



**SAINT  
-MAURICE**  
*Val-de-Marne*

**20**  
**TERRE**  
**DE JEUX**  
**24**

**24-25**

# **GUIDE DES SPORTS**



Les Jeux Olympiques et Paralympiques de Paris 2024 viennent de proposer aux Français et à tous les amoureux du sport dans le monde d'incredibles émotions. Que retenir de ces instants exceptionnels, comme hors du temps ? Les exploits de nos athlètes ? L'ambiance phénoménale des gradins ? L'audace d'avoir combiné patrimoine architectural et arènes sportives ? La fierté d'avoir montré la France et son peuple sous leur meilleur jour ? Sans doute un peu tout cela, mais plus encore : une conviction forte.

La conviction que le sport est un ciment formidable lorsqu'il est mis au service de valeurs positives, personnelles, collectives et même universelles. La conviction que les efforts que nous menons tous : ville, associations, bénévoles ne sont pas vains et qu'il faut les poursuivre.

Alors que de lourdes contraintes pèsent sur les finances des communes, Saint-Maurice ne sacrifie aucun de ses engagements, ni dans le domaine du sport, ni, d'ailleurs, dans celui de la culture. C'est le sens des investissements que porte et portera le budget communal en 2024 et en 2025 : d'abord avec le City Stade réalisé dans l'enceinte des hôpitaux, dans le quartier du Plateau ; puis avec la rénovation complète de notre COSEC.

Deux projets emblématiques qui, conduits à leur terme malgré les difficultés, doivent favoriser la pratique sportive et l'ouvrir à toujours plus de publics. En définitive, c'est là le vrai héritage des Jeux, le seul que nous puissions tous partager, que l'on recherche la performance ou le simple plaisir du dépassement de soi.

Plus vite, plus loin, plus fort, ensemble !



**IGOR SEMO**  
Maire de Saint-Maurice  
Vice-président du territoire  
Paris Est Marne&Bois

# INFORMATIONS PRATIQUES

La ville de Saint-Maurice propose de nombreuses activités sportives pour les enfants à partir de 3 ans, ainsi que pour les adultes.

Le service des sports organise « La Semaine du Sport » du 9 au 14 septembre 2024. À cette occasion, vous pouvez participer aux activités en respectant les horaires et les catégories d'âge définis, pour chaque discipline indiquée dans ce guide. En dehors de la semaine du sport, seules les personnes ayant remis leur dossier complet pourront assister aux cours.

## POUR DEVENIR ADHÉRENT

Inscription au Centre Municipal des Sports à partir du lundi 2 septembre 2024. Horaires d'ouverture en semaine de 9 h à 19 h 30. Jusqu'au 14 septembre 2024. Ouverture exceptionnelle le samedi 14 septembre de 9 h à 13 h.

Horaires d'ouverture du secrétariat à partir du 16 septembre 2024 de 8 h 30 à 17 h du lundi au vendredi. Pas d'inscription le week-end.

### Documents à fournir :

- > 1 justificatif de domicile,
- > la fiche d'inscription dûment complétée,
- > 1 chèque du montant de la cotisation à l'ordre de la régie principale de recettes ou paiement par carte bleue.

Les adhérents sont tenus de souscrire un contrat d'assurance de responsabilité civile couvrant les dommages corporels, auxquels peut les exposer leur pratique sportive, présenter un certificat médical (moins d'un an et portant la mention « Sports » ou de « non contre-indication ») ou une décharge de responsabilité.

**AUCUN DOSSIER INCOMPLET NE SERA TRAITÉ.**



**DU LUNDI 9  
AU SAMEDI 14  
SEPT. 2024**

Ouverture  
des activités  
sportives

**SAMEDI  
28 JUIN 2025**

Dernier jour  
de fonctionnement

**JOURS FÉRIÉS  
ET VACANCES  
SCOLAIRES**

Les activités n'auront  
pas lieu. Durant les  
congés scolaires,  
des stages sportifs seront  
proposés aux enfants.

