





# ÉDITO



Sport loisir, compétition ou encore du sport bien-être, la diversification du tissu associatif chazellois vous offre la possibilité de trouver votre bonheur.

Véritable richesse contribuant au rayonnement de Chazelles-sur-Lyon notamment par les progrès et résultats sportifs obtenus par nos clubs.

Fort de deux salles omnisports, une piste athlétisme, un « city stade », un terrain de football avec des équipements modernes, un espace « outdoor » de musculation mais aussi, d'un Pôle Sportif Chazellois composé d'un boulodrome homologué pour la pratique de la boule lyonnaise en compétition de « haut-niveau », et un dojo pour la pratique des sports de combats dans des conditions optimum.

Toutes ces installations permettent, aux établissements scolaires, aux clubs et autres associations chazelloises de poursuivre leur développement.

D'autres projets sont envisagés, les propositions et idées ne manquent pas. L'équipe municipale tentera de répondre à ces nouveaux besoins toujours avec le souci de conserver un budget communal équilibré et ne pas alourdir la fiscalité des chazellois.

Chazelles-sur-Lyon avait été élue « Ville la plus sportive du massif central » dans sa catégorie en 2018. Elle obtient en 2023 le label « Ville Active et Sportive » avec 2 lauriers sur un total possible de 4 selon des critères définis.

Depuis plus de 15 ans, l'Office Municipal des Sports accompagne toutes les associations sportives afin de leur apporter un soutien logistique et administratif. Le mini-bus mis gratuitement à leur disposition depuis janvier 2025 en est la dernière illustration. La Municipalité nous accorde sa confiance pour l'attribution annuelle des subventions selon des critères objectifs.

Le Service municipal des Sports, les agents municipaux des services techniques et entretien sont également omniprésents tout au long de l'année pour maintenir les installations dans de parfaites conditions de fonctionnement et d'hygiène. Les sollicitations sont quasi quotidiennes et nous tentons d'y répondre au mieux. Une réflexion a été engagée en 2025 pour améliorer la gestion des plannings d'occupation encore perfectible.

Les associations participent au lien social : elles rapprochent les populations en diffusant des valeurs de partage, estime de l'autre, respect des règles développant la volonté, goût de l'effort et dépassement de soi. Notre société en a plus que jamais besoin !

Par leurs activités variées, leurs projets et leur participation aux festivités de la commune, nos associations dynamisent la vie de notre territoire en rythmant votre année.

Cette année encore remercions chaleureusement tous les bénévoles animés d'un engagement infailible qui œuvrent au bon fonctionnement de leur association au détriment de leur temps libre. Une pensée amicale pour toutes les équipes et en particulier pour les présidentes et présidents qui sont souvent les « éléments moteur ».

Ce guide vient vous présenter l'étendue de ce monde associatif chazellois.

Merci à celles et ceux qui font vivre le Sport à Chazelles-sur-Lyon.

À toutes et tous, je vous souhaite une très belle saison sportive 2025-2026.

Pierre THOLLY  
Adjoint délégué au sport





# SOMMAIRE

## 1 - LE SPORT À CHAZELLES-SUR-LYON

- Le service des sports page 7
- Les sportifs chazellois et les associations sportives page 7
- Le sport sur ordonnance page 8
- L'Office Municipal des Sports page 9

## 2 - LES ÉQUIPEMENTS SPORTIFS

- Gymnases page 11
- Stades page 11
- Salles et terrains spécialisés page 12
- Espaces de loisirs sportifs page 13
- Tennis page 13
- City stade page 14
- Piscines page 14
- Le plan page 15

## 3 - CLUBS ET ASSOCIATIONS SPORTIVES

- Sports collectifs page 17
- Éveil sportif - Gymnastique - Cirque page 18
- Gym - Renforcement musculaire - Step - Majorettes page 19
- Danse page 21
- Arts martiaux - Combat - Défense page 24
- Multisports page 25
- Sports individuels page 26
- Détente - Entretien - Relaxation page 29



1

# Le sport à Chazelles-sur-Lyon



## LE SERVICE DES SPORTS

Le service des sports de la ville de Chazelles-sur-Lyon est chargé de mettre en œuvre la politique sportive de la municipalité. Cette politique sportive s'articule avec d'autres politiques publiques comme l'éducation, la citoyenneté ou encore la solidarité.

Le sport vecteur de performance, de divertissement et moyen d'expression corporelle, en devient un outil de cohésion sociale, d'animation de proximité et de liaison intergénérationnelle.

Cette politique sportive s'exprime à travers les différentes missions du service des sports :

- **Accessibilité et développement des équipements sportifs**
  - Gère la programmation des plannings et des créneaux horaires,
  - Garantie l'entretien et la maintenance des installations sportives.
- **Développer l'animation et l'éducation pour tous**
  - Mise à disposition d'un éducateur sportif sur le temps scolaire et périscolaire dans les établissements scolaires de la ville,
  - Participe à l'organisation de nombreuses manifestations et rencontres sportives.
- **Soutenir les associations sportives locales**
  - Mise à disposition gratuite des équipements sportifs,
  - Versement de subventions aux associations sportives,
  - Accompagnement des associations dans l'accomplissement de leurs démarches administratives et l'aide logistique.

**Contact : Christophe DÉMOSTHÉNIS**

**Service des sports**

12 Rue Armand Bazin

42 140 Chazelles-sur-Lyon

☎ 06 51 57 11 33

✉ [sport@chazelles-sur-lyon.fr](mailto:sport@chazelles-sur-lyon.fr)

## LES SPORTIFS CHAZELLOIS ET LES ASSOCIATIONS SPORTIVES

### LES EFFECTIFS

Près de 1 500 personnes adhèrent à une structure proposant des activités sportives à Chazelles-sur-Lyon. Elles sont regroupées dans sa grande majorité en association sportive.

### LES ASSOCIATIONS SPORTIVES

Une quinzaine d'associations sportives à Chazelles-sur-Lyon proposent la pratique de 30 sports différents.



# LE SPORT SUR ORDONNANCE

La Ville de Chazelles-sur-Lyon en partenariat avec le Comité Départemental Olympique et Sportif de la Loire propose le programme « Atelier passerelle ».

Ce dispositif ouvert aux personnes de tout âge, présentant des limitations au quotidien et/ou souffrant d'une pathologie chronique (diabète, surpoids, rémission d'un cancer, parkinson...) permet de pratiquer une activité physique adaptée répondant à leur besoin.

En amont de l'atelier passerelle, un bilan physique individualisé est proposé aux personnes afin de faire le point sur leur forme physique actuelle. Ce rendez-vous bilan est gratuit.

Sur prescription médicale et encadrée par un professionnel de l'Activité Physique Adaptée (APA), ces séances ont pour objectif d'accompagner la personne vers une reprise en main de sa santé par le biais de l'activité physique. La finalité étant l'amélioration de la qualité de vie et le bien-être du bénéficiaire.

## Les étapes importantes

- 1 Contact téléphonique**  
Première prise de contact afin d'échanger et de programmer un rendez-vous.
- 2 Bilan physique initial**  
Un rendez-vous gratuit par un professionnel de l'Activité Physique Adaptée (APA) pour faire le point sur votre forme physique et vous orienter vers une activité adaptée.
- 3 Option 1 : Cycle « Atelier passerelle »**  
16 séances d'activité physique adaptée permettant une remise en mouvement progressive et sécurisée. Un nouveau bilan physique est réalisé à l'issue du cycle.  
  
