièrement le premier week-end de septembre.

Le gala de danse a lieu le dernier week-end de mai ou début juin.

Les documents pour l'inscription, les tarifs, le planning horaire, règlement etc...sont dans l'onglet reprise des cours

**hip hop - éveil petits - moderne - oriental - salsa batchata  
africain reggaeton - danses latines couple**

**TÉL. MOUVON 06 45 76 71 50**





# **A**ssociation **B**resse **R**oller

Association Roller loisir, détente  
à partir de 6 ans.

Nous avons trois sections :

**1** enfants (6 - 11 ans)

**1** ados

**1** adultes

Adhésion au club : 45 € pour l'année



**Pour tous renseignements**

Florence Geniaux : 06 27 89 55 22

Sylvie Couillerot : 06 19 18 08 60

[associationbresseroller@live.fr](mailto:associationbresseroller@live.fr)

Page facebook : Association Bresse Roller

# Association Ecurie des Marronniers

Dans un cadre agréable, proche du Centre Ville  
découvrez l'équitation en toute sécurité



- Cours tout niveau  
à partir de 5 ans
- Stage Vacances
- Passage de Galops
- Compétition
- Pension

Reprise des cours le 15 Septembre.  
Inscription auprès de Justine 06. 47. 67. 46. 91.

216 rue des Marronniers - Blaine  
[www.ecurie-des-marronniers.fr](http://www.ecurie-des-marronniers.fr)



# Club Multisports

**Pratique multisportive pour 6-11 ans**

2 séances / semaine période scolaire :

**Mercredi** : 12h30 - 13h45 (cycle 1 hand et gym) (cycle 2 athlé et basket) (cycle 3 sport raquettes et futsal).

**Vendredi** : 18h 19h natation.

## **Renseignements:**

meunier.jl2@wanadoo.fr - 06 30 40 60 68.





# Bresse Marathon

Association créée en 2001

*joggeurs du dimanche matin devenus marathoniens*

**Course à pied , Initiation au Trail , Triathlon ...**

Conseils

Plaisir et partage

Jogging

42km195m

Débutant

Détente

10 km

Course à pied

La Bresse en équipe

semi-marathon

Compétition

Organisation

Esprit et amitié

Défi

Camaraderie

entraînements



*Notre objectif premier,*  
**courir pour le plaisir**

Pour tous renseignements :

[www.bressemarathon.com](http://www.bressemarathon.com)

gilles 06 35 57 88 50







La GR est un sport artistique pratiqué avec des engins : corde, cerceau, ballon, massues et ruban. Etroitement liée à la danse sa pratique développe la créativité, la coordination et l'expression corporelle.

Activité de loisirs ou compétition à partir de 6 ans

Affiliation : Fédération Française de Gymnastique



*Cybele O. Photography*



*Cybele O. Photography*

### **Renseignements:**

Katia Bentahar : 07 82 94 71 87

[louhansgr@gmail.com](mailto:louhansgr@gmail.com)



# LOUHANS BASKET BALL CLUB

Entraînement à partir de la catégorie baby-basket (à partir de 5 ans)  
Compétition à partir de la catégorie poussin (9 ans)  
équipes jeunes et adultes (seniors)  
une section loisirs  
Championnat départemental et régional

**CLUB AFFILIÉ À LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE BASKET-BALL**

## Contact

Soline Guillot (Présidente) : 06 71 32 43 57  
louhansbasketballclub@gmail.com



# *Cercle des lutteurs Louhannais*

Pratique de la lutte olympique, du sambo et du grappling,  
à titre loisir ou compétition.

Affilié à la Fédération Française de Lutte et Disciplines Associées

Le Cercle des Lutteurs Louhannais, créé en 2014, s'entraîne au dojo du gymnase Jesse Owens, montée Saint-Claude à Louhans les mercredis et vendredis à partir de 18h00.

Section mixte cardio-training et remise en forme, ouverte à tout niveau de pratique et de condition physique, les mardis à partir de 18h30 au dojo du gymnase Jesse Owens.

Eveil corporel pour les enfants, garçons et filles, dès 3 ans, les mercredis à partir de 17h00.



**Contact pour tous renseignements :** [luttelouhans@orange.fr](mailto:luttelouhans@orange.fr)

Téléphone : 06 18 70 95 77

Pour suivre les actualités du club, page Facebook du Cercle des Lutteurs Louhannais à l'adresse <http://www.facebook.com/lutte71>

# LE CLUB LOUHANS ECHECS

*L'intelligence du jeu, l'émotion du sport*



Le club d'échecs a été créé en 2001, il est ouvert à tous à partir de 6 ans, pour une pratique de loisirs ou de compétition

Il est affilié à la Fédération Française d'Echecs (FFE)

Le club se réunit : 15 rue Ferdinand Bourgeois 71500 Louhans

## **SECTION COMPÉTITION :**

Le mardi soir de 20 h30 à 23 h

- une équipe en nationale 4
- une équipe en régionale 2

## **SECTION LOISIRS ET DÉCOUVERTE :**

Les 1<sup>ers</sup> et 3<sup>èmes</sup> vendredis de chaque mois de 20h30 à 23 h

**Renseignements :** Mr Boudier Philippe 06 61 91 43 28

# HAPKIDO SELF-DEFENSE

Pour le mois de septembre notre école à changer de fédération et nous serons affiliés à la fédération française des sports travaillistes du comité national de HAPKIDO.

La Fédération Française du Sport Travailliste est une fédération affinitaire multisports :

- Agréée par le Ministère de la Jeunesse et des Sports (N° d'agrément : 13056 du 15 juin 1953)
- Reconnue par le Comité National Olympique et Sportif Français (CNOSF)
- Membre de la Confédération Sportive Internationale du Travail (CSIT)



Notre école enseigne la SELF-DEFENSE , à travers une discipline originaire du Daitōryū aikijūjutsu, dans une formule coréenne appelée HAPKIDO basé sur le principe de coordination entre l'attaque et la défense.

Nous acceptons les enfants à partir de 10 ans sous réserve d'acceptation de l'école.

Le Hapkido est un art martial coréen qui fonde sa pratique sur une connaissance métabolique poussée du corps humain permettant une appréhension autant physique que psychologique et énergétique du combat. Il correspond à l'étude de l'ensemble des techniques et connaissances en matière de contrôle sur les articulations du corps, mais également les projections, le combat au sol, les techniques d'étranglement respiratoire et sanguin ainsi que les frappes directes sur les points vitaux du corps. Ce système crée une formation à l'autodéfense complète comprenant clés articulaires, projections, immobilisations, coups de pieds et frappes des membres supérieurs. Il comporte également des techniques d'armes blanches comme le bâton court et long, la corde...

Pour toutes d'autres renseignements contacter nous au **06 73 70 59 03**  
ou **07 68 33 60 24**.

Facebook :

<https://www.facebook.comHapkido-Louhans-71-168901550128833/>

## *Et les autres associations...*

### **Cyclo Club Bresse Louhannaise**

Activité de Loisir

Age : adultes

Activité : Cyclotourisme de petites et grandes distances

Personne à joindre : Jean Paul PROST au 03 85 75 42 83

### **Amicale du Ballon Rond**

Cette section football loisirs s'adresse aux + de 35 ans qui souhaitent garder la forme !

Aucun championnat mais environ 25 matchs par an contre des équipes de la région louhannaise.

Contact : Olivier HENRIOT - Tél. 03 85 75 47 41

635 rue des marronniers 71500 LOUHANS

### **USEP de Châteaurenaud**

François COULON, secrétaire 03 85 75 11 45