**SECRETARIAT  
DU SERVICE  
DES SPORTS**

Centre Municipal des Sports  
9 av. de la Villa Antony  
94410 Saint-Maurice  
Tél. : 01 45 18 82 62

# ÉCOLE MUNICIPALE DES SPORTS

L'ÉCOLE DES SPORTS a pour principal objectif le développement physique et psychologique favorisant l'épanouissement de l'enfant. Au travers d'une palette d'activités sportives, les enfants peuvent découvrir et pratiquer plusieurs disciplines en fonction des créneaux horaires et des places disponibles.

Attention, l'inscription dans chaque activité est définitive pour la saison. Aucune modification ne pourra être réalisée après l'inscription. L'école des sports fonctionne à partir du 9 septembre 2024.

Un adhérent peut, dans la limite des places disponibles, s'inscrire à une 2<sup>e</sup> activité.

Celle-ci s'effectuera sur une autre journée de la semaine et sera facturée 50 % du tarif.

Reprise des activités mercredi 11 sept. 2024.

## **L'ÉCOLE DES SPORTS COMPREND 3 GROUPES D'ACTIVITÉS PAR TRANCHE D'ÂGE**

- > Éveil 3-5 ans,
- > Multi 6-8 ans,
- > Initiation Sportive 9-15 ans.

## **COTISATIONS ANNUELLE « MAURITIENS »**

- > Pour 1 activité : 202 €
- > Pour 2 activités : 303 €

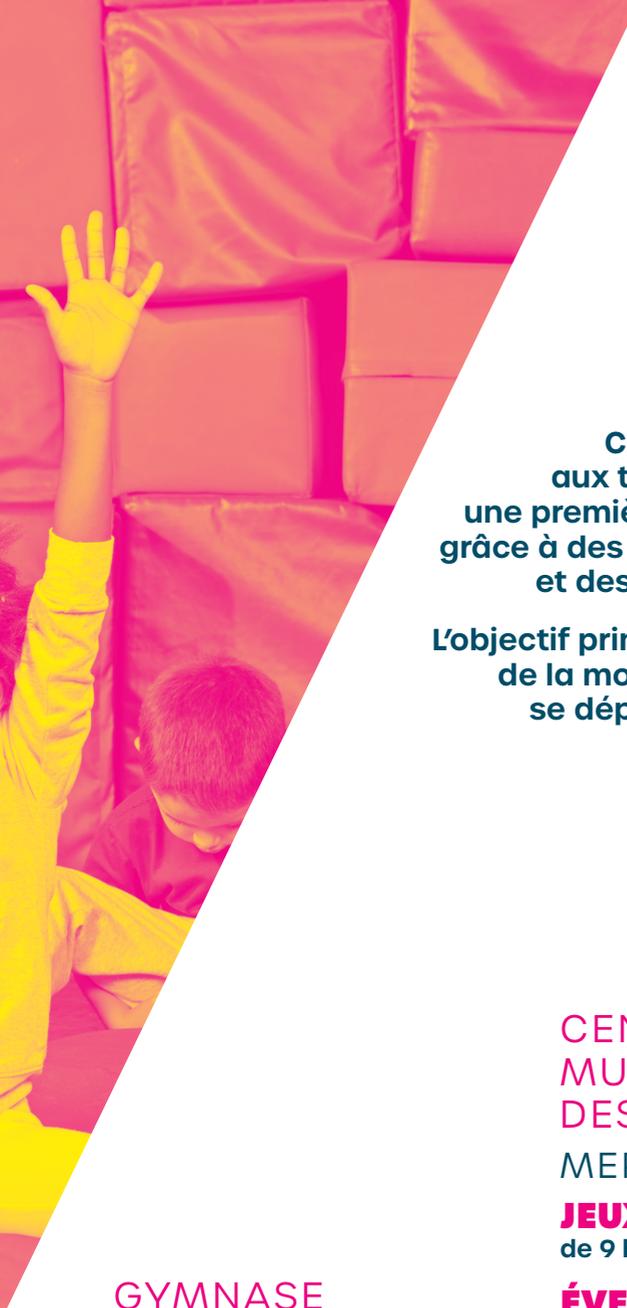
## **COTISATIONS ANNUELLE « HORS COMMUNE »**

- > Pour 1 activité : 239 €
- > Pour 2 activités : 358,50 €



Pour toutes les activités, jours et heures  
sous réserve de modifications et/ou annulations.





