



ÉDITION 2023-2024

# GUIDE DES LOISIRS & DES ACTIVITÉS ASSOCIATIVES



Sassenage

*Un choix de vie*

# Mon Sassenage



## Téléchargez l'application « Mon Sassenage »

activez les notifications et soyez informés en direct  
de l'activité communale.

*Simple, rapide et dans votre poche pour réaliser  
toutes vos démarches en quelques clics !*

## MAIRIE DE SASSENAGE

1, place de la Libération  
BP 31 - 38360 Sassenage  
mairie@sassenage.fr

## RETROUVEZ-NOUS EN LIGNE



/VilleSassenage



/villesassenage



www.sassenage.fr

Document réalisé en août 2023

Mise en page et couverture : Duilio Cusani

Maquette : Florence Pillet

Crédit photos : service communication

C'est notamment grâce à la richesse associative locale que Sassenage est une ville où il fait bon vivre. Pour nos enfants, pour nos aînés, pour les personnes souffrant de handicap, chacun et chacune peut profiter de pratiques culturelles et sportives adaptées.

Ce foisonnement d'activités c'est à vous, associations, que nous le devons. Ce sont les nombreux bénévoles investis au quotidien qui permettent d'organiser ces événements. Ce sont les présidents et les bureaux qui assurent la pérennité des associations.

C'est en connaissance de cette diversité que Sassenage a candidaté puis obtenu le label Terre de Jeux 2024. Ce label valorise les collectivités qui soutiennent une pratique sportive développée et inclusive. Une belle reconnaissance pour notre ville à l'aube de la Coupe du Monde de Rugby à l'automne 2023 et aux Jeux olympiques et paralympiques qui se dérouleront à Paris en 2024.

Vous retrouverez dans ces pages la pluralité d'associations et d'activités proposées sur notre commune.

Je suis certain que vous y trouverez votre bonheur.



**André Soler**  
Conseiller municipal  
en charge des associations

# SOMMAIRE

LUDOTHÈQUE .....	6
MÉDIATHÈQUE L'ELLIPSE.....	7
CONSERVATOIRE À RAYONNEMENT COMMUNAL ALFRED GAILLARD .....	8
PISCINE MUNICIPALE .....	9
SERVICE DES SPORTS .....	10
STADES ET TERRAINS .....	11
GROTTE LES CUVES .....	12
THÉÂTRE EN Rond .....	13

## CENTRE ASSOCIATIF SAINT-EXUPÉRY

Présentation .....	14
<b>Activités physiques proposées par le centre associatif Saint-Exupéry</b>	
Fitness / Pilâtes / Zumba / Yoga .....	15
<b>Activités culturelles proposées par le centre associatif Saint-Exupéry</b>	
Dessin enfants.....	16
Ateliers créatifs enfants .....	16
Inscriptions - réinscriptions .....	17
Pass'sport culture .....	17
Réservation des salles communales .....	18

### LÉGENDE :

☎ Téléphone  
✉ Courriel

🌐 Site internet  
📘 Facebook

📷 Instagram  
📺 YouTube

## INDEX DES ASSOCIATIONS (PAR ORDRE ALPHABÉTIQUE)

- Académie de danse « Corps et graphie » .....	34	- Association sportive du collège Fleming .....	27
- ACCA la Saint-Hubert .....	21	- Association sportive du lycée technique Roger Deschaux.....	27
- AC Sassenage .....	20	- Atelier Photographique 360 .....	41
- ACSFS - Association Crématisse Sassenage, Fontaine, Seyssinet et les environs .....	44	- Atess – Association pour une transition écologique et solidaire à Sassenage .....	48
- Aide et Action en Isère .....	45	- AUPEEMS – Association des Usagers et Parents d'Elèves de l'Ecole de Musique de Sassenage .....	43
- Amicale Boule de Sassenage .....	21	- Aviron Club de Sassenage .....	21
- Amicale pour le don de sang bénévole de Sassenage .....	44	- Basket - USS Basket .....	21
- Amicale des Sapeurs-Pompiers de Fontaine / Sassenage .....	45	- Banque alimentaire de l'Isère .....	46
- ANACR - Association Nationale des Anciens Combattants de la Résistance .....	43	- Bien être par le mouvement .....	50
- Amitiés Nature Sassenage (ANS) .....	45	- Bourses à gogo .....	46
- Art et poterie de Mélusine .....	41	- Caméra aventure .....	34
- Association de pêche de l'Ovalie .....	28	- CHARGE – Enfant soleil .....	46
- Association Les Côtes de Sassenage .....	43	- Chevauch'Even (équitation) .....	22
- Association Franco-Italienne Sassenageoise (AFIS)...	36	- Club montagnard sassenageois .....	26
- Association Futsal Sassenage .....	23	- Club natation Sassenage .....	28
- Association pour la sauvegarde et l'animation de l'église Notre-Dame des Vignes .....	40	- Club Sassenage Plongée .....	30
- Association Sport Santé Sassenage (A3S) .....	26	- Club Temps Libre .....	45
		- Comité de jumelage de Sassenage .....	36
		- Communauté Emmaüs Grenoble .....	46

- Confrérie du Bleu du Vercors-Sassenage .....	49	- Les lionceaux de Sassenage (roller hockey) .....	30
- Cyclos de Sassenage (USSCT) .....	33	- Made In English .....	37
- Ecole de rugby Fontaine/Sassenage .....	30	- Méthode Hugo Tronche .....	29
- ENS Environnement et Nature à Sassenage .....	49	- Mi chien Mi loup .....	48
- Escrime - AS Fontaine escrime .....	22	- O.P.E.X 38 .....	20
- FC Grenoble Amazones .....	31	- Oiseau Club Dauphinois .....	48
- FNACA - Fédération Nationale des Anciens Combattants en Algérie, Maroc et Tunisie .....	43	- Orchestre Festif Le Fêt'Art des Cuves de Sassenage .....	39
- Football - USS Football .....	23	- Orchestre d'Harmonie l'Echo des Cuves de Sassenage .....	39
- Grenoble Alps MTB .....	33	- Pétanque Loisir Sassenage .....	29
- Grimaldi Danse Club Sassenage .....	35	- Rando, Marches, Aventures .....	25
- Groupe italianisant de Sassenage .....	37	- Rigodons et Traditions .....	35
- Gymnastique Volontaire Sassenage .....	28	- Sassenage Badminton Club .....	21
- HEAL – Harmonie Enfance Aide par le multi Loisirs ...	46	- Sassenage English Friendship .....	38
- Hype In Style .....	35	- Sassenage Marche Nordique .....	25
- In Your Brass .....	38	- Sassenage Philatélie .....	40
- Instant T .....	50	- Sass'uni face à la maladie.....	51
- Instant Zen .....	51	- Société mycologique de Sassenage .....	49
- Isère Even .....	34	- Tennis Club de Sassenage .....	31
- Judo club Sassenage .....	23	- Tennis de table - USSTT .....	32
- Karaté contact kick-boxing Sassenage .....	24	- Twirling bâton « Les Mélusines » .....	32
- Keep Cool fitness de Sassenage.....	23	- Vercors Aïkido .....	20
- La Cité - Centre d'Initiation et d'Echange Théâtral ...	41	- Volley-ball - ASSV .....	33
- Lai-Muoi Sassenage .....	25		
- La Reine Blanche de Sassenage (échecs) .....	22		
- La truite de Sassenage .....	29		
- Le choix (anciennement ADMD) .....	44		
- Le Soleil se Lève à l'Est .....	37		
- Les Amis du Château .....	40		
- Les Archers de l'Ovalie .....	32		
- Les Bleus de Sassenage (théâtre) .....	42		
- Les chœurs de Sassenage .....	34		
- Les Cuves d'Abondance (Amap de Sassenage) .....	48		

Le service communication décline toute responsabilité quant aux textes publiés qui n'engagent que leurs auteurs. Les informations concernant les associations sont fournies par celles-ci. Les associations n'ayant pas répondu en temps et en heure malgré les relances voient leur texte de l'année dernière publié à nouveau.

La liste des associations citées n'est pas exhaustive. Si votre association n'apparaît pas, nous vous invitons à contacter le centre associatif Saint-Exupéry au 04 76 26 50 99.

**Pensez à mettre à jour votre association sur [www.digitsassenage.com](http://www.digitsassenage.com)**

# LUDOTHÈQUE



**La ludothèque** est un lieu de vie et de rencontre autour du jeu sous toutes ses formes.

Elle propose des prêts de jeux, des jeux sur place, des animations dans les parcs et organise des soirées jeux familiales (à partir de 6 ans), des soirées jeux ados (dès 11 ans) et des soirées jeux adultes (dès 16 ans).

## Prêt de jeux et jeux sur place

### Période scolaire :

- Lundi de 9h à 11h30
- Mardi de 15h30 à 18h
- Mercredi de 9h à 11h30 et de 14h à 17h
- Jeudi de 15h30 à 18h
- Vendredi de 9h à 11h30

### Petites vacances scolaires :

- Lundi de 9h à 11h30 et de 14h à 17h
- Mardi de 14h à 17h
- Mercredi de 9h à 11h30 et de 14h à 17h
- Jeudi de 14h à 17h
- Vendredi de 9h à 11h30

### Grandes vacances :

- Lundi de 9h à 12h
- Mardi de 9h à 12h et de 14h à 17h
- Mercredi de 9h à 12h et de 14h à 17h
- Jeudi de 9h à 12h
- Vendredi de 9h à 12h

### Tarifs

#### Adhésion annuelle familiale :

- 10 € par famille sassenageoise
- 12 € pour les extérieurs

#### Jeux et animations :

- Jeu sur place : gratuit
- Location : 1 € par jeu pour une durée de 15 jours
- Soirée jeux : 2 € par personne  
+ participation au buffet partagé

---

### Ludothèque

5, rue des Blondes

☎ 04 76 26 85 89

@ ludotheque@sassenage.fr

# MÉDIATHÈQUE L'ELLIPSE



Ouverte à tous les lecteurs – petits et grands, assidus ou occasionnels – la **médiathèque L'Ellipse** foisonne de livres, CD, DVD, revues et partitions pour tous.

L'Ellipse, c'est aussi :

- Un accès à des ressources numériques 24h/24 (via la Numothèque).
- La possibilité d'emprunter et de tester des liseuses.
- Une équipe à l'écoute pour vous accueillir, vous guider et vous conseiller.

Et surtout, un lieu d'échanges et de découvertes culturelles : lecture, musique, numérique, ateliers créatifs, rencontres, conférences, accueils de classes ...

## Conditions de prêt (pour 3 semaines) :

10 livres  
10 CD  
3 DVD  
5 livres-disques

5 revues  
5 partitions  
1 liseuse (pour 1 mois).

Abonnement gratuit pour tous les Sassenageois !

## Horaires d'ouverture :

- Mardi de 15h à 19h
- Mercredi de 10h à 12h et de 14h à 18h
- Jeudi de 15h à 18h
- Vendredi de 15h à 19h
- Samedi\* de 10h à 12h30

\* Pas d'ouverture le samedi pendant les vacances scolaires

## Médiathèque L'Ellipse

5, rue des Blondes

☎ 04 76 85 95 55

@ ellipse-mediathèque@sassenage.fr

🌐 www.mediathèque.sassenage.fr

📘 MédiathèqueEllipse

# CONSERVATOIRE À RAYONNEMENT COMMUNAL ALFRED GAILLARD



**Le conservatoire** est ouvert à tous ceux qui souhaitent s'initier à la musique, apprendre ou se perfectionner dans un ou plusieurs instruments, jouer à plusieurs au sein de formations variées (orchestre, ensembles instrumentaux, chorale...). Forte d'une équipe dynamique de 25 enseignants, la structure accueille les enfants à partir de 3 ans ainsi que les adultes.

## Disciplines et instruments :

- **Formation musicale** : éveil musical de 3 à 6 ans (méthode Montessori), formation musicale 1<sup>er</sup> et 2<sup>ème</sup> cycle (à partir de 7 ans), formation musicale adolescents (hors cursus), formation musicale adultes, culture musicale
- **Instruments à vent** : flûte à bec, flûte traversière, hautbois, clarinette, trompette, saxophone
- **Instruments à cordes** : violon, alto, violoncelle, viole de gambe, harpe, guitare
- **Claviers** : accordéon, piano
- **Percussions** : percussions classiques et batterie
- **Voix** : chant et art lyrique
- **Jazz et musiques actuelles** : guitare électrique, guitare basse, batterie, ateliers Jazz, big band, ateliers musiques actuelles

- **Les ensembles** : Orchestre cycle 1 « Sass'Junior », Orchestre cycle 2-3 « Insolite », Big Band, « La Bulle » Chorale Enfants (à partir de 6 ans), ensemble vocal adulte, ensemble vocal ado, ensembles de guitares, ensembles à cordes, ensemble de harpes.

- **Les ateliers** : découverte des instruments (à partir de 6 ans), musiques anciennes, musique de chambre, percussions (à partir de 6 ans), musiques actuelles, jazz.

Les associations partenaires : les Chœurs de Sassenage, l'harmonie « L'Echo des Cuves ».

## Accueil du public (en période scolaire) :

Lundi et vendredi : de 14h à 19h  
Mardi, mercredi et jeudi : de 9h à 12h  
et de 14h à 19h

---

## Conservatoire à rayonnement communal Alfred Gaillard

4, square de la Libération

☎ 04 76 26 63 24

@ ecole-musique@sassenage.fr



# PISCINE MUNICIPALE



**La piscine de Sassenage** est un espace de loisirs et de détente qui vous accueille tout au long de l'année, à partir du 11 septembre 2023.