**Option 2 : Créneau « Sport bien être » ou « Sport santé »**  
24 séances d'activités physiques adaptées en fonction de vos besoins et attentes. Une séance d'essai est possible.
- 4 Suivi individualisé**  
Accompagnement sur deux ans avec la possibilité de reprendre rendez-vous pour effectuer un nouveau bilan, faire le point, avoir des conseils, voire des exercices

**Contact : Clément BÉAL**

**CDOS Loire**

*Conseiller Sport Santé et éducateur sportif de  
« l'atelier passerelle »*

☎ 04 77 59 56 95

☎ 06 30 06 66 26



# L'OFFICE MUNICIPAL DES SPORTS

Partenaire privilégié de la municipalité, l'Office Municipal des Sports de Chazelles-sur-Lyon est une structure au service des associations et des clubs sportifs. Cette entité a pour objet de soutenir, encourager et développer toutes les initiatives visant à promouvoir la pratique de l'éducation physique et des sports dans la ville.

L'OMS est un service qui permet de :

- Recenser les besoins et évaluer les moyens à mettre en œuvre pour une meilleure pratique sportive locale,
- Présenter à la municipalité des critères concernant les attributions de subventions,
- Œuvrer à la promotion des activités physiques et sportives sur toutes ses formes,
- Participer à la réflexion pour créer, aménager, rénover ou développer des espaces et équipements sportifs,
- Faire la promotion du sport chazellois en réalisant des outils de communication (guide des sports...).

L'OMS, c'est également des projets à partager ensemble :

- **Le Forum des associations** : promouvoir les activités des associations sportives ou culturelles dans le but de faire découvrir ou redécouvrir aux visiteurs le tissu associatif local,
- **Un Accueil de Loisirs à Dominante Sportive (ALDS)** pour les 6-12 ans : découverte et initiation à différentes activités physiques et sportives, lors des vacances scolaires (voir page 25),
- **Le sport bien-être ou sport santé** : en partenariat avec le CDOS 42 (Comité Départemental Olympique et Sportif de la Loire), permet de proposer une activité physique et sportive adaptée aux seniors et/ou adultes sédentaires avec ou sans pathologies, qui souhaitent commencer ou reprendre une activité physique régulière (voir page 8).

Enfin, l'OMS, c'est aussi des services pour les associations sportives adhérentes

- **Une aide aux associations sportives** : information et accompagnement pour la réalisation de formalités administratives, réalisation de projets associatifs, formation des dirigeants, organisation de manifestations sportives...
- **Mise à disposition d'une salle de réunion de 20 m<sup>2</sup>** pouvant accueillir une quinzaine de personnes et un panneau d'affichage pour les événements,
- **L'attribution de récompenses** pour les manifestations : coupes, médailles, objets publicitaires, tee-shirt...
- **Un service de reproduction** : affiches, flyers et photocopies,
- **Le prêt de matériel aux associations chazelloises adhérentes (même au non-sportives)** : crêpières, barbecues "plancha", conteneur frigorifique, machine à hot dog, friteuse, percolateur, écran de projection, sonos, multiprises et rallonges,
- **Le prêt d'un minibus (9 places) aux associations sportives chazelloises adhérentes.**

Contact : Christophe DÉMOSTHÉNIS

Office Municipal des Sports

2 Bis Rue Emile Rivoire  
42 140 Chazelles-sur-Lyon

☎ 06 51 57 11 33

✉ [omschazelles@free.fr](mailto:omschazelles@free.fr)



2

# Les équipements sportifs



Avec une dizaine d'équipements sportifs municipaux répartis sur la commune, la Ville de Chazelles-sur-Lyon offre à chacun la possibilité de pratiquer le sport de son choix dans des conditions idéales grâce à des équipements de qualité.

## GYMNASES

### ➤ GYMNASE PIERRE DENIZOT



#### Caractéristiques :

- Une grande salle avec blocs vestiaires, une salle polyvalente et une salle de réunion.

#### Activités pratiquées :

- Gymnastique, Volley-ball, Badminton, Tennis, Tennis de table et Sports scolaires.

### ➤ GYMNASE ROGER FRISON ROCHE



#### Caractéristiques :

- Une grande salle avec blocs vestiaires, bureau, tribune fixe et Structure d'Escalade Artificielle.

#### Activités pratiquées :

- Handball, Tennis, Escalade et Sports scolaires.

## STADES

### ➤ STADE MUNICIPAL



#### Caractéristiques :

- Un terrain en gazon synthétique avec bloc vestiaires et club house,
- Deux terrains de handball et quatre terrains de basket en enrobé,
- Une aire de saut en longueur en sable et une aire de lancer de poids en gazon synthétique,
- Une piste d'athlétisme en gazon synthétique de 50 mètres (2 couloirs).

#### Activités pratiquées :

- Football et Sports scolaires.

### ➤ TERRAIN STABILISÉ



#### Caractéristiques :

- Un terrain de football et une piste d'athlétisme de 400 mètres en ghorre.

#### Activités pratiquées :

- Sports scolaires.

## SALLES ET TERRAINS SPÉCIALISÉS

### ➤ SALLE DE DANSE (MJC)



#### Caractéristiques :

- Une salle de 80 m<sup>2</sup> avec miroir

#### Activités pratiquées :

- Danses et Sports scolaires.

### ➤ SALLE MANON DES SOURCES (ESPACE MARCEL PAGNOL)



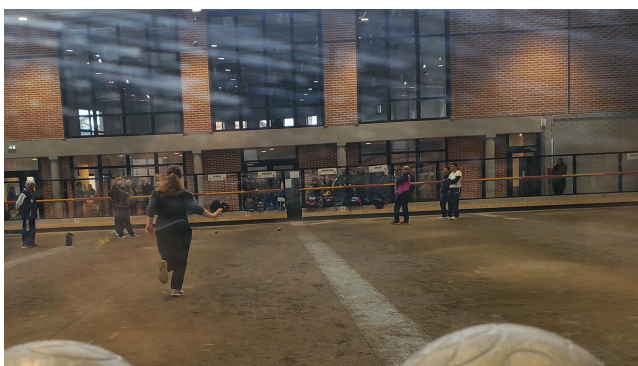
#### Caractéristiques :

- Une salle de 100 m<sup>2</sup>

#### Activités pratiquées :

- Danses, Sports scolaires et Sport Santé.

### ➤ PÔLE SPORTIF CHAZELLOIS



#### Caractéristiques :

- 8 jeux de boules lyonnaises aux normes européennes.

#### Activités pratiquées :

- Boules lyonnaises.



#### Caractéristiques :

- Un dojo de 150 m<sup>2</sup> à l'étage.

#### Activités pratiquées :

- Judo, Karaté, Muay thai, Gym douce, Eveil à la dance, Renforcement musculaire.

### ➤ PÉTANQUODROME



#### Caractéristiques :

- Un espace intérieur et extérieur spécialement aménagé pour la pratique de la pétanque.

### COURS DES TILLEULS



En plus des activités proposées par les associations chazelloises, des installations sportives vous permettent de vous détendre en toute liberté. Le sport à Chazelles-sur-Lyon peut aussi se pratiquer en dehors des structures traditionnelles, que vous soyez seul, en famille ou entre amis, jeune ou moins jeune, la semaine ou le week-end.

## ESPACE DE LOISIRS SPORTIFS



Cet espace convivial permet aux chazellois de venir pratiquer le sport, s'amuser ou simplement flâner en famille. Il comprend :

- 5 appareils de fitness extérieur : rameur, vélo, vélo elliptique, duo porteur pousseur (accessible aux personnes à mobilité réduite) et une configuration Out&Fit Gym compacte, à destination de tous, de débutants à experts.
- 2 tables de tennis de table extérieur,
- 1 pyramide simple de type « araignée »,
- 1 téléphérique basique avec pente nature de type « tyrolienne ».

L'ensemble de l'espace de loisirs est paysagé et aménagé de bancs, tables et poubelles.

## TENNIS



Une envie de petites balles jaunes à satisfaire ? Deux terrains municipaux extérieurs sont à votre disposition en location horaire (strictement réservé aux habitants chazellois).