Ces activités réservées  
aux tout-petits permettent  
une première approche du sport  
grâce à des parcours de motricité  
et des petits jeux éducatifs.

L'objectif principal est l'acquisition  
de la motricité fondamentale :  
se déplacer, sauter, grimper,  
reculer, tomber...

GYMNASE  
DU VERSEAU

MERCREDI

**ÉVEIL MOTEUR**

de 9 h à 10 h

CENTRE  
MUNICIPAL  
DES SPORTS

MERCREDI

**JEU ATHLÉTIQUES**

de 9 h 30 à 10 h 30

**ÉVEIL MOTEUR**

de 13 h 30 à 14 h 30

SAMEDI

**ÉVEIL MOTEUR**

de 9 h 30 à 10 h 30

MULTI 6-8 ANS



Le Multi permet non seulement de consolider et développer les acquis des premières années mais aussi d'enseigner les qualités d'adresse, à travers de nouveaux jeux sportifs éducatifs et les premiers gestes techniques.

**GYMNASSE  
DU VERSEAU**

MERCREDI

**MULTI-COMBAT**

De 10 h à 11 h

**MULTISPORTS**

de 11 h à 12 h



**CENTRE  
MUNICIPAL  
DES SPORTS**

MERCREDI

**GYMNASTIQUE**

de 14 h 30 à 15 h 30

SAMEDI

**MULTISPORTS**

de 10 h 30 à 11 h 30

**MULTI BALLONS**

de 11 h 30 à 12 h 30

Selon une programmation à l'année, l'École des sports propose de multiples activités qui permettront aux jeunes ados une approche de certains sports, l'objectif étant de découvrir et de s'initier à des sports de manière ludique.

Les enfants pourront être orientés en fonction de leurs capacités et motivations vers les associations sportives de la ville.

## CENTRE MUNICIPAL DES SPORTS

MERCREDI

### VÉLO

de 14 h à 15 h

Mini-Stade

Apporter vélo et casque

### GYM AÉRO ACRO

de 15 h 30 à 17 h

SAMEDI

### GYM / DOUBLE DUTCH

de 13 h à 14 h 30

### GYMNASE DU VERSEAU

MERCREDI

### HANDBALL

de 15 h 30 à 17 h



### C'EST QUOI LE DOUBLE DUTCH ?

Le Double Dutch est un sport qui mélange la traditionnelle corde à sauter aux codes de la gymnastique et à la danse hip-hop.

Le concept est simple : deux « tourneurs » manient en ellipse une corde en nylon, et un ou plusieurs « sauteurs » effectuent des figures à l'intérieur.

# SPORT DE LA FORME

Le sport c'est la santé, le bien-être, la diversité des pratiques que nous proposons dans « les sports de la forme ».

D'ailleurs cette notion est particulièrement ancrée dans notre commune car l'offre sportive pour les adultes (16 ans et +) est une réelle volonté de rendre accessibles les activités pour tous.

En effet, Saint-Maurice fait partie des rares villes à proposer des créneaux municipaux pour les plus grands.

## **TARIFS DES SPORTS DE LA FORME**

Vous êtes libre de choisir vos activités en fonction de votre temps et de vos envies.

Désormais vous avez la possibilité de vous inscrire jusqu'à 3 cours hebdomadaire(s) (maximum) les jours qui vous conviennent.

Attention, l'inscription dans chaque activité est définitive pour la saison. Aucune modification ne pourra être réalisée après l'inscription.