Les Sassenageois doivent présenter la carte piscine (à établir au centre associatif Saint-Exupéry) ou à défaut un justificatif de domicile et une pièce d'identité.

**Les bonnes pratiques :**

- Le bonnet de bain est obligatoire,
- Le caleçon de bain est interdit ainsi que toute tenue de bain couvrant les bras et les jambes.

**La piscine c'est aussi :**

- Des activités thématiques tous les samedis pendant l'année : jardin d'enfants de 5 à 10 ans et gymnastique aquatique.
- L'apprentissage de la natation par l'ensemble des élèves Sassenageois.

---

**Piscine municipale**  
 4, rue du 8 mai 1945  
 ☎ 04 76 27 49 83



# SERVICE DES SPORTS



**Le service des sports a pour mission de** mettre en œuvre la politique sportive de la ville et donc d'encourager et de promouvoir la pratique sportive locale, de développer son accès à tous, de gérer toutes les activités et les équipements liés au secteur sportif, d'être à l'écoute des projets des associations sportives et des sportifs sassenageois, et de faire de Sassenage une « Ville sport ».

## **Accueil du public :**

Lundi : de 8h30 à 12h et de 14h à 17h30

Mardi, mercredi et jeudi : de 8h30 à 12h et de 14h à 18h

Vendredi : de 8h30 à 12h et de 14h à 17h

## **Service des sports**

Centre associatif Saint-Exupéry

4 bis, square de la Libération,

☎ 04 76 27 85 27

@ sports@sassenage.fr

## **SASSENAGE ET LE SPORT : UNE HISTOIRE DE LONGUE DATE**

Sassenage a été labellisée « Terre de Jeux 2024 » en 2019. Ce label distingue les territoires engagés dans la pratique sportive et sa valorisation sous toutes ses formes. Celui-ci permet également à la commune d'être un partenaire identifié dans l'aventure des Jeux olympiques et paralympiques de Paris 2024.

Cette labellisation s'ajoute à la précédente « Ville active et sportive » déjà détenue par la commune et confirme la position de Sassenage comme acteur sportif déterminant.

# STADES ET TERRAINS



## Equipements sportifs communaux et intercommunaux :

### Halle des sports Jeannie Longo

4 bis, rue Pierre de Coubertin ☎ 04 76 27 67 88

### Complexe sportif Paul Vieux-Melchior

3 terrains de foot et stand de tir à l'arc  
2, rue Pierre de Coubertin

### Espace Amédée Matraire

Terrain de pétanque  
2, rue Pierre de Coubertin

### Gymnase des Pies

Rue des Pies ☎ 04 76 27 79 35

### Gymnase Fleming

11, rue du Vinay ☎ 09 50 75 04 36

### Piscine municipale

4, rue du 8 mai 1945 ☎ 04 76 27 49 83

### Piste de dirt, skate parc, terrains extérieurs de beach volley et de basket, tables de tennis de table, streetworkout

Parking du centre technique municipal  
Rue Pierre de Coubertin

### Terrain de boules lyonnaises du Clos Vaussenat

Parc Sasso Marconi ☎ 04 76 26 64 71

### Terrains de tennis (4 terrains + 1 mur de frappe)

4, rue du 8 mai 1945 ☎ 04 76 27 07 35  
(club house du Tennis Club)

## Terrains stabilisés des îles

4, rue du 8 mai 1945

### Parcours permanents de course d'orientation

3 parcours (Ovalie, Grand Sassenage, centre bourg et les Cuves) à récupérer en mairie ou au centre associatif Saint-Exupéry, ou encore à télécharger sur le site internet de la ville [www.sassenage.fr](http://www.sassenage.fr), dans la rubrique « Mes Loisirs ».

### Parcours de forme

Il s'agit d'un itinéraire dont le départ est à l'Ovalie (au niveau du parking). Il permet de connaître et de contrôler son état de forme du moment, et de revenir ultérieurement pour observer les éventuelles évolutions. Le parcours, d'une distance de 3 945 mètres (entre 40 minutes et 1 heure), est composé de balises permettant de se situer dans le temps et l'espace. L'objectif est de réaliser le parcours, sans pause, à son rythme et à une vitesse constante. Un code couleur a été établi avec un temps de passage à certaines balises (logo Balise Temps sur la carte).

Vert : pour une vitesse de marche à 4 km/h

Bleu : pour une vitesse de marche à 5 km/h

Rouge : pour une vitesse de marche à 6 km/h

# GROTTE LES CUVES



La grotte **Les Cuves de Sassenage** doit son nom aux deux Cuves, aussi appelées « marmîtes de géant », que l'on peut observer dès l'entrée du site. Ces Cuves ont longtemps été liées à une croyance populaire qui promettait des récoltes en abondance si elles étaient pleines à l'Épiphanie. Classée parmi les « sept merveilles du Dauphiné » dès la fin du Moyen Âge, la grotte Les Cuves a très tôt attiré les curieux de la région, inspirant de nombreuses croyances populaires et légendes... On raconte même que la Fée Mélusine aurait trouvé refuge à l'intérieur depuis que le secret de sa métamorphose a été découvert... Elle se distingue par l'étroitesse de ses galeries, qui donnent à la visite une petite touche sportive. La grotte à la particularité d'être scindée en deux réseaux, un réseau actif, aujourd'hui encore parcouru par la rivière souterraine le Germe, notamment lors de la fonte des neiges ou de fortes pluies et un réseau fossilisé, où vous pourrez apercevoir quelques concrétions aux formes étranges. L'autre particularité de la grotte se trouve dans la présence d'une très grande quantité de silex, que l'on observe dès la salle des éboulis jusque dans la salle St Bruno. Prévoir environ 20 minutes de montée pour accéder à l'entrée de la grotte. La grotte Les Cuves de Sassenage se découvre entre visites guidées (durée environ 1 heure) et animations thématiques\* (ouverture de juin à octobre).

## Les thématiques :

« L'Apéro'Grotte » : visite suivie d'un apéritif tous les vendredis et samedis à 18h sur réservation avec un minimum de 5 personnes.

« Les défis d'Omballa : Mélusine en péril aux Cuves » : visite interactive pour les 6-10 ans tous les mercredis à 14h (en juillet et août).

Spécial Halloween : toutes les vacances de la Toussaint.

Goûter d'anniversaire aux Cuves : envie d'un goûter d'anniversaire original ? Viens le fêter avec tes copains à la grotte Les Cuves ! Au programme : visite interactive « Les défis d'Omballa : Mélusine en péril aux Cuves », suivie d'un goûter salé. Pour les 6-10 ans accompagnés d'un adulte (sur réservation et sous réserve de disponibilité du site).

---

## Grotte Les Cuves de Sassenage

☎ 04 76 27 55 37

@ grottes@sassenage.fr

🌐 grottelescuvendesassenage.fr

📍 Grotte Les Cuves de Sassenage

@ grottelescuvessassenage

# THÉÂTRE EN ROND



## **Le Théâtre en Rond offre une nouvelle programmation diversifiée avec le rire comme leitmotiv.**

Fort du succès des saisons précédentes où le Théâtre accueillait à guichets fermés un spectacle le soir du réveillon du 31 décembre, l'opération est reconduite cette saison pour le plus grand bonheur de tous !

Retrouvez l'ensemble de la programmation culturelle 2023/2024, la nouvelle saison en images et toutes les informations pratiques sur le site du Théâtre en Rond : [www.theatre-en-rond.fr](http://www.theatre-en-rond.fr).

Possibilité d'acheter vos places et vos abonnements directement en ligne : c'est simple, rapide et pratique !

L'équipe se tient à votre disposition par mail ou sur Facebook, ou directement à la Malle Poste (ouverture au public du mercredi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 17h).

**Ouverture guichet** : une heure avant le début des représentations.

**Réservations** : par téléphone aux heures d'ouverture de la billetterie.

**Points extérieurs de location** : réseau Billetel (Fnac), [www.fnac.com](http://www.fnac.com), ou sur place à Grenoble et Grand'Place.

## **Théâtre en Rond**

Malle Poste

4, rue François Gérin

☎ 04 76 27 85 30

@ [info@theatre-en-rond.fr](mailto:info@theatre-en-rond.fr)

🌐 [www.theatre-en-rond.fr](http://www.theatre-en-rond.fr)

f TheatreEnRondSassenage

📍 theatreenrond

# CENTRE ASSOCIATIF SAINT-EXUPÉRY



Ouvert à tous, le **centre associatif Saint-Exupéry** vous propose diverses activités, physiques et culturelles. Il accueille des associations tout au long de l'année, et ponctuellement sur certaines actions. Il est le service ressource pour les associations comme pour les particuliers en recherche de loisirs.

Son équipe aide aussi à l'organisation d'animations et de festivités : concours photos, vide greniers, expo-vente des ateliers artistiques du centre Saint-Exupéry, fête de la nature, fête de l'amitié des communautés, fête du Bourg et des arts, marché de Noël, téléthon, galas de danse, concerts de musique, forum des loisirs et des activités associatives...

Vous pouvez contacter le centre associatif Saint-Exupéry pour tout renseignement au sujet de ces animations, pour proposer vos projets ou devenir bénévole pour l'organisation de ces festivités.

## Accueil du public et inscriptions aux activités du centre associatif :

Lundi : de 8h30 à 12h et de 14h à 17h30

Mardi, mercredi et jeudi :

de 8h30 à 12h et de 14h à 18h

Vendredi : de 8h30 à 12h et de 14h à 17h

*(sauf pendant les vacances scolaires)*

---

## Pôle vie de la cité

### Centre associatif Saint-Exupéry

4 bis, square de la Libération

☎ 04 76 26 50 99

@ centre-saintexupéry@sassenage.fr

## ACTIVITÉS PHYSIQUES PROPOSÉES PAR LE CENTRE ASSOCIATIF

### FITNESS TOUS NIVEAUX

Cours collectifs en musique permettant d'améliorer sa condition physique dans un souci de bien-être. Le cours est composé de cardio et de steps en alternance, de renforcement musculaire et de petit stretching.

#### Anastasia Kibardina

Mardi de 18h30 à 20h

#### Marina Rocca

Mercredi de 18h à 19h

Les cours ont lieu à la salle de sport de l'école Vercors. Activité sur tatami pendant un trimestre dans cette salle.

### PILÂTES

#### Aline Leveque

Lundi :

De 17h45 à 18h45 : pilâtes débutants / intermédiaires salle de sport de l'école Vercors.

De 19h à 20h : pilâtes confirmés salle de sport de l'école Vercors.

### ZUMBA

#### Marina Rocca

Mercredi de 19h à 20h, salle de sport de l'école Vercors.

Activité sur tatami pendant 1 trimestre dans cette salle.

### YOGA

Le Sivananda yoga, tout au long des exercices et postures réalisés en douceur, met surtout l'accent sur : la respiration et la relaxation, la pensée positive et la méditation.

#### Christine Laurant

Jeudi de 18h à 19h15 et de 19h15 à 20h30 à la salle de sport de l'école Vercors.

## TARIFS (EN € TTC)

QUOTIENT FAMILIAL	FITNESS/ PILATES/YOGA/ ZUMBA	COURS SUPPLÉMENTAIRE
< 380	105	52
380 à 610	120.80	60.40
611 à 762	136.50	68.30
763 à 915	152.30	76.10
916 à 1200	168	84
1201 à 1500	183.80	91.90
1501 à 2000	199.50	99.70
> 2000	239.40	119.60
Extérieurs	442.20	211.80



# CENTRE ASSOCIATIF SAINT-EXUPÉRY

## ACTIVITÉS CULTURELLES PROPOSÉES PAR LE CENTRE ASSOCIATIF

### DESSIN ENFANTS

Apprendre les notions de base de l'art plastique pendant la première année. Base pour la forme : en développant l'art du trait (graphisme, encre de chine, crayon, plume rapido...). Base pour les couleurs : avec l'apprentissage des mélanges pour obtenir tous les tons à partir des trois couleurs primaires. La création est au programme avec des travaux faisant place à l'imaginaire. Les dessins de création sont alternés avec ceux de reproduction.

### Yujoo Hong

Niveau 1 : de 7 à 12 ans

Mardi de 17h à 18h30

Mercredi de 9h à 10h30

Niveau 2 : de 13 à 18 ans

Mardi de 18h30 à 20h

Mercredi de 14h à 15h30

Au centre associatif Saint-Exupéry, salle Perpignan.

### ATELIERS CRÉATIFS ENFANTS

### Yujoo Hong

Niveau 1 : de 7 à 12 ans

Mercredi de 10h30 à 12h

Niveau 2 : de 13 à 18 ans

Mercredi de 15h30 à 17h

Au centre associatif Saint-Exupéry, salle Casablanca.

## TARIFS (EN € TTC)

QUOTIENT FAMILIAL	DESSIN / ATELIERS CRÉATIFS ENFANTS	COURS SUPPLÉMENTAIRE
< 380	95.90	52
380 à 610	109.5	60.40
611 à 762	123.80	68.30
763 à 915	138	76.10
916 à 1200	152.30	84
1201 à 1500	166.60	91.90
1501 à 2000	180.80	99.70
> 2000	217	119.60
Extérieurs	401.50	221.80





## INSCRIPTIONS — RÉINSCRIPTIONS

Les inscriptions débutent dès le lundi 28 août 2023 au centre associatif Saint-Exupéry : les lundis de 8h30 à 12h et de 14h à 17h30, les mardis, les mercredis et les jeudis de 8h30 à 12h et de 14h à 18h et les vendredis de 8h30 à 12h et de 14h à 17h.