Inscriptions gratuites et réservations en ligne depuis le site internet de la ville : [www.chazelles-sur-lyon.fr](http://www.chazelles-sur-lyon.fr) ou auprès du Service des Sports.

## CITY STADE



Situé Avenue du 11 novembre, cet espace de jeux en libre accès permet la pratique de différents sports tels que le football, le handball, le basket-ball...

## PISCINES

### ➤ PISCINE DE FEURS



Forez Aquatic, la piscine gérée par la Communauté de Communes de Forez-Est propose à la fois baignade, balnéothérapie (sauna, jacuzzi), cours de natation et cours de remise en forme..

Elle dispose de deux bassins (seul bassin olympique du département), de jeux d'eau pour enfants et d'un espace pique-nique.

#### **Renseignements et inscriptions :**

Forez Aquatic  
2, Allée du parc  
42110 Feurs  
☎ 04 77 26 24 54  
✉ forez-aquatic@forez-est.fr

### ➤ PISCINE D'HURONGUES



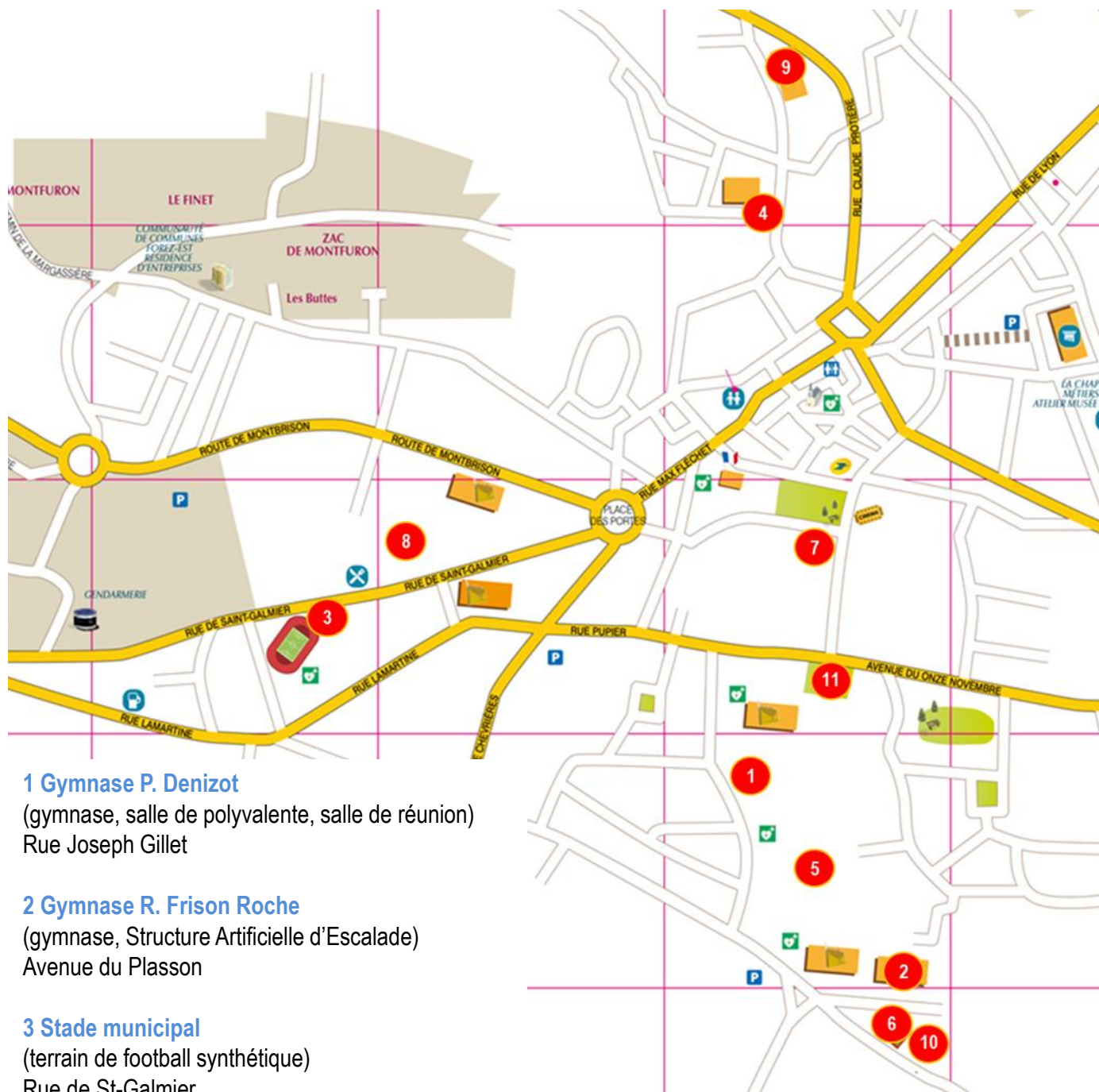
Géré par la Communauté de Communes des Monts des Lyonnais, la piscine est située dans la zone de loisirs d'Hurongues à Pomeys (69590).

Elle dispose de deux bassins : un bassin de 25 mètres avec lignes d'eau pour les nageurs, un bassin de faible profondeur avec jets hydromassants.

#### **Renseignements et inscriptions :**

Piscine d'Hurongues  
842, Chemin d'Hurongues  
69590 Pomeys  
☎ 04 78 48 42 81  
✉ accueil.hurongues@cc-mdl.fr

# LE PLAN



## 1 Gymnase P. Denizot

(gymnase, salle de polyvalente, salle de réunion)  
Rue Joseph Gillet

## 2 Gymnase R. Frison Roche

(gymnase, Structure Artificielle d'Escalade)  
Avenue du Plasson

## 3 Stade municipal

(terrain de football synthétique)  
Rue de St-Galmier

## 4 MJC

(salle de danse)  
Rue Joanny Desage

## 5 Terrain stabilisé

(terrain de football et piste d'athlétisme)  
Rue Joseph Gillet

## 6 Court de Tennis

(courts de tennis extérieur)  
Avenue du Plasson

## 7 Cours des Tilleuls

(terrains de pétanque extérieur)  
Boulevard Etienne Peronnet

## 8 Pétanquodrome

(terrains de pétanque couvert)  
Rue de St-Galmier

## 9 Pôle sportif chazellois

(Boulodrome couvert et extérieur et Dojo)  
Rue de Verdun

## 10 Espace de Loisirs sportifs

(appareils de fitness, tables de tennis de table...)  
Avenue du Plasson

## 11 City stade

(terrain de basket-ball, handball, football...)  
Avenue du 11 novembre

A low-angle, close-up shot of a person's legs and feet as they run on a red athletic track. The person is wearing dark blue leggings and red and white running shoes. The right foot is in mid-air, showing the tread pattern of the sole. The background is a blurred outdoor setting with a fence and trees under a clear sky. A yellow banner is positioned at the top left of the image.

3

# Clubs et associations sportives

Vous trouverez dans la suite de ce guide, l'ensemble des associations sportives chazelloises qui peuvent vous accueillir. Nous avons répertorié les disciplines que vous pourrez pratiquer en loisir, pour vous divertir et vous détendre en solitaire ou en équipe, ou bien en compétition.

## SPORTS COLLECTIFS

### FOOTBALL

#### ➤ ANZIEUX FOOT

Club de football labélisé « club jeune » : école de football, compétition et football féminin.

**Public :** À partir de 5 ans

- Equipes masculines : U6-U7, U8-U9, U10-U11, U12-U13, U14-U15, U16, U17-U18, séniors et loisirs.
- Equipes féminines : U14-U15, U16-U17-U18 et séniors.