## **COTISATION ANNUELLE « MAURITIENS »**

- > 148 € un cours par semaine
- > 198 € pour 2 cours par semaine
- > 248 € pour 3 cours par semaine

## **COTISATION ANNUELLE « HORS COMMUNE »**

- > 219 € un cours par semaine
- > 269 € pour 2 cours par semaine
- > 319 € pour 3 cours par semaine



Pour toutes les activités, jours et heures  
sous réserve de modifications et/ou annulations.



GYMNASE  
DU VERSEAU

LUNDI

**ATHLÉTIC CARDIO**

de 18 h 30 à 19 h 30

JEUDI

**RENFORCEMENT  
MUSCULAIRE**

de 12 h 15 à 13 h 15

**GYM D'ENTRETIEN**

Lundi de 19 h 30 à 20 h 30

Mercredi de 18 h 30 à 19 h 30

Mercredi de 19 h 30 à 20 h 30

# CENTRE MUNICIPAL DES SPORTS

LUNDI

## **YOGA DÉBUTANT**

de 19 h à 20 h

## **ATHLÉTIC CARDIO**

de 19 h à 20 h

## **GYM D'ENTRETIEN**

de 20 h à 21 h

## **YOGA INITIÉS**

de 20 h à 21 h

MARDI

## **GYM D'ENTRETIEN**

de 9 h à 10 h

## **MARCHE SANTÉ**

de 14 h à 15 h 30

8 places

MERCREDI

## **PILATES**

de 17 h 15 h à 18 h 15

JEUDI

## **GYM D'ENTRETIEN**

de 9 h à 10 h

## **GYM D'ENTRETIEN / POSTURAL BALL**

de 19 h 15 à 20 h 15

## **ZUMBA**

de 20 h 30 à 21 h 30

VENDREDI

## **YOGA**

de 19 h à 20 h

## **YOGA**

de 20 h à 21 h

### **C'EST QUOI LE POSTURAL BALL ?**

Le Postural Ball est une méthode douce qui se pratique avec un gros ballon, en chorégraphie et en musique.

Cette méthode est fondée sur l'alternance de postures statiques, d'étirements passifs et de relaxation sans contraction musculaire volontaire, avec des transitions fluides et précises ainsi que trois principes d'actions spécifiques.

Cela va permettre à la fois de renforcer les muscles profonds et de relaxer le corps et le mental.

# SPORT SANTÉ

La ville continue ses engagements pour rendre l'activité physique accessible à tous y compris si votre état de santé vous empêche de pratiquer une activité sportive « classique ». C'est pourquoi des créneaux « sport-santé » ont été créés pour les personnes qui souhaitent s'entretenir, améliorer leur autonomie, qui sont touchées par une ou plusieurs ALD ou bien à qui leur médecin a prescrit du sport sur ordonnance.

Ces séances sont adaptées et se composent de renforcement musculaire, d'équilibre, d'endurance et de travail de la motricité fine.

## **GYMNASE DU VERSEAU**

30 bis rue du Maréchal Leclerc

- > Lundi : 12 h 15 – 13 h 15
- > Mardi : 10 h 30 – 11 h 30

## **CENTRE MUNICIPAL DES SPORTS**

9 avenue de la Villa Anthony

- > Lundi : 12 h 15 – 13 h 15
  - > Mardi : 12 h 15 - 13 h 15
- 15 personnes maximum*



# PISCINE DE CHARENTON-LE-PONT

## TARIFS DE LA PISCINE MUNICIPALE

Résidents : Charentonnais et Mauritiens, sur présentation d'un justificatif de domicile

Réduit : Etudiants, jeunes moins de 26 ans, demandeurs d'emploi, seniors à partir de 62 ans, personnes en ALD (Affection Longue Durée), familles nombreuses, sur présentation d'un justificatif de domicile.