Aucune réinscription ne s'effectue d'office d'une année sur l'autre. Il est nécessaire de passer au secrétariat du centre associatif Saint-Exupéry pour effectuer toutes les démarches.

Les activités se déroulent du lundi 18 septembre 2023 au samedi 22 juin 2024, sauf pendant les vacances scolaires, jours fériés et ponts.

N'oubliez pas de vous munir de votre quotient familial ou dernier avis d'imposition, d'un justificatif de domicile récent (facture d'eau, téléphone ou électricité de moins de 3 mois) et pour les activités physiques, aucune inscription ne sera prise en compte sans UN CERTIFICAT MÉDICAL de moins de 3 ans INDIQUANT L'ACTIVITÉ.

- Les demandeurs d'emploi sassenageois et les étudiants sassenageois bénéficient d'une réduction de 10 % (sur présentation d'un justificatif).

**En cas d'un nombre insuffisant d'inscrits en début d'année le cours sera supprimé.**

## LE PASS'SPORT CULTURE

Le Pass'sport culture est un dispositif permettant d'aider les enfants à accéder plus facilement à des activités sportive ou culturelle proposées par les associations sassenageoises.

Pour la 14<sup>ème</sup> année consécutive, la Ville reconduit le Pass'sport culture à destination des petits sassenageois fréquentant les groupes scolaires maternelles et élémentaires (âgés de moins de 10 ans).

Pour toute nouvelle adhésion dans une association une aide financière de 20 €\* sera accordée à l'adhérent. L'adhérent verra donc le montant de son inscription réduit et la Ville versera la somme adéquate directement à l'association.

Pour en bénéficier, vous pouvez soit télécharger le bulletin au format PDF sur le site internet de la Ville, soit le retirer au centre associatif Saint-Exupéry. Il vous suffira alors de le remettre à l'association choisie par votre enfant le jour de l'inscription. Le dossier complet devra être retourné directement auprès de l'association.

Documents à fournir impérativement :

- Formulaire rempli et signé par la famille
- Une photocopie de justificatif de domicile (de moins de 3 mois)
- Une photocopie du livret de famille (parents et enfant(s))

\* aide accordée en totalité si le montant de l'adhésion est supérieur ou égal à 20 €, ou égal au montant de l'adhésion dans le cas contraire.

# CENTRE ASSOCIATIF SAINT-EXUPÉRY

## RÉSERVATION DES SALLES COMMUNALES

Les associations, les particuliers, les entreprises et les copropriétés sassenageoises ont la possibilité de louer des salles municipales.

Le principe de gratuité est appliqué pour toute association sassenageoise.

Organisation de réunions, d'AG :  
les réservations sont à faire au minimum  
15 jours avant la date de la réunion.

Les réservations peuvent se faire par  
téléphone, sur place au centre associatif, ou  
par mail.

**Pôle vie de la cité**  
**Centre associatif Saint-Exupéry**  
4 bis, square de La Libération  
☎ 04 76 26 50 99  
✉ [centre-saintexupery@sassenage.fr](mailto:centre-saintexupery@sassenage.fr)

**Saint-Exupéry**  
Centre associatif • Sassenage



# LES ACTIVITÉS ASSOCIATIVES SASSENAGEOISES



# SPORTS

## AÏKIDO

### VERCORS AÏKIDO

L'aïkido est un art martial d'origine japonaise mêlant self-défense et développement personnel. Cette association a pour but la pratique et le développement de l'Aïkido traditionnel. Cours d'essai gratuit et possibilité d'inscription toute l'année.

#### Horaires des cours :

Enfants/ados : le mercredi de 15h30 à 16h30

**Lieu de l'activité :** dojo du gymnase des Pies

#### Contact :

Sébastien Wlodyka (président)

☎ 06 50 61 84 70

@ contact@vercorsaikido.fr

## AIR SOFT

### O.P.E.X 38

A l'origine, Airsoft désigne les répliques d'armes (Airsoft Gun) propulsant par gaz ou air comprimé des billes de 6 mm ou 8 mm variant de 0,12 g à 0,58 g, en rafales ou au coup par coup.

A l'origine conçu pour le tir sur cible ou la collection, les fans de ce sport l'ont transformé en activité ludique opposant, en général, deux équipes dont les joueurs sont munis d'un masque ou de lunettes de protection (obligatoires) et d'une ou plusieurs répliques. Le jeu repose uniquement sur le fair-play.

Section jeunes à partir de 12 ans tous les samedis après-midi de 14h à 16h aux Côtes de Sassenage (chemin des batteries) hors jours fériés et vacances scolaires.

Section adultes à partir de 18 ans tous les dimanches à 8h30 aux Côtes de Sassenage (chemin des Batteries).

#### Contact :

Pascal Glénat (président)

☎ 06 19 54 20 07

@ opeX38airsoft@gmail.com

## ATHLÉTISME

### AC SASSENAGE (ACS)

#### Les activités proposées :

##### Activités enfants - Ecole d'Athlé :

Le mercredi au gymnase Fleming ou sur le stade si le temps le permet :

- De 6 à 8 ans : Eveil Athlé, de 17h15 à 18h30 : apprendre en s'amusant ! Séance d'1h15. L'enfant est initié, de manière ludique, à la pratique de l'athlétisme autour des actions de courir, sauter et lancer.
- De 9 à 10 ans : Athlé 09/11, de 18h30 à 19h45 : séance de 1h15 d'approfondissement de l'athlétisme et les débuts de la compétition.
- A la fin de la saison (entre avril et juin) : 3 à 5 interclubs sont proposés sur invitation des clubs environnants. Lors de ces interclubs, la séance s'adapte au club organisateur, entre 13h30 et 17h.

##### Activités adultes, au local du club :

- Le lundi à 18h30 : environ 1h30 - séance « Fractionnée » encadrée par un coach
- Les mardis et jeudis à 18h30 : environ 1h30 – 1 ou 2 groupes de niveau
- Le jeudi matin à 9h : 1h à 1h30, suivant le circuit réalisé – 1 seul groupe de niveau
- Un samedi matin par mois de 8h à 10h : Techniques Trail enseignées par un coach

#### Contact :

Sylvie Airiau

☎ 06 79 95 53 81

@ airiau\_sylvie@orange.fr

🌐 acsssenage.fr

## AVIRON

### AVIRON CLUB DE SASSENAGE

Situé sur la rive gauche de l'Isère, juste en amont du barrage de Saint-Egrève, le club est ouvert toute l'année. Initiation, loisir, randonnée, vous pouvez pratiquer l'aviron à tous les niveaux, à partir d'un nouveau ponton récemment installé sur la rive gauche de l'Isère à 400m environ du barrage.

**Initiation** les dimanches matin de 9h à 12h.

#### Contact :

☎ 06 71 39 77 59

@ avironsassenage@laposte.net

🌐 avironsassenage.wordpress.com

## BADMINTON

### SASSENAGE BADMINTON CLUB

Vous avez envie de découvrir un nouveau sport, de faire du badminton votre nouveau loisir, de venir vous dépenser une ou deux fois par mois ou plusieurs fois par semaine, de vous essayer à la compétition ou d'être un compétiteur acharné...

Comme plusieurs millions de personnes dans le monde, adhérez au monde du bad : partagez votre sportivité sur les courts lors de matchs de double et double mixte, dépassez vos limites lors de simples acharnés, partagez un moment de convivialité lors des tournois. Vous trouverez alors au Sassenage Badminton Club le moyen de vous faire plaisir dans un cadre très convivial !

Facile d'accès, complet, dynamique et convivial : n'hésitez plus et rejoignez-nous !

#### Contact :

@ secretaire@sassenage-badminton.fr

🌐 sassenage-badminton.fr

f Sassenage Badminton Club

© Sassenage\_badminton\_club

## BASKET

### USS BASKET

Basket (compétition et section loisir adultes)  
Enseignement et pratique du basket en compétition départementale et régionale, formation d'arbitres, et entraîneurs.

**Lieu** : halle des sports Jeannie Longo

#### Contact :

Laura Rochas

☎ 07 86 99 11 19

@ contact.sassenage.basket@gmail.com

Véronique Favi (présidente)

☎ 06 60 94 37 74

## BOULES

### AMICALE BOULE DE SASSENAGE

Pratique et entraînement du sport « boules lyonnaises », dit la « longue ».

Quatre concours des sociétaires et cinq concours officiels sont organisés dans l'année : Quadrette, Vétérans, Doublettes Homme.

**Lieu** : Clos Vaussenat (parc Sasso Marconi)

4 bis, Square de la Libération, Sassenage.

Le Clos est ouvert du lundi au samedi de 14h à 20h.

**Entraînements** : lundi et vendredi de 14h à 19h.

**Tarifs** : • Licence et carte sociétaire : 75 €

• Carte sociétaire seule : 22 €

**Contact** : José Alfonso

☎ 09 83 58 67 72 (aux heures d'ouverture)

@ amicaleboulesassenage@laposte.net

## CHASSE

### ACCA LA SAINT-HUBERT

Chasse (loisir)

Gestion du cheptel sauvage susceptible d'être chassé pour maintenir la population

# SPORTS

animale à un niveau optimum tant en nombre qu'en qualité en fonction des ressources du milieu.

- Aménagement du territoire,
- Gestion du milieu.

**Contact :** Adrien Coito (président)

☎ 06 88 78 85 01

@ adrien.coito@hotmail.fr

---

## ÉCHECS

---

### CLUB D'ÉCHECS LA REINE BLANCHE DE SASSENAGE

Le club est ouvert à tous, adultes et enfants pour la pratique du jeu des échecs. Cours auprès des débutants ou perfectionnement, ainsi que l'organisation des tournois et la participation aux compétitions.

Ouvert de 16h à 20h tous les mercredis et les 3<sup>èmes</sup> samedis du mois (salles des voûtes 1 et 2). Permanences aux horaires d'ouverture du club.

#### Tarifs :

Sassenageois : Enfants : 25 € - Adultes : 30 €

Non Sassenageois : Enfants : 30 € - Adultes : 35 €

**Contact :** Anton Telechev (président)

☎ 06 99 57 09 97

@ laReineBlanche38@gmail.com

🌐 laReineBlanche38.fr

---

## EQUITATION

---

### CHEVAUCH'EVEN

L'association Chevauch'Even a pour but de permettre à tous de découvrir les chevaux et

poneys ainsi que les joies de l'équitation. Tout au long de l'année, elle propose des animations pour les petits et les grands au centre équestre La Chevauchée, à Sassenage. Elle permet aussi aux cavaliers plus confirmés de se perfectionner en organisant des challenges inter-membres de toutes disciplines ainsi que de faire venir des intervenants extérieurs.

#### Lieu d'activité :

Centre équestre La Chevauchée

37 chemin des Moironds,

38360 Sassenage

**Contact :** Lucie Tournaire

☎ 07 57 54 03 30

🌐 [chevauch-even.blog4ever.com](http://chevauch-even.blog4ever.com)

---

## ESCRIME

---

### AS FONTAINE ESCRIME

L'escrime est une activité accessible à toutes et tous, de l'école d'escrime à partir de 6 ans, dans le groupe compétition ou en adultes loisir, le but est de se faire plaisir.

Nous vous proposons un créneau d'initiation sur la commune de Sassenage.

#### Horaires des entraînements à Sassenage :

- Mardi : de 17h30 à 18h30. Initiation salle d'escalade du gymnase Fleming (en attendant sa réouverture, cours dans la salle d'armes de Fontaine).

- Nous vous accueillons aussi au sein de la salle d'armes du gymnase Maurice Thorez à Fontaine du mardi au samedi ou d'autres cours sont dispensés suivant le niveau de pratique.

Toutes les mesures de protection et d'hygiène sont prises pour le matériel en prêt. Nous vous invitons à vous rapprocher du club pour tout renseignement complémentaire.

**Tarifs :** de 175 à 250 €

**Contacts :**

Bruno Urbain (président)

☎ 06 33 90 08 07

✉ asf\_escrime@yahoo.fr

🌐 as-fontaine-escrime.fr

**Contact :** Moussa Mourad (président)

☎ 06 88 29 96 24

✉ 504777@laurafoot.org

👤 Union Sportive Sassenageoise de Football

**FITNESS****ASSOCIATION KEEP COOL FITNESS DE SASSENAGE**

Pratique régulière et dynamique du fitness (entretien et renforcement musculaire, zumba sur step, exercices cardio, étirements) et autres activités organisées au cours de l'année.

**Cours :** lundi de 18h30 à 20h15 et vendredi de 18h45 à 20h30 dans la salle n°2 des Engenières.

**Contact :** Hélène Chapon (présidente)

☎ 06 37 68 84 11

**FOOTBALL****U.S SASSENAGE FOOTBALL**

Club labellisé FFF

Pratique du football en compétition et sous forme de plateaux : initiation, pré-formation et formation des jeunes par des entraîneurs diplômés.

Dès 5 ans, venez pratiquer votre sport favori dans les installations de la ville de Sassenage.