**Lieux :** Stade Municipal

**Renseignements et inscriptions :**

Anthony CARTAL (Foot masculin)

☎ 06 75 93 80 15

Eric CHADUIRON (Foot féminin)

☎ 06 89 30 04 28

Jean-Noël FAURE (Foot masculin et féminin)

☎ 07 60 08 56 40

**Internet :** [www.anzieux-foot42.com](http://www.anzieux-foot42.com)

✉ [560559@laurafoot.org](mailto:560559@laurafoot.org)



### HANDBALL

#### ➤ HAZELLES HANDBALL 96

Pratique du handball : entraînement et compétition masculin et féminin - Formation à l'arbitrage.

**Public :** À partir de 6 ans

- Equipes jeunes : -9 mixte, -11 ans, -13 ans, -15 ans, -18 ans (équipes filles et équipes garçons)
- Equipes adultes : Seniors filles, Seniors garçons, Loisirs

**Lieux :** Gymnase R. Frison Roche

**Renseignements et inscriptions :**

Laurence COMBE

☎ 06 99 23 44 25

✉ [5142004@ffhandball.net](mailto:5142004@ffhandball.net)

**Page Facebook :**

<https://sw-ke.facebook.com/people/Chazelles-handball-96/100057627692795/>

### VOLLEY-BALL

#### ➤ MJC

Découverte et apprentissage du volley-ball dans une ambiance conviviale.

**Public :** Adultes

**Lieux :** Gymnase P. Denizot

- Le jeudi de 20h30 à 22h30

**Renseignements et inscriptions :**

Accueil MJC

☎ 04 77 54 29 21

✉ [mjcchazelles@gmail.com](mailto:mjcchazelles@gmail.com)

**Internet :** <http://mjcchazelles.com/>

# ÉVEIL SPORTIF – GYMNASTIQUE - CIRQUE

## ÉVEIL SPORTIF

### ➤ CENTRE SOCIOCULTUREL L'EQUIPAGE

Parcours de motricité, jeux collectifs, jeux d'adresse, orientation, éveil corporel....

**Public :** 2-4 ans

**Lieux :** Gymnase P. Denizot  
- Le lundi de 17h30 à 18h30

#### **Renseignements et inscriptions :**

Accueil Centre Socioculturel L'équipage, 16 rue de Saint-Galmier, 42140 Chazelles-sur-Lyon

☎ 04 77 54 95 03

✉ inscriptions@cslequipage.fr

**Internet :** <https://lequipage.centres-sociaux.fr/>

### ➤ MJC

Découverte de la pratique sportive à travers différentes activités (jeux d'opposition, parcours, jeux de ballon, première approche de sport collectif...). L'enfant pourra mieux cibler ses goûts et ses envies.

**Public :** 3-6 ans

**Lieux :** Pôle sportif chazellois (Dojo)

- Le mercredi de 9h à 10h
- Le mercredi de 10h à 11h

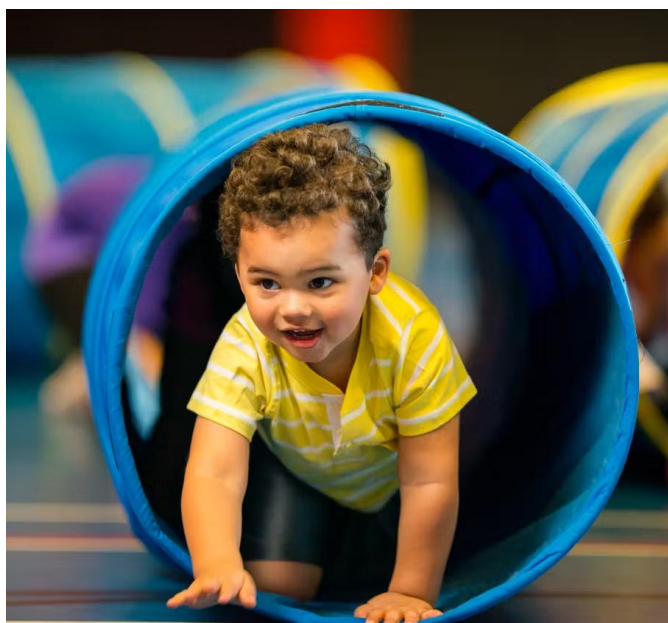
#### **Renseignements et inscriptions :**

Accueil MJC

☎ 04 77 54 29 21

✉ mjcchazelles@gmail.com

**Internet :** <http://mjcchazelles.com/>



## GYMNASTIQUE

### ➤ LES MYOSOTIS

Gymnastique artistique et sportive à partir de 6 ans avec compétitions individuelles et par équipe.

Agrès : barres, sol, saut, poutre.

#### **Public :**

- Poussines: 6 à 9 ans (filles)
- Jeunesses: 10 à 13 ans (filles)
- Aînées: 14 ans et plus (filles)

**Lieux :** Gymnase Pierre Denizot

- Le mardi, le mercredi et le vendredi de 16h45 à 21h15 (horaires variant en fonction des différentes sections)

#### **Renseignements et inscriptions :**

Noémie BARDU

☎ 06 52 87 08 02

✉ noemie.bardu42@free.fr

#### **Page Facebook :**

<https://www.facebook.com/profile.php?id=100091893673115>

#### **Page Instagram :**

[https://instagram.com/vesc.myosotis?utm\\_source=qr&igshid=MzNINGNkZWQ4Mg%3D%3D](https://instagram.com/vesc.myosotis?utm_source=qr&igshid=MzNINGNkZWQ4Mg%3D%3D)

## CIRQUE

### ➤ MJC

Développer l'équilibre, la coordination et la créativité en s'amusant avec les arts du cirque.

**Public :** Enfants

**Lieux :** MJC

- Le mardi de 17h30 à 18h30 (maternelle)
- Le mardi de 18h30 à 19h30 (primaire)

#### **Renseignements et inscriptions :**

Accueil MJC

☎ 04 77 54 29 21

✉ mjcchazelles@gmail.com

**Internet :** <http://mjcchazelles.com/>

# GYM - RENFORCEMENT MUSCULAIRE - STEP - MAJORETTES

## FITNESS

### ➤ MJC

Cours de fitness complet et varié (yoga, tai-chi et pilates) pour gagner en confort musculaire, en coordination et en souplesse.

**Public** : Adultes

**Lieux** : MJC

- Le vendredi de 10h à 11h (fit zen) et de 11h à 12h (Cuisse, Abdos, Fessiers)

**Renseignements et inscriptions** :

Accueil MJC

☎ 04 77 54 29 21

✉ mjcchazelles@gmail.com

**Internet** : <http://mjcchazelles.com/>

## QI GONG

### ➤ MJC

Gymnastique douce et lente issue de la médecine traditionnelle chinoise. La pratique du Qi Gong fait appel à une grande diversité de mouvements qui s'enchaînent généralement très lentement, de postures immobiles, d'étirements, d'exercices respiratoires, de visualisation et de méditation.

**Public** : Adultes et seniors

**Lieux** : MJC

- Le mardi de 9h30 à 11h

**Renseignements et inscriptions** :

Accueil MJC

☎ 04 77 54 29 21

✉ mjcchazelles@gmail.com

**Internet** : <http://mjcchazelles.com/>

## GYM SENIORS

### ➤ MJC

Renforcement musculaire, exercices cardio-vasculaires.

**Public** : Seniors

**Lieux** : MJC

- Le lundi de 9h à 10h (réservé au seniors dynamiques)
- Le lundi de 10h à 11h

**Renseignements et inscriptions** :

Accueil MJC

☎ 04 77 54 29 21

✉ mjcchazelles@gmail.com

**Internet** : <http://mjcchazelles.com/>



## PILATES

Activité physique basée sur le respect des courbures de la colonne vertébrale, la concentration et une respiration adaptée. Améliore la posture, la force et la souplesse.