- > Tarif unitaire plein résidents : 3,50 €
- > Tarif unitaire réduit résidents : 2,10 €
- > Tarif plein résidents (10 entrées) : 28 €
- > Tarif réduit résidents (10 entrées) : 16,80 €
- > Tarif unitaire extérieurs : 5,25 €
- > Tarif enfant (moins de 3 ans) : Gratuité
- > Tarif Comité d'entreprise et salariés charentonnais ou mauritiens (10 entrées) : 28 €
- > Tarif Comité d'entreprise et salariés charentonnais ou mauritiens (50 entrées) : 112 €
- > Carte perdue : 5 €

## HORAIRES D'OUVERTURE

	LUN.	MAR.	MERC.	JEU.	VEND.	SAM.	DIM.
<b>PÉRIODE SCOLAIRE</b>	7 H 8 H 30	12 H 13 H 30	7 H 8 H 30	12 H 13 H 30	12 H 13 H 30	10 H 14 H	8 H 13 H
	12 H 13 H 30	17 H 20 H	12 H 18 H	17 H 21 H 30	17 H 20 H	15 H 19 H	
<b>PETITES VACANCES SCOLAIRE</b>	12 H 14 H	12 H 14 H	12 H 14 H	12 H 14 H	12 H 14 H	10 H 14 H	8 H 13 H
	15 H 18 H	15 H 20 H	15 H 18 H	15 H 20 H	15 H 20 H	15 H 19 H	

*Évacuation des bassins 15 mn  
et arrêt de la caisse 30 mn  
avant l'heure de fin d'activité.*



## ST-CHARLES BASKETBALL

### LIEU

Gymnase le Verseau  
30 bis Rue du Maréchal Leclerc  
94410 Saint-Maurice

Salle Nelson Paillou  
4 Rue Anatole France  
94420 Charenton-le-Pont

Gymnase Tony Parker  
Quai des carrières  
94420 Charenton-le-Pont

### RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

SAINT-CHARLES BASKETBALL

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

👉 [www.saint-charlesbasket.fr](http://www.saint-charlesbasket.fr)

📞 01 45 18 38 52 /  
06 11 96 86 56

Reprise de l'activité :  
Lundi 4 septembre 2023

## JUDO TEAM ST-MAURICE

### RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

ABSM Badminton

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

Reprise de l'activité :

Lundi 4 septembre 2023

### LIEU

Centre municipal des sports  
Dojo

9 Av. de la Villa Antony  
94410 Saint-Maurice

### RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

JUDO TEAM SAINT-MAURICE

✉ [judoteam.saint-maurice@gmail.com](mailto:judoteam.saint-maurice@gmail.com)

📷 [@judoteamsaint-maurice](https://www.instagram.com/judoteamsaint-maurice)

👉 <https://judo-team-saint-maurice.ffjudo.com>

📞 06 34 36 84 75

Reprise de l'activité :  
Samedi 7 septembre 2024



## BSM BADMINTON

### LIEU

Gymnase le Verseau  
30 bis Rue du M<sup>al</sup> Leclerc  
94410 Saint-Maurice

Hall des sports  
9 Av. de la Villa Antony  
94410 Saint-Maurice

## SMAJ FUTSAL

### LIEU

Centre municipal des sports  
9 Av. de la Villa Antony  
94410 Saint-Maurice

Gymnase le Verseau  
30 bis rue du Maréchal Leclerc  
94410 Saint-Maurice

### RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

SMAJ FUTSAL

✉ [smaj94410@gmail.com](mailto:smaj94410@gmail.com)

🌐 [www.smajfutsal.fr](http://www.smajfutsal.fr)

☎ 06 62 85 46 13



Dossier d'inscription à retirer  
au centre sportif ou au forum  
des associations

## SAINT-MAURICE TENNIS DE TABLE

### LIEU

12 / 14 Rue Paul Verlaine  
94410 Saint-Maurice

### RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

SAINT-MAURICE TENNIS DE TABLE

☎ Pascal COVET : 06 10 54 78 81

☎ David LAUNAY : 06 16 58 11 98

Renseignements et inscriptions  
sur place. Reprise de l'activité :  
Lundi 2 septembre 2024