L'USS Football organise une semaine de stage pendant certaines vacances, de U6 à U15, ainsi que de nombreuses festivités (tournois...).

**Lieu de l'activité :** complexe sportif Paul Vieux-Melchior, terrain synthétique et annexe.

**Horaires des entraînements :**

la semaine à partir de 17h, le mercredi à partir de 13h30.

**FUTSAL****ASSOCIATION FUTSAL SASSENAGE (ASF)**

Encadré par des éducateurs diplômés, découvrez la pratique du foot en salle. Faites comme de nombreuses stars brésiliennes, comme Pelé, Zico, Ronaldo, Ronaldinho... qui ne cachent pas avoir développé leurs talents de dribbleurs grâce au futsal.

**Horaires et lieu d'entraînement :**

Dimanche de 8h30 à 13h30 au gymnase Fleming

Catégorie : U9 - U10 - U11 - U12

**Tarif :** 80 € (licence)**Contact :** Cédric Lévêque (président)

☎ 06 22 29 03 38

✉ futsalsassenage@gmail.com

**JUDO / JU-JITSU SELF-DÉFENSE / RENFORCEMENT MUSCULAIRE****JUDO CLUB SASSENAGE**

- **Éveil Judo :** se présente comme une activité ludique centrée sur l'apprentissage des habiletés motrices fondamentales pour les jeunes enfants âgés de 4 à 5 ans.

Dans un premier temps, travail seul ou avec du matériel basé sur la coordination, la latéralisation et la prise de confiance. Dans un second temps, le travail en couple est basé sur la coordination, la latéralisation et la prise de confiance. Progressivement vient l'acquisition de la motricité adaptée pour le sport. La pédagogie est adaptée pour permettre le développement physique et intellectuel de ces jeunes pratiquants

# SPORTS

sans oublier les règles de bonnes conduites et d'hygiène avec comme support le Code moral du Judo.

- Pré-Judo : permet à l'enfant de se renforcer et de se centrer sur l'apprentissage des habiletés motrices fondamentales pour les jeunes enfants âgés de 5 à 6 ans. Le travail au départ, seul ou en couple basé sur la coordination, la latéralisation et la prise de confiance. Progressivement l'acquisition d'habiletés spécifiques au judo est introduite permettant aux enfants de rentrer dans le « vrai » judo vers l'âge de 6 ans. La pédagogie est adaptée pour permettre le développement physique et intellectuel de ces jeunes pratiquants en insistant sur les règles de bonnes conduites et d'hygiène avec comme support le Code Moral du Judo.

- Judo Techniques et Compétitions : les cours de Judo permettent de se préparer à la ceinture noire et d'aller même au-delà avec le passage des DAN. Un approfondissement de la connaissance du judo et la possibilité d'aller au plus haut niveau en compétition si on le souhaite.

- Ju-Jitsu : les cours permettent aussi de se préparer à la ceinture noire avec une connaissance approfondie des mouvements : coups de pieds et poings, projections et différents contrôles de l'adversaire.

- Le self défense : ces cours permettent de prendre confiance en soi et de savoir quoi faire face à différentes agressions que l'on pourrait subir dans la vie courante. L'apprentissage de ces techniques nécessite une répétition des gestes afin de maîtriser et surtout d'adapter son comportement en cas d'agression. Il se pratique en tenue de sport adaptée à l'effort physique.

- Renforcement musculaire : les cours de renforcement permettent de s'entretenir musculairement mais aussi de se préparer aux sports de combat et avoir une bonne

condition physique. Il se pratique en tenue de sport adaptée à l'effort physique.

Les cours ont lieu au dojo des Pies :

- Éveil Judo (4 ans, né(e) avant octobre) : mercredi de 17h à 18h

- Pré Judo (5 ans) : jeudi de 17h15 à 18h15

- Judo loisir et compétition

Enfant : jours et horaires en fonction de l'âge du pratiquant

Adulte (à partir de cadets 14 ans) : lundi, mercredi, vendredi

- Ju-Jitsu (à partir de 13 ans) : mardi de 20h à 21h30

- Self défense (à partir de 13 ans) : jeudi de 20h à 21h30.

- Renforcement musculaire : mardi, jeudi de 18h30 à 20h

**Tarifs** : à l'année, en fonction du nombre d'heures de cours. Contacter l'association

**Contact** : Sophie Gobin (présidente)

☎ 07 82 08 34 36

@ judo.sassenage@laposte.net

🌐 judo-sassenage.weebly.com

---

## KARATÉ CONTACT / BODY KARATÉ / KARATÉ SHITO-RYU / SELF-DÉFENSE

---

### KARATÉ CONTACT KICK-BOXING SASSENAGE

Le karaté contact kick-boxing Sassenage offre à l'intérieur d'une même structure une large variété de disciplines : karaté contact, karaté light contact, body karaté, karaté traditionnel, self-défense et Baby karaté (loisir et compétition).

- Le karaté-contact (adultes) / karaté light contact (ados) : discipline martiale entre le karaté et le full contact, elle a été initiée par Dominique Valera (9<sup>ème</sup> Dan) et s'adresse à des pratiquants soucieux d'évoluer vers une confrontation plus réaliste.

- Le body-karaté : discipline pratiquée sur un rythme musical intensif associant des enseignements de fitness, de cardio



training, et des techniques de karaté.

- Le karaté traditionnel : (à partir de 7 ans) style majeur au Japon, le shito-ryu se distingue par sa fluidité, son art de l'esquive et par un travail main ouverte favorisant les saisies et projections.
- Self défense/karaté jitsu : les techniques de défense mettent en œuvre des atémis, des clefs et des projections pour s'adapter aux différents types d'affrontement dans une situation réelle.
- Baby Karaté : les cours de Baby karaté sont adaptés à l'âge et aux capacités des enfants mais toujours en rapport avec le karaté et son esprit (parcours de motricité, obstacles, jeux divers menant au développement des capacités de l'enfant, apprentissage des techniques les plus simples, jeux d'opposition...).

Les cours ont lieu au dojo de la halle des sports Jeannie Longo.

Inscriptions au Forum des Associations le 9 Septembre 2023.

Plus d'informations sur le site du club (tarifs et dossiers d'inscription).

### Contacts :

Cédric Roussillon (président)  
 Philippe Giaccone (responsable)  
 ☎ 06 03 07 08 38  
 @ philippe.giaccone@sfr.fr  
 David Reynaud  
 ☎ 06 85 63 09 90  
 @ jkc.contactsassenage38@gmail.com  
 🌐 karateclubsassenage.fr

## LAÏ-MUOÏ

### LAÏ-MUOÏ SASSENAGE

Le Laï-Muoi est un art martial qui se différencie beaucoup des autres par son origine, ses positions, ses techniques. A la fois méthode de self-défense, de combat et philosophie, cet Art a sa particularité

propre et développe les facultés physiques, morales et intellectuelles.

**Cours** : les lundis et mercredis de 21h à 22h30 à la halle des sports Jeannie Longo.

**Tarifs** : Enfant moins de 16 ans : 138 €/an  
 + 16 ans et adultes : 198 €/an

### Contact :

Frédéric Bonta (responsable)  
 ☎ 06 74 61 30 38  
 @ laimuoi.sassenage@gmail.com  
 🌐 Sassenage Laï-Muoi

## MARCHE / RANDO

### SASSENAGE MARCHE NORDIQUE

Activité sportive complète de plein air qui sollicite 80 % de la masse musculaire. C'est une activité dynamique et tonique, praticable par tous. L'association propose un ensemble de circuits variés autour de Sassenage.

L'activité a lieu les mardis et jeudis de 18h30 à 20h30 (2 heures minimum), toute l'année sauf jours fériés.

Départ de toutes les activités devant la halle des sports Jeannie Longo (ensemble de circuits variés autour de Sassenage).

**Tarif** : 60 €

### Contacts : Thierry Reymond (président)

☎ 06 08 92 36 65  
 Eric Segreto  
 ☎ 06 75 20 67 58  
 @ sassenagemn@gmail.com

### RANDO, MARCHES, AVENTURES

« Rando, Marches, Aventures » est une association ayant pour objet la randonnée pédestre et activités connexes (randonnées en raquettes à neige, Marche Nordique, Ski de fond, Micro-aventures...).

C'est une association, animée par des bénévoles, affiliée à la FFRandonnée

# SPORTS

(N° 10792) et bénéficiant de son appui :

- une association, de taille modeste, donc souple et adaptative, pour répondre aux attentes d'un large public (actifs, jeunes adultes, retraités...) et complémentaire aux structures existantes,
- une association proposant des activités, allant de la découverte, à une pratique plus sportive et dynamique. Des activités innovantes également avec le concept de micro-aventures (des randonnées de 2 à 3 jours...).

## Activités proposées (sauf pendant les vacances scolaires) :

- des activités hebdomadaires récurrentes : randonnées pédestres du mardi en ½ journées, Marche Nordique, le samedi matin.
- des activités, avec planification mensuelle, concertées avec les pratiquants :
  - Randonnées pédestres, à la journée, thématiques et/ou spécifiques, proposées pour différents niveaux de pratiques.
  - Marche Nordique « 90 mn » : des séances dédiées soit à la découverte de la pratique, soit à une pratique plus sportive.
- des activités, avec planification plus étendue, en « mode projet » organisées avec les volontaires, de type « micro-aventure », sur 2 ou 3 jours avec possibilité de mixer les activités et thématiques.

## Tarifs annuels (\*) :

- une adhésion annuelle de 21 € pour les sassenageois (31 € pour les extérieurs),
- une licence annuelle FFRandonnée : licence recommandée, IRA à 29,25 € (avec autres choix possibles pour la couverture assurance).

(\*) possibilité de souscrire des licences de courtes durées : « Pass-découverte », de 2, 4, ou 8 €.

## Inscriptions :

- au Forum des loisirs et des activités associatives de Sassenage, le 9 septembre

2023,

- par mail : [contact.randoma23@gmail.com](mailto:contact.randoma23@gmail.com)
- par courrier adressé à notre adresse postale : Rando, Marches, Aventures, Centre associatif Saint-Exupéry au 4, bis Square de la Libération, 38360 SASSENAGE

## Contacts :

Christian LECLERC (Président)

☎ 06 11 60 42 32

Jean-Louis BOREL (Secrétaire Général)

☎ 06 88 38 22 27

@ [contact.randoma23@gmail.com](mailto:contact.randoma23@gmail.com)

---

## MONTAGNE

---

### CLUB MONTAGNARD SASSENAGEOIS

Activités familiales tout au long de l'année. Pratique de la randonnée, du ski, du VTT, chalets sur le plateau de Sornin.

## Contact :

Francis Mazioux (président)

☎ 06 73 46 34 82

🌐 [clubmontagnardsassenageois.fr](http://clubmontagnardsassenageois.fr)

---

## MULTISPORTS

---

### ASSOCIATION SPORT SANTÉ SASSENAGE (A3S)

Activités sportives pour les + 50 ans réalisées dans le cadre du concept Sport Senior Santé de la Fédération française de la retraite sportive (FFRS).

## Activités proposées :

- Danse en ligne : le lundi de 13h30 à 14h45 et de 15h à 16h15 à la salle des Engenières.
- Marie-Thérèse COURANT ☎ 06 99 49 10 59.
- Gym maintien en forme : le mardi de 10h à 11h30, plateau de la Halle des Sports Jeannie Longo.
- Daniel Courant ☎ 06 89 83 86 86.
- Marche nordique : le jeudi à 8h30, durée la matinée. Départ devant le local du club (4 rue du 8 mai 1945) près de la piscine.
- Daniel Courant ☎ 06 89 83 86 86.

- Marche Tous Terrains : le jeudi à 8h30, durée : la matinée. Départ devant le local du club. Nicole Salmon-Antier ☎ 06 73 51 30 48
- Randonnée pédestre : le jeudi matin. Sortie à la journée ou à la ½ journée. Départ devant le local du club. Mauricette Blanc-Brude ☎ 06 83 28 22 39, Marcel Boccon-Gebeaud ☎ 06 51 48 21 01, Margot Moreau ☎ 06 58 14 21 33
- Randonnée pédestre de montagne: le jeudi matin. Sortie à la journée. Franck Pourrat ☎ 06 02 63 38 42, Marie-Françoise Lecocq ☎ 06 21 93 39 38.
- Eveil corporel : activités de bien-être. Le vendredi de 9h30 à 10h30 au dojo de la Halle Jeannie Longo. Nicole Salmon-Antier ☎ 06 73 51 30 48.
- N.E.M. (Neurones en mouvement) : Activer son cerveau et son corps. 10h à 12h, plateau de la Halle des Sports Jeannie Longo. Nicole Salmon-Antier ☎ 06 73 51 30 48.

Présence au Forum des loisirs et des activités associatives, le samedi 9 septembre 2023.

**Tarifs** : 60 €/an pour l'ensemble des activités (adhésion + licence)

**Contact** : Daniel COURANT (président)  
 ☎ 06 89 83 86 86  
 @ a3s38sassenage@gmail.com  
 🌐 <https://a3s38.blog4ever.com>

### ASSOCIATION SPORTIVE DU COLLÈGE FLEMING (LOISIR ET COMPÉTITION)

Tennis de table, badminton natation, water-polo, athlétisme, danse, sports de pleine nature. L'association sportive du collège permet de pratiquer en loisir, de progresser et de se confronter à d'autres jeunes de collège dans une ambiance sympa. Il est aussi possible d'être formé à l'arbitrage. Elle concourt aussi à l'apprentissage de la vie associative.