### ➤ FAMILLES RURALES

**Public :** Adultes

**Lieux :**

- Le mardi de 10h à 11h au Gymnase Pierre Denizot
- Le mardi de 14h à 15h à la Salle dans les locaux des Familles rurales
- Le mercredi de 8h15 à 9h15 au Gymnase Pierre Denizot (Pilate revisité Gasquet)

**Renseignements et inscriptions :**

Familles rurales, 6 rue Emile Rivoire, 42140 Chazelles-sur-Lyon

☎ 04 77 54 45 77

✉ frchazelloise@free.fr

Odile VENET

☎ 06 03 56 55 04

**Internet :** <https://www.famillesrurales.org/chazelles-sur-lyon/>

### ➤ MJC

**Public :** Adultes

**Lieux :** MJC

- Le mercredi de 10h à 11h

**Renseignements et inscriptions :**

Accueil MJC

☎ 04 77 54 29 21

✉ mjcchazelles@gmail.com

**Internet :** <http://mjcchazelles.com/>



## RENFORCEMENT MUSCULAIRE

### ➤ MJC

Basé sur des exercices conçus pour être ludiques et ciblés, afin de se muscler, se maintenir en forme et ainsi acquérir une forte sensation de bien-être.

**Public :** Adultes

**Lieux :** Pôle sportif chazellois (Dojo)

- Le lundi de 18h55 à 19h55

**Renseignements et inscriptions :**

Accueil MJC

☎ 04 77 54 29 21

✉ mjcchazelles@gmail.com

**Internet :** <http://mjcchazelles.com/>

## STEP

### ➤ MJC

Cours collectifs chorégraphiés autour d'un step (marche d'escalier) qui permet de développer l'endurance, le souffle et la coordination.

**Public :** Ados (à partir de 15 ans) et adultes

**Lieux :** MJC

- Le mercredi de 18h30 à 19h30

**Renseignements et inscriptions :**

Accueil MJC

☎ 04 77 54 29 21

✉ mjcchazelles@gmail.com

**Internet :** <http://mjcchazelles.com/>

## MAJORETTES

### ➤ FAMILLES RURALES (Les fleurs étoilées)

Pratique de bâton de majorette avec danse, ruban et pompon...

**Public :** À partir de 4 ans (tous niveaux)

**Lieux :** Pôle sportif chazellois (Dojo)

- Le vendredi de 17h à 17h45 (4-7 ans)
- Le vendredi de 17h45 à 18h45 (8-11 ans)
- Le vendredi de 18h45 à 19h45 (12-14 ans)
- Le vendredi de 19h45 à 20h45 (15 ans et plus)

**Renseignements et inscriptions :**

Blandine VILLARD

☎ 07 69 72 97 96

✉ lesfleursetoilees@gmail.com

# DANSE

## DANSE CARDIO BOXING

### ➤ FAMILLES RURALES

*Pratique de la danse cardio tonique*

**Public :** À partir de 12 ans

**Lieux :** Gymnase Pierre Denizot

- Le jeudi de 18h25 à 19h25

**Renseignements et inscriptions :**

Familles rurales, 6 rue Emile Rivoire, 42140  
Chazelles-sur-Lyon

☎ 04 77 54 45 77

✉ frchazelloise@free.fr

Arlette GERIN

☎ 06 05 02 06 56

**Internet :** <https://www.famillesrurales.org/chazelles-sur-lyon/>

## DANSE COUNTRY

### ➤ FAMILLES RURALES

*Pratique de la danse country*

**Public :** À partir de 12 ans

**Lieux :** Salle Bras de fer

- Le jeudi de 18h00 à 19h00 (confirmés)

- Le jeudi de 19h00 à 20h00 (débutants)

**Renseignements et inscriptions :**

Familles rurales, 6 rue Emile Rivoire, 42140  
Chazelles-sur-Lyon

☎ 04 77 54 45 77

✉ frchazelloise@free.fr

Nathalie MOUNIER

☎ 06 12 55 17 88

**Internet :** <https://www.famillesrurales.org/chazelles-sur-lyon/>

## DANSE CONTEMPORAINE

### ➤ ATELIER FOLËT

*La danse contemporaine repose sur le métissage des codes des danses déjà existantes, en interrogeant les fondamentaux du mouvement dansé : c'est un travail technique mêlant la mobilité du corps et du dos, l'utilisation du poids pour la création d'un élan naturel, le déploiement du corps dans l'espace et le temps. Les cours proposent un apprentissage technique pour la construction d'un corps placé et respecté, mais aussi des temps d'ateliers pour favoriser l'expression artistique de chacun.*

**Public :** Enfants, adolescents et adultes

**Lieux :** Salle Manon des Sources, espace Marcel Pagnol, 42140 Chazelles-sur-Lyon à l'exception du cours éveil/initiation, qui aura lieu dans la maison des tilleuls.

- Le lundi de 18h10 à 19h10 (7/11 ans) : élémentaires
- Le lundi de 19h15 à 20h30 (semaine A), de 19h15 à 21h (semaine B) : Adultes débutants/inter
- Le lundi de 20h30 à 22h (semaine A) : Atelier création dès 15 ans
- Le mercredi de 11h à 12h (4-7ans) : Éveil / initiation
- Le mercredi de 16h00 à 17h30 (12-17 ans) : Adolescents
- Le mercredi de 17h35 à 18h35 : Barre à terre
- Le mercredi de 18h40 à 20h00 : Adultes débutants
- Le mercredi de 20h à 21h30 : Adultes intermédiaires

**Renseignements et inscriptions :**

☎ 06 78 40 67 98

✉ atelier.folet@gmail.com

**Page Facebook et Instagram :** *Atelier Folët*

## DANSE FOLKLORIQUE

### ➤ MJC

*Un tour du monde en musique et en danse : un joli mix pour découvrir ou redécouvrir la danse sous différents horizons !*

**Public :** Adultes

**Lieux :** Maison des associations

- Le lundi de 20h à 22h

**Renseignements et inscriptions :**

Accueil MJC

☎ 04 77 54 29 21

✉ [mjcchazelles@gmail.com](mailto:mjcchazelles@gmail.com)

**Internet :** <http://mjcchazelles.com/>

## DANSE ORIENTALE

### ➤ MJC

*La danse orientale sollicite toutes les parties du corps. Elle constitue un moyen d'expression corporelle qui harmonise le corps et l'esprit. Cette danse associe sensualité et féminité.*

**Public :** Adolescents et adultes

**Lieux :** MJC

- Le jeudi de 18h30 à 19h30 (débutants)

- Le jeudi de 19h30 à 20h30 (confirmé)

**Renseignements et inscriptions :**

Accueil MJC

☎ 04 77 54 29 21

✉ [mjcchazelles@gmail.com](mailto:mjcchazelles@gmail.com)

**Internet :** <http://mjcchazelles.com/>

## ÉVEIL A LA DANSE

### ➤ MJC

*Premier contact avec le corps en mouvement sur différents styles musicaux. Découverte de plusieurs styles de danse pour mieux cibler ses goûts et envies. Un temps pour développer l'écoute, la notion de collectif et le partage.*

**Public :** Enfants (3-6 ans)

**Lieux :** Pôle sportif chazellois (Dojo)

- Le mercredi de 9h à 10h

- Le mercredi de 10h à 11h

**Renseignements et inscriptions :**

Accueil MJC

☎ 04 77 54 29 21

✉ [mjcchazelles@gmail.com](mailto:mjcchazelles@gmail.com)

**Internet :** <http://mjcchazelles.com/>

## HIP HOP

### ➤ MJC

*Cette activité vous permettra d'apprendre les bases ou d'approfondir les pas de danse de cet art urbain. La danse Hip-Hop est un savant mélange entre danse et acrobatie. Au programme: freestyle, breakdance, popping, hacking, vogueing, news style... Plus qu'une danse, la danse Hip-Hop est un style de vie. Lancez-vous !*