## VOLLEY-BALL LOISIR MAURITIEN

### LIEU

Gymnase le Verseau  
30 bis rue du Maréchal Leclerc  
94410 Saint-Maurice

### RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

VOLLEY-BALL LOISIR MAURITIEN

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

☎ Olivier Réault 09 51 55 95 80

Reprise de l'activité :  
Lundi 4 septembre 2023

## TCSM (TENNIS CLUB ST-MAURICE)

### LIEU

Avenue de la Villa Antony  
94410 Saint-Maurice

### RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

TCSM (Tennis Club Saint-Maurice)

✉ [tcsm94410@gmail.com](mailto:tcsm94410@gmail.com)

➤ [www.tennis-saint-maurice.fr](http://www.tennis-saint-maurice.fr)

*Tout joueur doit être adhérent.  
Les enfants doivent être  
obligatoirement sous la  
surveillance d'un adulte.*

## BOXING CLUB SAINT-MAURICE

### LIEU

12/14 Rue Paul Verlaine  
94410 Saint-Maurice

### RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

Christian Mpumbu  
07 67 75 39 81

## KARATE CLUB DE SAINT MAURICE & SELF DÉFENSE

### RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

Inscription sur place ou par mail

### LIEU

Dojo du COSEC 9 av. de la Villa Antony 94410 Saint-Maurice

✉ [karatesaintmaurice94@gmail.com](mailto:karatesaintmaurice94@gmail.com)

☎ Rafi Bas : 06 99 93 00 81

## SAINT-MAURICE ATHLETIC CLUB

### RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

✉ [acsaintmaurice@acparisjoinville.fr](mailto:acsaintmaurice@acparisjoinville.fr)

☎ 06 52 81 02 41

➤ [acpj.athle.fr](http://acpj.athle.fr)

## HIP YOUR HOP

### RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

Contact : Valentin

Toutes les informations et le formulaire d'inscription sont disponible sur le site

➤ [www.hipyourhop.fr](http://www.hipyourhop.fr)

## MARCHE NORDIQUE

### LIEU

Avenue de Gravelle (au bout de la rue du Val d'Osne, en face de la cabine rouge)  
94410 Saint-Maurice

*Samedi à 9 h séance de marche nordique en langue des signes (pour les malentendants, une petite vidéo en langue des signes <https://nordique-saint-maurice.fr>)*