Les entraînements ont lieu les mercredis après-midi, sur le temps de la pause du

midi et le vendredi à partir de 16h30 en fonction des activités choisies. Les séances d'entraînement se déroulent au gymnase du collège, à la piscine, ou dans les environs de Sassenage (activités de pleine nature). Les rencontres inter collèges du mercredi ont lieu dans l'agglomération grenobloise.

**Tarif** : 25 €/an

**Contact** : M. Scalia  
 ☎ 04 76 27 49 19 (collège Fleming)

### ASSOCIATION SPORTIVE DU LYCÉE TECHNIQUE ROGER DESCHAUX

L'association sportive du lycée des métiers Roger Deschaux vous propose pour l'année scolaire les activités suivantes :

- VTT : pratique du VTT, sorties sur les chemins autour du lycée et participation aux compétitions départementales et académiques par équipe (trial, Xcountry, descente)
- Raid multi-activités : participation aux trois raids départementaux (automne, hiver, printemps) et raid académique
- Participation aux Jeux d'Automne des lycéens
- Ski : ski alpin sorties sur la station de Villard de Lans et participation aux Jeux de Printemps des lycéens,
- Ski nordique : participation à la Foulée Blanche des lycéens en janvier,
- Musculation : entraînements dans la salle du lycée
- Des sports collectifs : à la demande des élèves, entraînements et compétitions (rugby, football, futsal, handball)
- Badminton et tennis de table : à la demande des élèves, entraînements et compétitions.

Toutes ces activités pourront se dérouler le mercredi après-midi. Entraînements et/ou compétitions entre 12h et 14h les mardis et/ou jeudis, ou le soir après les cours.

# SPORTS

## Contacts :

M. Guesmi (président et proviseur du lycée)  
M. Dubus et M. Queinnec (membres du bureau et animateurs de l'association)  
☎ 04 76 85 96 10

## GV SASSENAGE

Association affiliée à la FFEPGV, notre priorité est le bien-être physique, psychologique et social en pratiquant du sport santé.

## Activités proposées :

- Cardio Training, Fit Gym, Fit Zen, Gym Vitalité, Gym Bien vieillir : 10 cours en salle, journée et soirée
- Body Zen : 1 cours
- Gym Équilibre : prévention des chutes, gagner confiance et sécurité : 2 cours
- Pilâtes : 3 cours
- Stretching : 3 cours.
- Aquagym : gymnastique aquatique et natation libre
- Salle de remise en forme
- Yoga : 1 cours
- Danse Country
- Marche Active : 2 cours
- Randonnée pédestre : le mardi, à la journée, toute l'année, sorties en car.
- Raquettes en hiver.

## Renseignements :

Activités hors rando :  
Rose Calpena,  
☎ 04 76 27 51 95  
ou Carole Guillermet, ☎ 07 61 69 82 76  
Rando : Bernard Fraix-Bavu ☎ 06 07 69 82 98

## Fiche inscription et inscription par Internet :

Cécile Mahaut ☎ 06 59 77 98 21  
🌐 [www.gv-sassenage.com](http://www.gv-sassenage.com)

## Permanences inscriptions :

- Mardi 6 septembre de 16h à 18h, salle Jacques Prévert
  - Jeudi 8 septembre de 18h à 19h, salle Jacques Prévert
  - Samedi 9 septembre, au Forum des associations
- Début des cours : lundi 11 septembre

## Tarifs à l'année :

- Licence et adhésion : 38,70 €
- Activités : voir détail sur le site internet

**Contact :** Cécile Mahaut (secrétaire générale)

☎ 06 59 77 98 21

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

🌐 [www.gv-sassenage.com](http://www.gv-sassenage.com)

---

## NATATION

---

### CLUB NATATION SASSENAGE (CNS)

Activités aquatiques dès l'âge de 5 ans.  
Natation sportive, natation loisir, aquagym/aquaboxing.  
Encadrement professionnel qualifié.  
Toutes les informations pratiques concernant le planning des cours, les tarifs et horaires des inscriptions sont affichées sur le panneau du club à l'entrée de la piscine, ou sont consultables sur le site Internet du club à l'adresse ci-dessous.  
Inscriptions via le site Internet du club et au Forum des loisirs et des activités associatives ainsi qu'au local du club situé derrière la piscine, aux jours et heures indiqués sur le site internet.

## Contact :

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

🌐 [club-natation-sassenage.pepsup.com](http://club-natation-sassenage.pepsup.com)

---

## PÊCHE

---

### ASSOCIATION DE PÊCHE DE L'OVALIE

Les espèces de poissons dans le plan d'eau

sont : truites avec 14 lâchés, brochets, black bass, carpes, gardons tanches, perches et sandres.

Les horaires de pêche et prix de la carte sont affichés au tableau de pêche de l'Ovalie.

Tarifs des cartes disponible et en vente à partir du 1<sup>er</sup> février de l'année en cours. Possibilités de tarifs étudiants et handicapés.

Le règlement est distribué aux adhérents avec le permis de pêche de l'Ovalie.

A partir du mois de juin, prix unique de la carte à tous les pêcheurs. Les non adhérents ont la possibilité de prendre des tickets à la journée ou à la demi-journée.

**Contact :** Daniel Baudin (président)

☎ 06 75 40 85 28

### LA TRUITE DE SASSENAGE

C'est une association qui permet de pêcher sur les rivières et ruisseaux de Sassenage, ainsi que dans l'Isère et sur les cours d'eau (rivières, étangs, lacs). Réciprocaire de la Fédération de la pêche de l'Isère.

**Contact :** David Delalande (président)

☎ 07 88 07 95 88

@ latruitedesassenage@gmail.com

🌐 quomodo-latruitedesassenage.com

### PENCAK SILAT ET SELF DÉFENSE

#### MÉTHODE HUGO TRONCHE – FAIRE FACE À UNE AGRESSION

Découvrez une méthode de self-défense qui permet de faire face aux situations à risque en toutes circonstances. Le système est basé essentiellement sur le Pencak Silat (art martial Indonésien), mais également sur d'autres styles complémentaires. Vous apprendrez une méthode efficace qui va développer votre confiance en vous.

**Au programme :**

- Techniques de défense : Des mouvements

simples, réalistes et instinctifs.

- Conditionnement physique : Construire des muscles fonctionnels, mobiles, et puissants (programme complet de mobilité, gainage, explosivité...)

- Préparation mentale : Être prêt psychologiquement pour répondre à une agression.

Les cours sont mixtes et adaptés à tous les niveaux.

Objectifs : savoir mettre un terme à une agression le plus rapidement possible, optimiser la condition physique, développer un mental fort.

#### Lieu et horaires d'entraînement :

Mercredi de 20h à 21h15 et samedi de 11h à 12h15 au dojo des Pies.

**Tarif :** 270 € saison complète

**Contact :** Hugo Tronche

☎ 06 22 42 88 49

@ hugo.tronche@sfr.fr

🌐 methode-hugo-tronche.com

### PÉTANQUE

#### PÉTANQUE LOISIR SASSENAGE

Pratique de la pétanque en tant que sociétaire ou licencié en toute convivialité et à tout âge. Adhésion à la FFPJP.

Organisation de concours sociétaires.

Participation aux championnats des clubs de l'Isère en seniors et vétérans, coupe de France et à des concours officiels FFPJP.

Ouverture du club toute l'année, les lundis, mardis, mercredis, vendredis et samedis de 13h30 à 17h30 en hiver et de 14h à 19h en été.

**Lieu :** Terrains à côté du complexe Paul Vieux-Melchior

**Contact :** Denis Leguinio

@ petanque-sassenage@orange.fr

# SPORTS

## PLONGÉE

### CLUB SASSENAGE PLONGÉE

Le club propose la pratique de la plongée subaquatique avec scaphandre, la nage avec palmes et l'apnée, pour les adultes et les enfants à partir de 10 ans. Nous sommes l'un des clubs les moins chers de l'agglomération.

Des encadrants diplômés assurent les formations aux différents niveaux de plongée de la Fédération Française d'Études et de Sports Sous-Marins (FFESSM), depuis le N1 jusqu'au moniteurat.

- Matériel à disposition pour les cours (bouteilles, détendeurs, stabs, etc)
- Club-house à proximité de la piscine pour la convivialité
- Entraînement physique en piscine, apprentissage des techniques, initiation à la biologie sous-marine, validation des formations à votre rythme, sorties d'exploration en lacs ou en mer
- Baptêmes gratuits organisés à la piscine pour vous faire partager notre passion.

**Lieu et horaires de l'activité :** piscine municipale, avenue du 8 Mai 1945.  
Jeudi et vendredi de 20h15 à 22h30 pour les adultes  
Samedi de 18h15 à 20h15 pour les enfants  
Permanences les jeudis et vendredis de 20h à 20h30

### Tarifs des adhésions :

160 € : adulte et jeune à partir de 16 ans  
120 € : jeune (14/15 ans)  
80 € : enfant (10/13 ans)  
100 € : apnéiste (sous réserve d'un encadrant)  
Facilités de paiement et chèques vacances acceptés.

### Tarifs des formations :

100 € pour une formation bouteille adulte  
20 € pour une formation bouteille enfant

**Contact :** Sylvie Gillia (présidente)

☎ 06 67 09 58 70

@ info@sassenage-plongee.fr

@ sylvie.gillia@hotmail.fr

🌐 sassenage-plongee.fr

## ROLLER HOCKEY

### LES LIONCEAUX DE SASSENAGE

Roller Hockey (loisir et compétition)  
Le Roller hockey, c'est de la rapidité, de l'adresse, de l'équilibre et surtout aucun contact physique. Un sport d'équipe alliant glisse, tactique et développant coordination, réflexes.

De la découverte/initiation à la compétition, l'activité est ouverte à tous dès 6 ans.  
Section adultes loisirs ouverte aux débutants et aux joueurs confirmés.

Les cours et entraînements ont lieu au gymnase des Pies :

- mardi de 17h45 à 22h30
- jeudi de 17h30 à 22h30

Le club propose à ses adhérents la location ou vente de matériel d'occasion, ainsi que le rachat de leur ancien matériel (roller, casque, protection...).

### Contact :

@ icontact@lionceaux-sassenage.fr

📍 📞 Les Lionceaux de Sassenage

## RUGBY

### ÉCOLE DE RUGBY FONTAINE/SASSENAGE

Cela fait plus de 50 ans maintenant que la section rugby de l'ASF existe. Des années durant lesquelles des hommes et des femmes se sont succédés sur et

autour du terrain pour porter fièrement nos couleurs, mais aussi pour appliquer et transmettre ce que l'on appelle « les valeurs du rugby » : don de soi, abnégation, acceptation des autres, humilité, valorisation des différences. Le rugby reste un des rares sports Co à être vraiment collectif et dans lequel un individu aura toujours besoin de la force du groupe. C'est pourquoi à l'école de rugby Fontaine/ Sassenage, notre priorité est et restera le plaisir : plaisir de jouer, plaisir d'être ensemble sur et hors du terrain, plaisir d'appartenir à un groupe qui avance uni dans la bonne humeur, plaisir de gagner, car au final les résultats sont souvent là dans toutes les catégories d'âge.

Fort de sa labellisation 2 étoiles à la FFR, l'école de rugby Fontaine/Sassenage garantit aux petits et aux grands un encadrement de qualité, composé d'éducatrices et d'éducateurs bénévoles et diplômés dans toutes les catégories d'âge. L'école de rugby Fontaine/Sassenage est ouverte aux filles et aux garçons à partir de 3 ans. Et depuis août 2022, création d'une section rugby féminin jeunes et adultes.

#### Horaires des cours/entraînements :

U6 / U8 / U10 / U12 le mercredi à 17h30 et le samedi à 10h30.

Autres catégories : 2 entraînements par semaine en soirée (horaires communiqués sur le site web).

**Lieu de l'activité :** Stade Pierre de Coubertin, 12 rue de Sassenage. 38600 Fontaine

**Tarifs :** U6 / U8 / U10 / U12 / U14 : 110 €  
U16 / U19 : 150 €  
Seniors (+ de 19 ans) : 190 €

**Permanences :** aux heures d'entraînement

#### Contacts :

Anthony Marron (permanent) / Emmanuel

Picon (président)

☎ 06 37 43 48 24

✉ asf.rugbyfontaine@gmail.com

🌐 asfontainerugby.com

#### FC GRENOBLE AMAZONES

Club engagé en championnat féminin Elite 1 et championnat fédéral à XV, équipe cadettes, formation école de rugby filles et garçons.

**Lieux :** stade Jean Julien Sassenage (U18), stade Bachelard Grenoble (Ecole de rugby), stade Lesdiguières Grenoble (+18)

#### Contacts :

Emmanuel Pellorce (entraîneur Seniors)

Nicolas Carella (responsable cadettes)

☎ 06 89 98 36 30

Gaétan Champon  
(responsable école de rugby)

☎ 06 71 61 21 93

✉ amazones@fcgrugby.fr

🌐 fcgrugby.com

📌 FCG-Amazones

#### TENNIS

#### TENNIS CLUB DE SASSENAGE

Le TCS accueille aussi bien un public de tennis loisir, qu'un public désireux de s'adonner à la compétition.