**Public :** Enfants et adolescents

**Lieux :** Pôle sportif chazellois (Dojo)

- Le mercredi de 13h à 14h (débutants)

- Le mercredi de 14h à 15h (intermédiaires)

**Renseignements et inscriptions :**

Accueil MJC

☎ 04 77 54 29 21

✉ [mjcchazelles@gmail.com](mailto:mjcchazelles@gmail.com)

**Internet :** <http://mjcchazelles.com/>

## MODERN JAZZ

### ➤ MJC

*Travail basé sur le groupe, la synchronisation des mouvements et l'apprentissage technique de mouvements chorégraphiques. Mettre en fusion le mouvement et la musique, libérer l'esprit et les tensions, ressentir la musique en se dépensant.*

**Public :** Enfants et adolescents

**Lieux :** MJC

- Le vendredi de 17h à 17h45 (5-6 ans)
- Le vendredi de 17h45 à 18h45 (7-9 ans)
- Le vendredi de 18h45 à 20h (adolescents)

**Renseignements et inscriptions :**

Accueil MJC

☎ 04 77 54 29 21

✉ [mjcchazelles@gmail.com](mailto:mjcchazelles@gmail.com)

**Internet :** <http://mjcchazelles.com/>

## REGGAETON

### ➤ MJC

*Danse venue des Caraïbes ultra festive et dynamique qui permet une grande créativité gestuelle.*

**Public :** Adolescents (à partir de 15 ans) et adultes

**Lieux :** MJC

- Le mercredi de 19h30 à 20h30

**Renseignements et inscriptions :**

Accueil MJC

☎ 04 77 54 29 21

✉ [mjcchazelles@gmail.com](mailto:mjcchazelles@gmail.com)

**Internet :** <http://mjcchazelles.com/>

## SALSA BACHATA

### ➤ MJC

*Danse latino très en vogue, la Salsa qui signifie « Sauce » est à consommer sans modération... Et, pour parfaire ce cocktail du soleil, on y ajoutera une touche venue des Caraïbes : la Bachata, danse très sensuelle.*

**Public :** Adultes

**Lieux :** MJC

- Le mercredi de 20h30 à 21h30

**Renseignements et inscriptions :**

Accueil MJC

☎ 04 77 54 29 21

✉ [mjcchazelles@gmail.com](mailto:mjcchazelles@gmail.com)

**Internet :** <http://mjcchazelles.com/>

## ZUMBA

### ➤ MJC

*Savant mélange alliant à la fois des mouvements chorégraphiques d'inspiration latine et des gestes toniques afin de renforcer la musculature et de se dépenser vraiment.*

**Public :** Enfants et adolescents

**Lieux :** MJC

- Le mercredi de 13h30 à 14h30 (7-10 ans)
- Le mercredi de 14h30 à 15h30 (à partir de 11 ans)

**Renseignements et inscriptions :**

Accueil MJC

☎ 04 77 54 29 21

✉ [mjcchazelles@gmail.com](mailto:mjcchazelles@gmail.com)

**Internet :** <http://mjcchazelles.com/>

# ARTS MARTIAUX - COMBAT - DÉFENSE

## CROSS TRAINING

### ➤ MJC

Activité accessible à tous. La recette est la suivante : une intensité de séance très élevée, des mouvements fonctionnels naturels (courir, sauter, pousser, lancer...).

**Public** : Adultes

**Lieux** : Pôle sportif chazellois (Dojo)

- Le lundi de 20h à 20h55

**Renseignements et inscriptions** :

Accueil MJC

☎ 04 77 54 29 21

✉ mjcchazelles@gmail.com

**Internet** : <http://mjcchazelles.com/>



## JUDO

### ➤ MJC

Art martial de jeu et de combat, le judo apporte rigueur et bien-être, dans un esprit d'entraide, de politesse, de maîtrise de soi et de respect.

**Public** : Enfants et ados

**Lieux** : Pôle sportif chazellois (Dojo)

- Le mercredi de 15h à 16h (4-5 ans)

- Le mercredi de 16h à 17h (6-7 ans)

- Le mercredi de 17h à 18h : (8-9 ans)

- Le mercredi de 18h à 19h30 (à partir de 10 ans)

**Renseignements et inscriptions** :

Accueil MJC

☎ 04 77 54 29 21

✉ mjcchazelles@gmail.com

**Internet** : <http://mjcchazelles.com/>

## MUAY THAI (BOXE THAÏLANDAISE)

### ➤ MJC

C'est probablement la boxe la plus complète puisqu'elle utilise toutes les parties du corps pour frapper son opposant (poings, pieds, coudes, genoux).

**Public** : Enfants, ados et adultes

**Lieux** : Pôle sportif chazellois (Dojo)

- Le jeudi (à partir de 7 ans) de 17h30 à 18h30

- Le jeudi (ados et adultes) de 18h30 à 20h

- Le jeudi (ados et adultes) de 20h à 21h30

**Renseignements et inscriptions** :

Accueil MJC

☎ 04 77 54 29 21

✉ mjcchazelles@gmail.com

**Internet** : <http://mjcchazelles.com/>

# MULTISPORTS

## ➤ OFFICE MUNICIPAL DES SPORTS

L'Accueil de Loisirs à Dominante Sportive (ALDS) donne la possibilité aux enfants âgés de 6 à 12 ans de découvrir et de s'initier tout au long de l'année à plusieurs activités physiques et sportives. Il a pour objectif de leur donner le goût du sport et de l'activité physique tout en développant leur sens des responsabilités et leur autonomie.

L'Office Municipal des Sports propose un accueil avec une inscription à la journée ou à la demi-journée :

### ▪ Les « vacances sportives »

L'objectif n'est pas la spécialisation ou la performance, mais de permettre aux enfants de découvrir une première approche d'une discipline sportive (sports collectifs, gymnastique, jeux de lutte, sports de raquette...), susceptible, par la suite, de leur donner envie de rejoindre le milieu associatif sportif.

L'Office Municipal des Sports de Chazelles-sur-Lyon invite les enfants à vivre des vacances actives. Les « vacances sportives » proposent de nombreuses activités dans des conditions privilégiées et dans une ambiance conviviale.

Le principe est simple : deux ou trois activités sont proposées chaque matin et chaque après-midi. Une occasion idéale de s'initier à des sports que l'on a rarement l'opportunité de pratiquer !

**Contact : Christophe DÉMOSTHÉNIS**

#### Office Municipal des Sports

2 Bis Rue Emile Rivoire  
42 140 Chazelles-sur-Lyon  
☎ 06 51 57 11 33  
✉ omschazelles@free.fr

#### Service des sports

12 Rue Armand Bazin  
42 140 Chazelles-sur-Lyon  
☎ 06 51 57 11 33  
✉ sport@chazelles-sur-lyon.fr

Retrouvez toutes les modalités d'inscription sur la plaquette de présentation (téléchargeable sur le site de ville [www.chazelles-sur-lyon.fr](http://www.chazelles-sur-lyon.fr)) ou à récupérer à l'accueil de la mairie



# SPORTS INDIVIDUELS

## BADMINTON

### > MJC

Pratique du badminton en loisir (tous niveaux).

**Public :** Adultes

**Lieux :** Gymnase P. Denizot

- Le lundi de 18h30 à 22h30 (créneau d'une heure)
- Le mercredi de 19h à 21h (créneau d'une heure)

**Renseignements et inscriptions :**

Accueil MJC

☎ 04 77 54 29 21

✉ mjcchazelles@gmail.com

**Internet :** <http://mjcchazelles.com/>

## BOULE LYONNAISE

### > ASSOCIATION SPORTS LOISIRS CHAZELLES VIRICELLES

L'Association Sports-Loisirs Chazelles-Viricelles grâce au boulodrome couvert propose une utilisation ouverte à tout public et particulièrement sur les aspects suivants :

- La boule scolaire : initiation et plaisir de jouer
- La boule associative : découverte de notre sport pour toute association
- La boule santé : un privilège pour les seniors
- La boule traditionnelle-Loisir : animation, initiation, compétition
- La boule ensemble : le défi du vivre ensemble, valoriser tous les sportifs handicapés
- La boule entreprise : organisation d'activités avec des collaborateurs
- La création d'une Ecole de boules
- La création d'un Club Sportif

Pour vous accompagner dans ces découvertes nous pouvons proposer des cycles d'animation conduits par une professionnelle.