**1** ←  
Quartier de la Mairie

**2**

**4**

**3**

**5**

**1 - ESPACE SPORTIF LE VERSEAU**  
30 bis rue du Maréchal Leclerc  
94410 Saint-Maurice  
☎ 01 45 18 81 47

**2 - SALLE PAUL VERLAINE**  
12/14 rue Paul Verlaine  
94410 Saint-Maurice  
☎ 01 45 18 47 14

**3 - CENTRE MUNICIPAL DES SPORTS**  
9 avenue de la Villa Antony  
94410 Saint-Maurice  
☎ 01 45 18 82 62

**4 - L'ESPACE SPORTIF LAËTITIA GUAPO**

**5 - TERRAINS DE TENNIS**

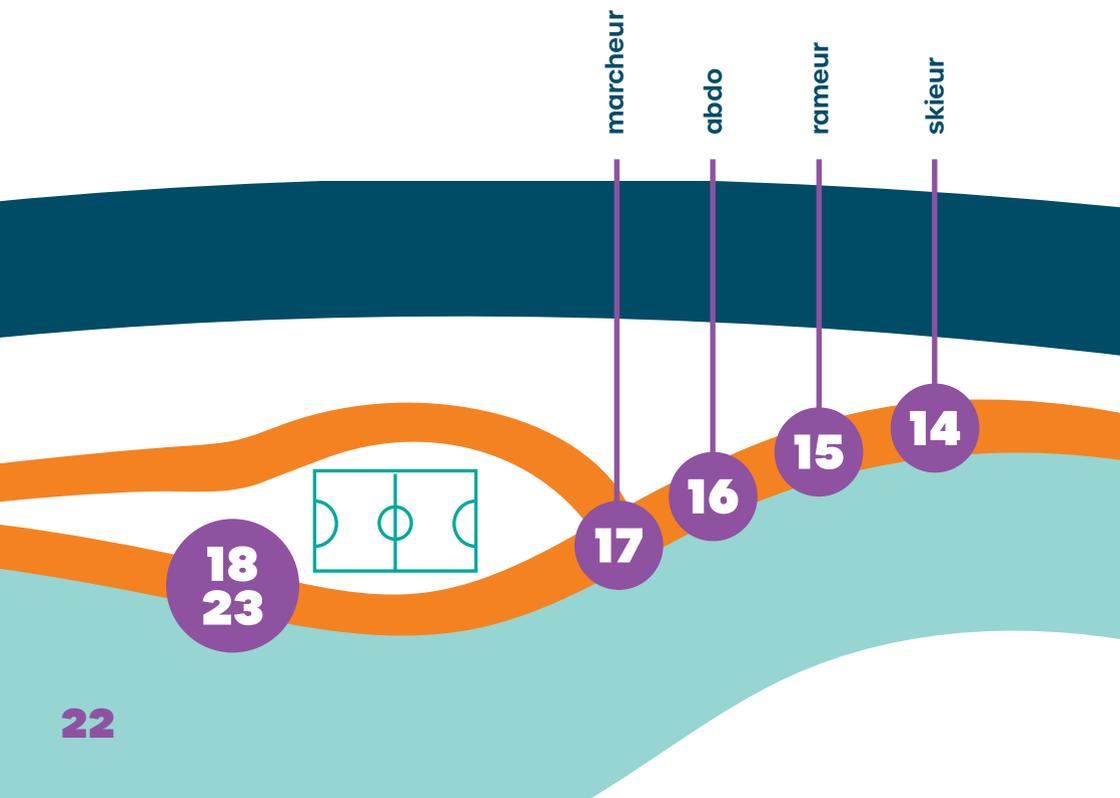
# PARCOURS SPORT ET SANTÉ

## SUR LES BORDS DE MARNE CHEMIN DE HALAGE - ACCÈS LIBRE

Dans un cadre naturel et ombragé, le parcours, d'une longueur de 2 kilomètres, est composé de 23 agrès installés le long du chemin de halage pour tous les niveaux de pratique et pour tous les publics.

Il faut compter entre 60 et 90 minutes pour le réaliser selon le rythme de chacun.

Les conseils d'utilisation sont mentionnés sur chaque agrès ou disponibles sur smartphone. Chaque panneau est, en effet, équipé d'un QR code donnant directement accès à une vidéo permettant de visionner de manière détaillée les mouvements à effectuer.



1-7

### PLATEAU 1

vélo elliptique,  
cavalier, abdo, step,  
parapente volant,  
barre fixe, vélo

18  
23

### PLATEAU 2

vélo elliptique,  
cavalier, abdo, step,  
parapente volant,  
vélo

barres parallèles

Station airt 4 faces

échelle

stepper

dips

pumper

13

12

11

10

9

8

1-7



**SAINT  
-MAURICE**  
*Val-de-Marne*

## **HÔTEL DE VILLE**

55 rue du M<sup>ai</sup> Leclerc  
94410 Saint-Maurice  
**[www.ville-saint-maurice.fr](http://www.ville-saint-maurice.fr)**  
01 45 18 82 10

**Édition et coordination** : Direction de la Communication de la ville de Saint-Maurice -  
55 rue du M<sup>ai</sup> Leclerc Saint-Maurice - Tél. : 01 45 18 82 16 - [www.ville-saint-maurice.com](http://www.ville-saint-maurice.com) -  
[www.facebook.com/Villedesaintmaurice](https://www.facebook.com/Villedesaintmaurice) - **Conception graphique** : [www.laurelacour.com](http://www.laurelacour.com) -  
**Illustrations et photos** : Adobe Stock, Direction de la Communication.