#### Pour les enfants :

- Mini-tennis (4-5 ans) pour les très jeunes qui débutent, le mercredi après-midi ou le samedi matin (mise à disposition de courts couverts en partenariat avec le CEA)
- Initiation (6-16 ans) : école de tennis le mercredi après-midi ou le samedi matin (mise à disposition de courts couverts en partenariat avec le CEA)
- Perfectionnement (2 entraînements/semaine) : créneaux horaires définis en début d'année
- Compétition (3 entraînements/semaine) : créneaux horaires définis en début d'année

# SPORTS

• Stages tous niveaux pendant les vacances scolaires proposés à la journée ou à la demi-journée. Ouvert même pour les enfants non-inscrits durant la saison

## Pour les adultes :

• Initiation, perfectionnement ou compétition : plusieurs cours et créneaux horaires sont proposés.

## Pour les entreprises :

• Partenariat avec accès aux terrains de 8h à 16h du lundi au vendredi  
• Possibilité de mettre en place un entraînement avec un enseignant  
L'enseignement est assuré par un moniteur breveté d'État.

## Pour tous :

• Des cours individuels avec un coach du club, permettant de se perfectionner/travailler des gestes techniques spécifiques  
• Des séances de « Fit-Tennis », alliant des exercices de fitness et des gestes techniques de tennis, ouverts à tous (y compris celles et ceux ne faisant pas de tennis)  
• Un accès à 2 courts de mini-tennis (« Urban tennis ») sur terrain synthétique pour découvrir une autre façon de jouer au tennis

## Contact :

☎ 04 76 27 07 35

(permanence le mercredi 18h-19h30)

@ tennisclub-sassenage@orange.fr

@ club.fft.fr/tc.sassenage

f Tennis-Club-de-Sassenage

@ tennisclubsassenage

---

## TENNIS DE TABLE

### USS TENNIS DE TABLE

Pratique et promotion du tennis de table,

du loisir à la compétition.  
Baby ping (à partir de 4 ans).

Les entraînements ont lieu au gymnase Fleming :

- Mardi de 18h à 22h
- Mercredi de 17h à 20h
- Jeudi de 18h à 22h
- Vendredi de 18h à 20h

**Contact :** Laurent Perli (président)

@ laurent.perli@orange.fr

@ usstt@yahoo.com

@ contact@usstt.fr

---

## TIR À L'ARC

### LES ARCHERS DE L'OVALIE

Tir à l'arc (loisir et compétition)

Cette association sportive a pour but la pratique de l'éducation sportive et physique dans le tir à l'arc en loisir et en compétition, sous toutes ses disciplines et dans le respect du règlement de la FFTA.

## Horaires :

- Archers débutants : lundi 17h45 à 18h55
- Archers confirmés : lundi 19h à 19h45, vendredi 20h05 à 23h, samedi 8h45 à 12h

**Contact :** Bernard Roux (président)

☎ 04 76 27 08 88

@ rouxbernard19@free.fr

🌐 lesarchersdelovalie.sportsregions.fr

---

## TWIRLING-BÂTON

### TWIRLING BÂTON «LES MÉLUSINES» DE SASSENAGE

Le twirling bâton est un sport artistique complet qui allie gymnastique, danse, expression scénique et maniement du bâton. Le twirling bâton est assez similaire à la gymnastique rythmique et sportive et à ne surtout pas confondre avec les majorettes. Il se pratique seul, en duo ou en équipe ; en compétition avec des filières qui s'adaptent



à tous les niveaux (des débutants aux plus confirmés). Le club organise chaque année un gala gratuit pour tous.

Dès 6 ans, le club des Mélusines et ses entraîneurs seront donc heureux de vous faire découvrir le twirling-bâton et de vous faire partager leur passion.

#### Lieux d'entraînements :

- lundi et mercredi au gymnase des Pies
- vendredi au gymnase Fleming

**Contact :** Corinne Gibaldi (présidente)

☎ 06 63 23 65 21

@ sassenage.ffstwirling@gmail.com

#### Horaires :

- lundi de 20h à 22h au gymnase des Pies
- jeudi de 20h à 22h au gymnase Fleming

**Tarif :** 50 €

#### Contact :

Perrin Lauriane,

☎ 06 85 63 02 92

@ sassenage.volley@gmail.com

🌐 <https://digitsassenage.com/boutiques/assv-association-sportive-sassenageoise-devolley-ball>

## VÉLO

### USSCT – CYCLOS DE SASSENAGE

Adhérer à l'Ussct.

Vous avez la passion du cyclotourisme et souhaitez la partager dans un esprit de camaraderie avec les sociétaires des Cyclos de Sassenage, alors venez nous rejoindre, vous serez le bienvenu !

#### Contact :

Président : Pascal Martin

☎ 06 72 24 25 60

@ zabeth.pascal@wanadoo.fr

Secrétaire : Francis Ageorges

☎ 06 17 27 69 79

@ francis.ageorges@yahoo.fr

🌐 cycloclubsassenage.eklablog.com

## VOLLEY-BALL

### ASSV - ASSOCIATION SPORTIVE SASSENAGEOISE DE VOLLEY-BALL

Volley-ball (loisir et compétition)

L'ASSV rassemble deux fois par semaine des adultes (majeurs uniquement) autour de séances d'entraînement et de jeu.

Sans coach sportif, possibilité de participer à la compétition (championnat de la FSGT) ou uniquement en loisirs.

## VTT

### GRENOBLE ALPS MTB (G'ALPS)

G'Alps a pour but de promouvoir, d'organiser et de gérer une activité Vélo Tout Terrain (VTT) accessible à tous, aussi bien en loisir qu'en compétition, dans le respect de la nature et de ses usagers.

**Horaires des cours/entraînements :** Le week-end pour les ados et adultes, le mercredi pour les enfants (sous réserve d'avoir suffisamment d'inscriptions).

**Lieu de l'activité :** autour de Grenoble, au gré des entraînements.

**Tarifs :** adhésion 40 €, licence FFC au choix mais obligatoire, 210 € pour 15 cours de 3h/an avec un moniteur diplômé.

**Adresse :** c/o l'Esprit des vélos, 42 rue de la République, 38360 Sassenage

**Contact :** Cédric Debortoli (président)

☎ 06 77 39 04 88

@ galsmtb@gmail.com

# CULTURE

## CHANT

### LES CHŒURS DE SASSENAGE

L'association se consacre à la pratique du chant choral dont le programme comporte des œuvres de musique classique (Renaissance, baroque, musique française du 20<sup>ème</sup> siècle), des chants traditionnels du monde. Son but est de faire de la musique de qualité en vue de prestations publiques. Chef de chœur : Agustina Meroño

**Répétitions** : le mercredi soir, de septembre à juin, de 20h à 22h, et 2 à 3 samedis par an au centre associatif Saint-Exupéry, 4 bis square de la Libération.

**Tarif** : 50 € par personne et par an

#### Contact :

Bernard Majoux  
☎ 06 10 60 15 12

## CRÉATION D'ÉVÈNEMENTS

### CAMÉRA AVENTURE

1 avenue des buisseries  
38360 Sassenage  
Créateur d'événements

Soirée retro au Théâtre en Rond le 3 octobre à 20h

Film : D'où viens tu Johnny  
1<sup>ère</sup> partie : orchestre Les Carlton's et Académie Corps et Graphie  
Tarif : 10 €

Le 15 mars : film La Traversée de Paris

#### Contact :

☎ 06 61 57 94 42  
@ camera\_aventure@yahoo.fr  
🌐 saloneuropeendelimage.com

## ISÈRE EVEN

L'Association a pour objet l'organisation et le suivi de tout type d'événement.  
Siège social : Centre Saint-Exupéry  
4 bis square de la Libération, Sassenage

**Contact** : Philippe Giaccone (président)

☎ 06 03 07 08 38

@ giacconephilippe@gmail.com

## DANSE

### ACADÉMIE DE DANSE « CORPS ET GRAPHIE »

Ecole de danse pluridisciplinaire qui entamera sa 35<sup>ème</sup> année avec 12 professeurs. Eveil corporel, classique, jazz, contemporain, Danse africaine, Dance Hall, Barre à terre, Danse adaptée, Pilâtes, Yoga Danse. Elle propose plus de 40 cours hebdomadaires débutants, moyens, avancés pour adultes et enfants à partir de 4 ans.

3 stages de danse en février, juillet et août 2024. 5<sup>ème</sup> édition du Week-end Temps dance en 03/2024. Vente de costumes ouverte à tous le 27/01/2024 et 2 galas annuels en 06/2024. Participation à différents événements durant l'année sur la ville de Sassenage et extérieur.

**Inscriptions** : du 30/08/2023 au

05/09/2023 pour les anciens, du 06 au 12/09/2023 pour les nouveaux, de 14h à 19h à la Malle Poste, 1<sup>er</sup> étage et/ou au Forum des associations le 09/09/2023 à la Halle Jeannie Longo.

**Tarif, Parrainage, Planning** : disponible sur notre site internet. Cours dans les salles de danse de la ville de Sassenage et Lycée Berges du 18/09/2023 au 20/06/2024 (hors vacances scolaires).

Présidente : Hélène Evraud

Trésorière : Corinne Dubois Pagnon

Directrice Artistique : Corine Pach

Secrétaire de l'Académie : Christelle Auvergne

**Contact :**

Académie de danse Corps et Graphie  
 ☎ 04 76 26 45 76 ou 06 36 45 31 70  
 @ ecoledejedansecorpsgraphie@gmail.com  
 🌐 corpsetgraphie.com  
 📱 📧 📺 Corps et Graphie

**GRIMALDI DANSE CLUB SASSENAGE**

Nous proposons les danses suivantes :

- Enfants et adolescents : Street dance, Hip Hop
- Adultes : Rock, Lindy-Hop, Balboa, Country, Salsa, Bachata, Kizomba, Danses de salon, Claquettes, West Coast Swing, Zumba.

Une école de danse professionnelle dont la renommée n'est plus à prouver. De nombreux stages de danse pendant les vacances ainsi que la participation à de nombreux évènements durant l'année et un Show de fin d'année au Théâtre en Rond de Sassenage ainsi que de nombreuses soirées dansantes tout au long de l'année avec la participation ponctuelle de groupes de musique en live.

**Inscriptions :**

Du 04/09/2023 au 09/09/2023 pour les anciens, et à partir du 11/09/2023 pour les nouveaux au 12 rue des Pies à Sassenage ou sur le site [www.grimaldidanse.com](http://www.grimaldidanse.com). Nous serons également présents au forum des associations le 09 septembre 2023.

Directeur : Grimaldi Mario, Vice-Président de la FFDANSE

**Contact :**

☎ 04 76 27 01 00  
 @ mario@grimaldidanse.com  
 🌐 [www.grimaldidanse.com](http://www.grimaldidanse.com)

**HYPE IN STYLE**

ArtFlow Hip-Hop School «Hype In Style»  
 Danse tous styles hip-hop  
 Hype In Style est une école de danse professionnelle depuis 20 ans et de culture hip-hop pour les 4 à 99 ans.

Elle organise chaque année son festival « Funky Fest » : un stage avec des professeurs de grande renommée. Les techniques enseignées sont le newstyle, le boogaloo, le locking, la housedanse électro, le ragga, Afro Style... Préparation des élèves à la scène.

Toutes ces techniques assemblées donnent des chorégraphies qui sont présentées en concours et lors de différentes démos et clips tout au long de l'année dans un esprit d'équipe basé sur le volontariat. Un gala de fin d'année est organisé afin que les élèves puissent s'exprimer et présenter leurs techniques.

Le but est de créer une dynamique au sein des groupes dans une ambiance joyeuse et familiale, afin de permettre aux élèves de se rapprocher les uns des autres, peu importe l'âge et le niveau de danse.

**Inscriptions :**

Sur notre site [www.hypeinstyle.com](http://www.hypeinstyle.com) ou le samedi 9 septembre 2023 de 10h à 16h au Forum des associations à la Halle des sports Jeannie Longo, 2 rue Pierre de Coubertin 38360 Sassenage.

Les renseignements et les inscriptions (tarifs, chèques, espèces, Carte TATOO Isère, horaires, lieux des cours...) sont disponibles sur notre site internet : [www.hypeinstyle.com](http://www.hypeinstyle.com)

**Contacts :**

Gaëtan Jeanperrin ☎ 07 61 41 54 20  
 Jean-Pierre Musso ☎ 06 85 14 96 03  
 @ [hypeinstyle@gmail.com](mailto:hypeinstyle@gmail.com)  
 🌐 [www.hypeinstyle.com](http://www.hypeinstyle.com)

**RIGODONS ET TRADITIONS**

Danses et Musiques Traditionnelles du Dauphiné, de France et d'Europe  
 Vous souhaitez découvrir, voire maîtriser ces danses traditionnelles, rien de plus simple que de venir les découvrir avec Rigodons et Traditions, en toute convivialité.  
 Nous proposons, une fois par mois, pour des personnes souhaitant se perfectionner tant dans les différentes formes de Rigodons

# CULTURE

que dans d'autres danses d'animation de France et d'Europe de nous rejoindre. Le but étant de pouvoir assurer la partie conviviale et participative auprès du public présent lors d'animations et/ou concerts auxquels R & T est convié. Bien sûr, le bal folk mensuel organisé par R & T sera maintenu.