**Lieux :** Pôle sportif chazellois

**Renseignements et inscriptions :**

Maxime VENET

☎ 06 78 62 12 16

✉ aslchazellesviricelles@gmail.com

**Internet :** [www.aslchazellesviricelles.fr](http://www.aslchazellesviricelles.fr)

## ÉQUITATION

### > ÉQUI'LIBRE PONEY CLUB

Équitation de loisir bienveillante du débutant au confirmé.

**Public :** Adultes et enfants à partir de 3 ans

**Lieux :** La rate, 42 140 Maringes

**Renseignements et inscriptions :**

Jessica POLLARI

☎ 06 49 08 55 85

✉ [equilibre.poneyclubmaringes@gmail.com](mailto:equilibre.poneyclubmaringes@gmail.com)

**Page internet :** Équi'libre Poney Club

## ESCALADE

### > VERTICOISE

L'association, affiliée à la FFME, a pour objet la pratique et la promotion des activités de montagne et d'escalade dans le respect du développement durable : escalade sur structure artificielle et sorties en extérieur.

**Public :** À partir de 8 ans (école d'escalade) et en famille possible (loisir)

**Lieux :** Gymnase R. Frison Roche

**Renseignements et inscriptions :**

☎ 07 82 98 41 44

✉ [contact@verticoise.fr](mailto:contact@verticoise.fr)

**Internet :** <https://verticoise.fr/>

**Page Facebook :**

<https://fr-fr.facebook.com/verticoise/>

## PETANQUE

### ➤ PETANQUE CHAZELLOISE

Pratique de la pétanque en loisir et compétition. Le club possède une école de pétanque pour les 6-17 ans.

**Public :** À partir de 6 ans

Entraînement le mercredi après-midi pour les jeunes et le mercredi et le jeudi soir pour les adultes.

Jours d'ouverture : Le lundi, le mardi, le vendredi et le samedi après-midi selon les disponibilités des bénévoles..

**Lieux :** Cour des Tilleuls et Pétanquodrome (en période hivernale)

#### **Renseignements et inscriptions :**

Isabelle POULARD (présidente)

☎ 06 26 61 29 67

✉ petanquechazelloise@gmail.com

Alyson POULARD (secrétaire)

☎ 06 59 52 76 57

**Internet :** www.petanquechazelloise.com

## SKI

### ➤ SKI CLUB CHAZELLOIS

**Public :** À partir de 6 ans

#### **Lieux :**

- Sorties à Chalmazel (Loire) pour les « Mercredis neige » et Margeriaz (Savoie) de décembre à avril.
- Le samedi, compétition (Chalmazel ou dans les Alpes). Pour enfants, niveau 3 étoiles et moins de 18 ans.
- Perfectionnement et compétition de septembre à avril.

#### **Renseignements et inscriptions :**

☎ 06 65 31 12 26

✉ skiclubchazellois@gmail.com

#### **Page Facebook :**

<https://fr-fr.facebook.com/skiclubchazellois/>

#### **Location de matériel (skis, chaussures, bâtons) :**

- Le mardi et jeudi de 18h à 19h30  
1, bis Place Massenet - 42140 Chazelles-sur-Lyon

## PLONGEE

### ➤ CLUB DE PLONGEE D'HURONGUES

Le club est affilié à la FFESSM (Fédération Française d'Etudes et de Sports Sous-Marins) et a pour vocation l'enseignement et la pratique de la plongée : entraînement en piscine et sorties en mer (2 à 3 sorties par an).

**Public :** À partir de 18 ans ou à partir de 16 ans si accompagné d'un parent plongeur

**Lieux :** Piscine d'Hurongues

- Le jeudi de 20h30 à 22h00

#### **Renseignements et inscriptions :**

Marie-Thérèse RUBIO

☎ 06 41 58 16 60

✉ club.cph@gmail.com

## TENNIS

### ➤ TENNIS CLUB D'HURONGUES

Entraînement loisir et compétition encadrés par un moniteur Diplômé d'État.

Pratique libre possible sur les terrains extérieurs d'Hurongues.

Convivialité garantie !

**Public :** À partir de 3/4 ans

**Lieux :** Tennis extérieur, gymnase R. Frison Roche et gymnase P. Denizot

#### **Renseignements et inscriptions :**

Florence DUMAS

☎ 06 69 76 75 29

✉ tchurongues@gmail.com

Loïc EYRAUD

☎ 06 81 76 36 43

**Internet :** Ten'up Hurongues

**Page Facebook et Instagram :** @tc.hurongues

➤ **ENTENTE ASS ASC TT**

Pratique du tennis de table en loisir et compétition.

**Public :** À partir de 8 ans

**Lieux :** Gymnase de la Platière (salle des Tanneries) à Saint Symphorien sur Coise (entraînements) et Gymnase P. Denizot le dimanche matin (compétitions).

- Le samedi de 10h à 11h30 (enfants)
- Le lundi et le mercredi de 18h30 à 20h (adultes)

**Renseignements et inscriptions :**

Gérard DEVAUX

☎ 06 65 57 37 11

✉ gerard.devaux.42@gmail.com

Michel ORIOL

☎ 06 60 25 65 92

✉ micheloriol@laposte.net

➤ **FARLOTS BIKES**

Animé par une équipe de parents bénévoles formée, le club Farlots bike permet à votre enfant de découvrir les joies d'une activité collective de plein air... Au programme : découverte des différentes pratiques du VTT, lecture de cartes, et beaucoup de fun.

**Public :** À partir de 9 ans

**Lieux :** A définir

- Le samedi de 14h à 16h30

**Renseignements et inscriptions :**

Sébastien AUDOUARD

☎ 06 08 50 55 94

✉ farlotsbikes@gmail.com



# DÉTENTE - ENTRETIEN - RELAXATION

## GYM DOUCE ET D'ENTRETIEN

### ➤ ASSOCIATION SPORT LOISIRS CHAZELLES VIRICELLES

Gymnastique douce et d'entretien

**Public :** Adultes et seniors

**Lieux :** Pôle sportif chazellois (dojo)

- Le lundi de 17h00 à 18h00 ou de 18h00 à 19h00

**Renseignements et inscriptions :**

Paule DUBANCHET

☎ 06 84 16 20 90

✉ aslchazellesviricelles@gmail.com

**Internet :** <http://aslchazellesviricelles.fr>

### ➤ CDOS / SERVICE DES SPORTS (voir page 8)

**Public :** Toutes personnes présentant des limitations au quotidien et/ou souffrant d'une pathologie chronique (diabète, surpoids, rémission d'un cancer, parkinson...)