Pour vous accompagner, des Musiciens et Animateurs chevronnés, vous feront reconnaître différents danses (Polka, Valse, Mazurka, Scottish, Rigodon, Bourrées, Maraîchines, Anter Dro...) dans une ambiance conviviale.

La saison 2023-2024 débutera en octobre

Mercredi 11 octobre : cours de danses (perfectionnement) de 20h30 à 22h30

Vendredi 20 octobre bal folk mensuel (ouvert à tous) de 21h à 23h30

Les cours de danse et les bals folks auront lieu à la Maison des clubs rue du 8 mai 1945 (derrière la piscine).

## Points forts de la saison

- Un stage de danses du monde au 2<sup>ème</sup> trimestre
- 1 fois/ trimestre, R & T accueillera un groupe régional pour le bal du mois.

## Tarifs :

Adhésion annuelle 8 €

Entrée bal mensuel 5 €

**Contacts :** Raymond Vacher (président)

☎ 04 76 21 26 20 ou 06 27 33 37 76

Christian Vignon (vice-président)

☎ 06 70 71 88 55

@ christian.vignon1@gmail.com

## ECHANGES INTERCULTURELS / LANGUES ETRANGERES

### AFIS - ASSOCIATION FRANCO-ITALIENNE SASSENAGEOISE

Réunir et rassembler les liens d'amitié de la communauté italienne de Sassenage ainsi que leurs amis et remplir collectivement tous projets culturels, de loisirs, voyages, échanges entre communautés italiennes et celle de Sassenage.

- 2 à 3 voyages par an
- 2 sorties à la journée
- Repas...

**Tarifs :** carte d'adhésion

- 16 € personne seule
- 20 € couple

### Contacts :

Mme Di Caro (présidente)

Félicie Di Caro (vice-présidente)

☎ 04 76 27 51 85 ou 06 66 94 93 41

Michel Forge (trésorier)

☎ 04 76 77 02 36 ou 06 60 97 31 58

@ michelbernard38@aol.com

### COMITÉ DE JUMELAGE DE SASSENAGE

Dès 1981, Sassenage s'inscrit dans une démarche volontaire de rapprochement international en se jumelant à la ville allemande de Messkirch, située à 80 kilomètres de Constance (Bade-Wurtemberg), en bordure de la Forêt Noire.

Plus récemment, en 2003, avec Sasso Marconi, proche banlieue de Bologne.

Ces jumelages sont ouverts à tous : familles d'accueil, associations sassenageoises, sportives, culturelles, environnementales, caritatives, d'échanges linguistiques et jeunesse, promotion économique, et qui auront expressément fait une demande écrite d'adhésion.

### Contacts :

Philippe Thiault (président) ☎ 06 76 32 16 16

Mireille Burnaz (secrétaire et référente

Sasso Marconi, Italie) ☎ 04 76 26 72 86

Isabelle Thiault (référente Messkirch, Allemagne)

☎ 06 71 62 82 42

@ philippe.thiault@wanadoo.fr

### GRUPE ITALIANISANT DE SASSENAGE

« L'italiano per tutti »

L'association Groupe Italianisant de Sassenage organise des cours pour adultes et enfants dispensés par une professeure italienne diplômée pour tous les niveaux en groupe limités à 12 personnes afin de conserver une ambiance familiale.

#### Cours d'italien pour adultes

28 séances dans l'année

- Cours A1 (Débutants) : jeudi de 18h30 à 20h
- Cours A2 (Intermédiaire 1) : mercredi de 18h30 à 20h
- Cours A2/B1 (Intermédiaire 2) : mardi de 18h30 à 20h
- Cours B1 (Intermédiaires 3) : mardi de 17h à 18h30
- Cours B1/B2 (intermédiaire 3) lundi de 18h30 à 20h
- Cours B2 (avancés) : lundi de 14h à 15h30

#### Cours d'italien pour enfants

28 séances dans l'année

- Cours enfants mercredi de 17h à 18h

#### Cours d'italien « autrement »

14 séances dans l'année

- Italiano cantando : un jeudi sur deux de 17h à 18h30 (à partir du niveau A2 apprentissage de l'italien par les audios didactisées de chansons)
- Italiano viaggiando un jeudi sur deux de 17h à 18h30 (à partir du niveau A2 apprentissage de l'italien par la découverte de sites patrimoniaux à partir de vidéos didactisées)
- Italiano cucinando : un lundi sur deux de 17h à 18h30 (à partir du niveau A2, apprentissage de l'italien par les vidéos didactisées de recettes et de plats typiques)
- Italiano parlando 1 : un lundi sur deux de 9h30 à 11h (niveau B1/B2 groupe de discussion sur des sujets italiens d'actualité)
- Italiano parlando 2 : un lundi sur deux de 17h à 18h30 (niveau A2 groupe de discussion destiné à aborder des situations de la vie quotidienne).

#### Nouveauté :

- Organisation de nombreux voyages de courte durée (dans l'année 2023/2024)
- Une soirée découverte d'une région italienne

- Une soirée littéraire

#### Permanence et inscriptions :

Au Forum des loisirs et des activités associatives, ou au centre associatif Saint-Exupéry salle Sahara le jeudi suivant le forum de 17h à 19h.

#### Contact :

☎ 06 10 33 82 84

@ gis.sassenage2@orange.fr

🌐 www.italien-cours-culture.fr

#### LE SOLEIL SE LÈVE À L'EST

Cours de russe et d'anglais de différents niveaux pour les enfants et adultes.

L'association a pour but de développer et de promouvoir les échanges, notamment associatifs, amicaux et culturels, entre les habitants ou communautés du département de l'Isère intéressés par les cultures des pays de l'ex-URSS.

Horaires des rencontres à définir à la rentrée.

**Inscriptions et renseignements** sur le site ou contact téléphonique.

**Tarifs** : adhésion – 20 € tarif familial unique

#### Contacts :

Philippe Boul (président)

☎ 06 37 52 24 16

Nataliya Stetsenko (responsable de l'école)

☎ 06 47 99 99 17

@ info@Isle.fr

🌐 Isle.fr

#### MADE IN ENGLISH

L'association « Made In English » a pour but de donner envie aux enfants d'écouter et de parler en anglais tout en s'amusant dans une ambiance conviviale. Nous vous proposons des ateliers créatifs (arts plastiques, jeux, chansons...) tout en parlant anglais avec un animateur anglo-saxon qui permettra aux participants d'être immergés dans un univers anglo-saxon et d'avoir une écoute exacte de l'accent anglais.

# CULTURE

Les cours sont dispensés au 113 Hameau du Château.

- Lundi : Kids CM de 17h30 à 18h30
- Mardi : Minis (maternelle/CP) de 17h à 18h  
Kids CE de 18h à 19h

**Tarifs :** 3 trimestres (32 cours), 105 € par trimestre (- 10 % si réservés au Forum des loisirs et des activités associatives)

## Contacts :

Dominique Silvestri (présidente)

Natasha van Gils (directrice)

☎ 06 28 70 71 78

@ madeinenglish@sfr.fr

## SASSENAGE ENGLISH FRIENDSHIP

L'association est à but non lucratif et propose des cours qui s'adressent à des personnes adultes ayant déjà une connaissance élémentaire de la langue (en général pratique scolaire pendant une ou plusieurs années) et à ceux qui ont déjà une bonne pratique acquise lors de voyages et/ou activités professionnelles et désirant l'entretenir. Ils se répartissent en 3 niveaux :

- **Elementary** : personnes ayant des connaissances de base et un vocabulaire restreint mais un niveau insuffisant pour converser avec des « English natives ». Lundi ou vendredi.
- **Intermediate** : personnes rencontrant des difficultés à s'exprimer dans une conversation courante et qui veulent améliorer leur capacité à échanger en anglais. Lundi ou vendredi.
- **Advanced** : personnes ayant une bonne connaissance de la langue, acquise soit scolairement, soit par une pratique régulière dans leur vie familiale ou professionnelle. Ils peuvent s'exprimer et se faire comprendre de manière fluente ou presque. Lundi 10h30 ou mercredi 18h30.

Depuis 2021, ces cours sont complétés par un atelier chant « singing in English » animé par notre professeur, ce n'est pas une chorale mais l'occasion de chanter ensemble les airs les plus connus de chanteurs anglophones, tels les Beatles, Leonard Cohen, Simon et Garfunkel, etc. Un voyage en pays anglophone est organisé chaque année, en général une semaine au mois de mai. Les dernières destinations ont été Malte (2022), l'Écosse, les Cornouailles, l'Irlande....

**Adhésion à l'association :** 15 € pour les sassengeois, 20 € pour les extérieurs.

**Tarif des cours** (26 cours d'1h30) : 185 € pour les sassengeois, 190 € pour les extérieurs.

Atelier chant : une participation aux frais sera demandée, incluant l'adhésion à l'association.

Les horaires des activités seront précisés sur notre blog : <http://sassenglish.blogspot.com> et sur notre stand au forum des associations le 9 septembre 2023.

## Contact :

@ sass.eng.friendship@gmail.com

---

## MUSIQUE

### In Your Brass

Le brass band In Your Brass, fanfare hip hop, est né en 2011 de la rencontre de quinze musiciens pro et amateurs de la région. Trompettistes, percussionnistes, trombonistes, saxophonistes et soubassophoniste, ils rêvent en écoutant les Young Blood Brass Band, NoBS Brass Band, Hot 8 Brass Band ou encore Hypnotic Brass Ensemble, célèbres fanfares US qui font exploser en cuivres l'énergie hip hop de la rue américaine.

Le répertoire d'In Your Brass comprend des reprises, dont le mythique Brooklyn des Young Blood Brass Band, des arrangements originaux de tubes hip hop historiques ou récents (Black Eyed Peas, Public Enemy, Shaggy, Adele...).

En parallèle, les compositions originales trouvent leur place, donnant à In Your Brass son identité unique. Le public accroche et en redemande : il y a un truc irremplaçable et addictif dans ce hip hop acoustique à la grenobloise !

Les concerts s'enchaînent, dans la rue ou sur scène, dans les festivals de la région alpine, parfois avec le Rap & Brass Project, création présentée en 2014. La force du flow des rappers est décuplée par l'énergie et la puissance acoustique du brass band ...

Depuis 2017, In Your Brass parraine par ailleurs le Jules Ferry Brass Band, fanfare d'enfants d'une école de Voiron (Isère). Accompagnement de la fanfare, avec la mise sur pied d'un répertoire commun, interventions des musiciens de In Your Brass en cours de musique à l'école, le lien est fort, si bien que In Your Brass a accompagné le Jules Ferry Brass Band dans leur voyage à la Nouvelle Orléans, au printemps 2019. L'occasion pour In Your Brass de s'offrir quelques sets inoubliables dans des clubs de Frenchman Street ...

#### Extraits audio :

<https://soundcloud.com/in-your-brass>

Vidéo : <https://www.youtube.com/watch?v=QBdjETt2tBg>

#### Contact :

Nadège Roux O'Baton (présidente)

☎ 06 84 62 93 62

@ inyourbrass@yahoo.fr

f InYourBrass

### ORCHESTRE FESTIF LE FÊT'ART DES CUVES DE SASSENAGE

Formation réduite de l'Echo des Cuves dont l'objectif est l'animation et l'accompagnement musical d'événements festifs.

Le répertoire varié est composé de musiques populaires et enjouées donnant ainsi une ambiance gaie et joyeuse. Cet orchestre est régulièrement sollicité pour l'animation de manifestations publiques et privée.

Les répétitions se déroulent les lundis et/ou jeudis de 19H45 à 21H30 au Centre

Associatif Saint-Exupéry de Sassenage.

#### Tarif :

adhésion annuelle à l'association, 25 €  
Vous êtes inscrit(e) au CRC Alfred Gaillard : en participant à l'Echo des Cuves, vous bénéficiez d'une réduction de 30 % sur le cours d'instrument.

#### Contact :

Isabelle Thiault (présidente)

☎ 06 71 62 82 42

@ harmonie.echodescuves@gmail.com

### ORCHESTRE D'HARMONIE L'ECHO DES CUVES DE SASSENAGE

Un lien social tout en harmonie depuis 172 ans. Vous pratiquez un instrument à vent, à percussion ou du violon. Vous rêvez d'intégrer un orchestre. Vous souhaitez découvrir des répertoires variés, dynamiques, tout en s'amusant avec les notes de musique.

Alors, exposez vos talents de musicien au sein de l'Orchestre d'Harmonie l'Echo des Cuves de Sassenage, sous la direction de Frédéric SILLITTI, chef d'orchestre et professeur de percussion au CRC Alfred Gaillard de Sassenage.

Les répétitions se déroulent le mardi soir de 19h45 à 22h au Centre Associatif Saint-Exupéry de Sassenage. Possibilité pour les jeunes scolarisés de quitter à 21h.

#### Tarif :

25 € (adhésion annuelle)

Vous êtes inscrit(e) au CRC Alfred Gaillard : en participant à l'Echo des Cuves, vous bénéficiez d'une réduction de 30 % sur le cours d'instrument.

#### Contact :

Isabelle Thiault (présidente)

☎ 06 71 62 82 42

@ harmonie.echodescuves@gmail.com

# CULTURE

## PATRIMOINE

### ASSOCIATION POUR LA SAUVEGARDE ET L'ANIMATION DE L'ÉGLISE NOTRE-DAME DES VIGNES AUX CÔTES DE SASSENAGE

Animation de l'église probablement carolingienne (9<sup>ème</sup> siècle).  
Organisation de concerts, conférences... certains dimanches à 18h.  
Une rénovation intérieure de l'édifice vient d'être terminée.  
Bel ensemble de vitraux contemporains créés par l'atelier Montfollet-Brugirard en 2012 et d'une mosaïque au-dessus de l'entrée en 2015.