**Lieux :** Salle Manon des sources

- Le mercredi de 11h à 12h

- Le jeudi de 10h à 11h

**Renseignements et inscriptions :**

Clément BEAL (Conseiller Sport Santé et responsable de l'atelier passerelle)

☎ 06 30 06 66 26

Christophe DEMOSTHENIS (Service des sports)

☎ 06 51 57 11 33

✉ sport@chazelles-sur-lyon.fr

**Internet :** [www.chazelles-sur-lyon.fr](http://www.chazelles-sur-lyon.fr)

### ➤ CENTRE SOCIOCULTUREL L'EQUIPAGE

Activités gym douce et prévention des chutes

**Public :** Seniors

**Lieux :** Centre Socioculturel L'équipage

- Le lundi de 14h à 15h15

**Renseignements et inscriptions :**

Accueil Centre Socioculturel L'équipage, 16 rue de Saint-Galmier, 42140 Chazelles-sur-Lyon

☎ 04 77 54 95 03

✉ inscriptions@cslequipage.fr

**Internet :** <https://lequipage.centres-sociaux.fr/>

### ➤ FAMILLES RURALES

Gymnastique douce et d'entretien

**Public :** Adultes

**Lieux :** Gymnase Pierre Denizot

- Le lundi de 18h30 à 19h30 et de 19h30 à 20h30

- Le mercredi de 9h15 à 10h15 (Gym méthode Gasquet)

- Le jeudi de 9h30 à 10h15 et de 10h30 à 11h30

- Le jeudi de 13h30 à 14h30 (Gym sur chaise et au mur)

**Renseignements et inscriptions :**

Familles rurales, 6 rue Emile Rivoire, 42140

Chazelles-sur-Lyon

☎ 04 77 54 45 77

✉ frchazelloise@free.fr

Anne-Marie BONHOMME

☎ 06 95 15 57 99

**Internet :** <https://www.famillesrurales.org/chazelles-sur-lyon/>

### ➤ MJC

Gym d'entretien (habilité motrice, renforcement musculaire, exercices cardio-vasculaires. ).

**Public :** Adultes et seniors

**Lieux :** MJC

- Le mercredi de 9h à 10h

**Renseignements et inscriptions :**

Accueil MJC

☎ 04 77 54 29 21

✉ mjcchazelles@gmail.com

**Internet :** <http://mjcchazelles.com/>



## KINESIOLOGIE

### ➤ CENTRE SOCIOCULTUREL L'EQUIPAGE

Activité visant à optimiser la performance motrice du pratiquant en interaction avec son environnement.

**Public :** Adultes

**Lieux :** Centre Socioculturel L'équipage  
- Le lundi de 18h00 à 19h15

#### **Renseignements et inscriptions :**

Accueil Centre Socioculturel L'équipage, 16 rue de Saint-Galmier, 42140 Chazelles-sur-Lyon

☎ 04 77 54 95 03

✉ inscriptions@cslequipage.fr

**Internet :** <https://lequipage.centres-sociaux.fr/>

## MARCHE

Marches de différentes longueurs et difficultés

### ➤ ASSOCIATION SPORT LOISIRS CHAZELLES VIRICELLES

**Public :** Adultes et seniors

**Lieux :** RV au Pôle sportif chazellois  
- Le jeudi matin ou après-midi (sauf pendant les vacances scolaires)

#### **Renseignements et inscriptions :**

Maurice BEYRON

☎ 07 69 46 46 89

✉ aslchazellesviricelles@gmail.com

**Internet :** <http://aslchazellesviricelles.fr>

### ➤ CENTRE SOCIOCULTUREL L'EQUIPAGE

**Public :** Adultes et seniors

**Lieux :** RV devant le Centre Socioculturel  
- Le mercredi de 9h30 à 11h30

#### **Renseignements et inscriptions :**

Accueil Centre Socioculturel L'équipage, 16 rue de Saint-Galmier, 42140 Chazelles-sur-Lyon

☎ 04 77 54 95 03

✉ inscriptions@cslequipage.fr

**Internet :** <https://lequipage.centres-sociaux.fr/>

## RELAXATION

### ➤ FAMILLES RURALES

Pratique de la relaxation

Animatrice : Nadège MONTÈS

**Public :** Adultes

**Lieux :** Salle dans les locaux des Familles rurales  
- Le lundi de 9h à 10h, de 10h15 à 11h15, de 13h45 à 14h45, de 17h30 à 18h30 et de 18h45 à 19h45, le mercredi de 18h30 à 19h30 et de 19h45 à 20h45, le jeudi de 8h45 à 9h45 et de 10h à 11h.

#### **Renseignements et inscriptions :**

Familles rurales, 6 rue Emile Rivoire, 42140 Chazelles-sur-Lyon

☎ 04 77 54 45 77

✉ frchazelloise@free.fr

Irène GARNIER

☎ 06 81 86 47 06

✉ geogarnier@wanadoo.fr

**Internet :** <https://www.famillesrurales.org/chazelles-sur-lyon/>

## STRETCHING RELAXATION

*Détendez vos muscles, apaisez votre esprit et retrouvez votre équilibre intérieur, un étirement à la fois.*

### ➤ MJC

**Public :** Adultes et seniors

**Lieux :** MJC  
- Le lundi de 11h à 12h

#### **Renseignements et inscriptions :**

Accueil MJC

☎ 04 77 54 29 21

✉ mjcchazelles@gmail.com

**Internet :** <http://mjcchazelles.com/>

## STRETCHING

### ➤ FAMILLES RURALES

Discipline qui permet de s'assouplir en douceur et d'améliorer sa mobilité indispensable dans les gestes et mouvements du quotidien.

**Public :** Adultes et seniors

**Lieux :** Gymnase P. Denizot

- Le mardi de 9h à 10h30 et 10h30 à 11h30
- Le jeudi de 19h30 à 20h30

#### **Renseignements et inscriptions :**

Familles rurales, 6 rue Emile Rivoire, 42140  
Chazelles-sur-Lyon

☎ 04 77 54 45 77

✉ frchazelloise@free.fr

Odile VENET

☎ 06 03 56 55 04

Arlette GERIN

☎ 06 05 02 06 56

**Internet :** <https://www.famillesrurales.org/chazelles-sur-lyon/>

## YOGA SUR CHAISE

*Le yoga accessible à tous : étirez-vous, respirez profondément et trouver votre sérénité... confortablement installé sur une chaise.*

### ➤ MJC

**Public :** Adultes

**Lieux :** MJC

- Le mardi de 14h30 à 15h30

#### **Renseignements et inscriptions :**

Accueil MJC

☎ 04 77 54 29 21

✉ mjcchazelles@gmail.com

**Internet :** <http://mjcchazelles.com/>

## YOGA TRADITIONNEL

*Pratique physique guidée par la respiration. Le yoga permet d'accéder au bien être et à l'harmonie intérieure.*

### ➤ CENTRE SOCIOCULTUREL L'EQUIPAGE

**Public :** Adultes et seniors

**Lieux :** Centre Socioculturel L'équipage

- Le mardi de 18h à 19h30

#### **Renseignements et inscriptions :**

Accueil Centre Socioculturel L'équipage, 16 rue de  
Saint-Galmier, 42140 Chazelles-sur-Lyon

☎ 04 77 54 95 03

✉ inscriptions@cslequipage.fr

**Internet :** <https://lequipage.centres-sociaux.fr/>

### ➤ MJC

**Public :** Enfants et adultes

**Lieux :** MJC

- Le lundi de 17h à 17h45 (6-11 ans)
- Le lundi de 18h à 19h15 ou de 19h15 à 20h30 (adultes)
- Le mardi de 18h45 à 20h (découverte)
- Le mardi de 20h à 21h15 (pratiquants)

#### **Renseignements et inscriptions :**

Accueil MJC

☎ 04 77 54 29 21

✉ mjcchazelles@gmail.com

**Internet :** <http://mjcchazelles.com/>

### ➤ FAMILLES RURALES

**Public :** Adultes et seniors

**Lieux :** Salle dans les locaux des Familles Rurales

- Le vendredi de 16h45 à 17h45

#### **Renseignements et inscriptions :**

Familles rurales, 6 rue Emile Rivoire, 42140  
Chazelles-sur-Lyon

☎ 04 77 54 45 77

✉ frchazelloise@free.fr

Irène GARNIER

☎ 06 81 86 47 06

**Internet :** <https://www.famillesrurales.org/chazelles-sur-lyon/>