Programme des animations sur notre site internet : [notredamedesvignes.com](http://notredamedesvignes.com)

**Tarifs** : adhésion individuelle 20 €  
                  adhésion famille 30 €  
Participation aux frais à l'entrée  
Nombre de places limité,  
réservation conseillée : [fd.aepp@orange.fr](mailto:fd.aepp@orange.fr)  
ou 06 71 04 91 17  
Stationnement au parking du cimetière des Côtes

**Contact** :  
Françoise David (présidente)  
☎ 06 71 04 91 17  
🌐 [notredamedesvignes.com](http://notredamedesvignes.com)

### LES AMIS DU CHÂTEAU

Participer à la restauration du patrimoine du château. Promouvoir les activités du Château de Sassenage et de son parc.  
Participer aux actions d'animation dans les domaines de la culture et du patrimoine.  
Organisation du Marché aux fleurs, dentelles et broderies dans la cour d'honneur du château, et des soirées musicales et théâtrales.

**Adhésion** : 22 €

**Contact** :  
Thérèse Fantini (présidente)  
☎ 07 87 68 85 69  
@ [contact@lesamisduchateaudesassenage.fr](mailto:contact@lesamisduchateaudesassenage.fr)  
🌐 [lesamisduchateaudesassenage.fr](http://lesamisduchateaudesassenage.fr)

## PHILATÉLIE

### SASSENAGE PHILATÉLIE

Echanges philatéliques.  
L'association a pour but de permettre la rencontre conviviale entre passionnés de timbres.  
Elle propose des conseils aux débutants.  
Elle met à la disposition de ses adhérents des moyens d'information (revues, livres, documentation...) ainsi que les catalogues des timbres du monde entier et du matériel pour des investigations plus poussées (lampes UV pour les papiers phosphorescents, signoscope pour repérer les filigranes...).

Il est possible, également, d'acquérir du matériel à prix réduit.  
Les échanges équitables sont privilégiés aux transactions financières.  
Certains membres du club ont des correspondants dans le monde entier, ressource inépuisable.

**Réunions** : 2<sup>ème</sup> et 4<sup>ème</sup> jeudis du mois, salle des Voûtes de la mairie de 17h à 19h.

### Calendrier :

- Année 2023 : 14 et 28 septembre, 12 et 26 octobre, 9 et 23 novembre, 14 décembre
- Année 2024 : 11 et 25 janvier, 22 février, 14 et 28 mars, 11 et 25 avril, 23 mai, 13 et 27 juin

### Tarifs :

- 20 € par an pour les adultes
- 10 € pour les mineurs

Pour répondre aux demandes des élèves ayant suivi les TAP Philatélie, des animations



sont prévues le samedi matin (Voûtes), une fois par mois de 9h30 à 11h30 :  
 les 16/9, 14/10, 18/11, 16/12 en 2023  
 les 13/1, 10/2, 16/3, 13/4, 25/5, 15/6 en 2024 (2 € la séance, timbres remis)

#### Contact :

Jacques Mathys (président)  
 ☎ 06 83 25 10 93  
 @ mathys.jacques@wanadoo.fr

## PHOTOGRAPHIE

### ATELIER PHOTO 360

L'atelier photographique propose aux amateurs photos de tous niveaux des réunions hebdomadaires (les mardis à 20h à Noyarey), au cours desquelles il apporte un œil critique sur les photos réalisées par les membres, et essaie de donner réponse aux problèmes techniques que chacun peut rencontrer.

Des sorties à thème sont régulièrement proposées.

L'AP360 participe à différents concours et en organise un avec l'aide du centre associatif Saint-Exupéry de Sassenage.

#### Contact :

Pascale Guesné (présidente)  
 ☎ 06 85 56 97 45

## POTERIE

### ART ET POTERIE DE MÉLUSINE

Poterie adultes

Notre association de poterie est un lieu d'expression et de création. Elle vous propose de manipuler la terre, de créer, de faire avec ses mains, pour le plaisir, aussi bien dans la réalisation d'objet utilitaire que dans le modelage.

Une approche de la matière et de ses spécificités vous permettra de choisir votre technique (colombins, plaques, sculpture) afin de réaliser une forme selon vos goûts et vos critères personnels.

Nous ne pratiquons pas le tour.

**Inscriptions** au Forum des loisirs et des activités associatives à la halle des sports Jeannie Longo de 10h à 16h le samedi 9 septembre, et le lundi 4 septembre 2023 à la salle de poterie du centre Saint-Exupéry de 14h à 17h.

Les ateliers se déroulent au centre associatif Saint-Exupéry dans une salle réservée à la poterie.

Les ateliers libres (après 2 ans de cours) reprennent le lundi 11 septembre 2023. Les cours pour de nouveaux adhérents auront lieu pour un minimum de 5 personnes.

#### Contact :

Françoise Fournel (présidente)  
 ☎ 04 76 43 71 46  
 @ jlfournel@wanadoo.fr  
 🌐 <http://artpoteriemelusine.over-blog.com>

## THÉÂTRE

### LA CITÉ - CENTRE D'INITIATION ET D'ÉCHANGE THÉÂTRAL

Besoin d'exprimer votre créativité, rire, échanger, découvrir ou se perfectionner, partager l'aventure de la création d'une pièce de théâtre jusqu'au jeu sur la scène du Théâtre en Rond et dans d'autres lieux culturels et insolites ?

Nos professeurs de théâtre vous attendent pour vous faire partager leur passion : de nombreux ateliers vous sont proposés cette année : ateliers enfants (dès 5 ans jusqu'à 12 ans), ateliers adolescents impro (13-16 ans), ateliers adultes: café-théâtre, écriture, théâtre d'intervention, commedia dell'arte et atelier débutants et confirmés.

Un projet intergénérationnel de théâtre de tréteaux verra également le jour autour de la légende de Mélusine.

Vous hésitez ? Deux cours d'essai vous permettront de vous décider sur l'atelier idéal.

#### Renseignements et inscriptions :

Mercredi 6 septembre de 14h à 18h et

# CULTURE

mardi 12 septembre de 18h à 20h,  
au centre associatif Saint-Exupéry (ensuite,  
dans la limite des places disponibles, sur  
rendez-vous pris par mail).

## Contacts :

Elodie Duval (directrice artistique )

☎ 06 08 87 71 10

@ Elodie.lacite1@gmail.com

@ contact.theatrelacite@gmail.com

## LES BLEUS DE SASSENAGE

Théâtre, initiation, jeu, mise en scène,  
décors, lumière, organisation : tout est  
possible !

La Compagnie Les Bleus de Sassenage est  
composée et animée uniquement par des  
amateurs bénévoles. Elle est ouverte à  
tous ceux qui sont motivés pour se lancer  
dans  
une aventure humaine et théâtrale.

Plus de 20 comédiens et comédiennes  
composent notre joyeuse troupe qui  
s'organise autour de deux à trois projets  
par saison selon les envies de chacun.

L'objectif est de permettre à tout le monde  
de se lancer, de travailler sérieusement et  
de progresser dans la bonne humeur et la  
bienveillance pour pouvoir présenter un  
travail de qualité.

Nous jouons dans de petites salles de  
l'agglomération, mais également au  
Théâtre en Rond de Sassenage.

Nous tenons à ce que chaque spectacle  
soit joué au moins 6 fois.

Les répétitions se déroulent en général de  
19h à 21h en semaine (le jour dépend du  
projet).

**Adhésion annuelle à l'association** : 60 €,  
30 € pour les enfants et étudiants.  
Tarif libre pour les représentations à partir  
de 5 €.

La modicité de nos tarifs s'explique  
par la gestion totalement bénévole de  
l'association et le souhait d'être accessible  
au plus grand nombre, spectateurs ou  
artistes.

## Contact :

Hervé Gardret (président)

☎ 07 83 56 01 54

@ sassenagelesbleus@gmail.com

🌐 <http://les-bleus-de-sassenage.blogspot.fr>

# ACTIFS ET SOLIDAIRES

## ANCIENS COMBATTANTS OU PATRIOTIQUES ET ASSIMILÉS

### FNACA - FÉDÉRATION NATIONALE DES ANCIENS COMBATTANTS EN ALGÉRIE, MAROC ET TUNISIE

Associations d'anciens combattants d'Algérie, de Tunisie et du Maroc regroupant tous ces anciens combattants pour l'obtention de leurs droits, pour commémorer les dates anniversaires de tous les conflits nationaux français, permettre aux adhérents de se rencontrer par le biais des festivités annuelles (fête des Rois, dîner dansant, sortie en car, diverses réunions dont l'assemblée générale en septembre, quatre réunions de secteur, un congrès départemental, un congrès national tous les deux ans, un conseil national tous les deux ans).

#### Contact :

Roger Roccaro  
☎ 04 76 27 20 62

### ANACR - ASSOCIATION NATIONALE DES ANCIENS COMBATTANTS DE LA RÉSISTANCE

L'ANACR regroupe les anciens combattants de la Résistance de toutes origines venant des divers mouvements de Résistance : 17 000 adhérents en France, 450 en Isère. La plus grande association de Résistance en France.

Ses buts :

- défendre les droits des anciens résistants,
- assurer la pérennité des idéaux défendus en 1940-1945,
- assurer l'information des nouvelles générations, lutter contre le racisme et toutes les formes de fascisme.

#### Contact : Yvette Ardito

☎ 06 30 11 86 62

## GROUPES SOCIAUX ET DE QUARTIER

### ASSOCIATION LES CÔTES DE SASSENAGE

Association de quartier.

Défense de notre cadre de vie, élaboration de nouveaux projets, de partage et de convivialité dans le quartier.

Des groupes de travail réfléchissent à des propositions en concertation avec la mairie, le SMTC, la Métro et d'autres structures sur les thèmes suivants : mobilité (transport bus, vélo, covoiturage, sécurité des arrêts, cheminement piéton et cycliste), carrière Vicat, aménagement local (parc, fibre optique), et animations diverses : pique-nique, carnaval, fête des lumières, fête de la musique, boîte à livres, balades historiques et botaniques...

**Tarif :** adhésion : 5 €

#### Contact :

Sébastien Depalma (président)  
☎ 06 61 38 59 84  
@ info@lescotesdesassenage.org  
🌐 www.lescotesdesassenage.org

### AUPEEMS – ASSOCIATION DES USAGERS ET PARENTS D'ÉLÈVES DE L'ÉCOLE DE MUSIQUE DE SASSENAGE

L'association, partenaire de la direction et des professeurs du conservatoire, apporte son soutien pour une pratique musicale de qualité dans la convivialité.

Elle propose, sur les conseils de la direction de l'école de musique, l'accès à tarif réduit à des spectacles musicaux donnés dans l'agglomération grenobloise, en plus du tarif accordé aux élèves du conservatoire.

Elle participe à l'achat de costumes, de matériels et/ou d'accessoires pour une pratique enrichie.

Notre objectif est d'accompagner les actions du conservatoire parce que l'accès à la culture musicale nous tient à cœur. Votre soutien est important. N'hésitez pas à adhérer à l'AUPEEMS pour votre enfant,

# ACTIFS ET SOLIDAIRES

et bien sûr vous pouvez nous rejoindre pour soutenir notre action.

## Contacts :

Françoise Comes et Marieke Richard

☎ 06 73 57 37 74

@ aupeems@gmail.com

## DON DU SANG

### AMICALE POUR LE DON DE SANG BÉNÉVOLES DE SASSENAGE

Vouloir le bien d'autrui est un acte généreux destiné à donner un espoir, une vie... Le don du sang est volontaire, bénévole et anonyme. L'Amicale est en partenariat avec l'EFS (Établissement Français du Sang).

L'EFS nous sollicite afin de renforcer leurs actions de promotion du don sur les collectes, mais aussi pour favoriser la venue des donateurs de sang sur les sites fixes. Sur la commune de Sassenage, il y a 4 collectes dans l'année. La crise sanitaire a fait que pour donner son sang, il faut s'inscrire sur <https://dondesang.efs.sante.fr/> afin de réduire l'attente.

Pour les donateurs spontanés, ils seront acceptés en fonction des créneaux disponibles.

L'association est présente dans différentes manifestations. Sollicitée par certaines associations ou événements Sassenageois, elle répond toujours présent.

Bienvenue aux futurs bénévoles.

## Contacts :

Ghislaine Gonsaud (présidente)

☎ 06 10 53 40 27

Cécile Coigné (vice-présidente)

☎ 06 08 48 55 36

@ adsb.sassenage@gmail.com

f Sassenage et ses donateurs de sang bénévoles

## FIN DE VIE

### ACSFS - ASSOCIATION CRÉMATISTE SASSENAGE, FONTAINE, SEYSSINET ET LES ENVIRONS

L'Association Crématiste de l'Isère (ACDI) succède à l'Association Crématiste Sassenage-Fontaine-Seyssinet (ACSFS) à la suite du regroupement de plusieurs associations crématistes de l'agglomération (secteurs de Saint-Egrève, Varcès et Vizille).

Membre de la Fédération française de crémentation (FFC), notre but est :

- de veiller à la liberté de choix du mode d'obsèques et au strict respect de la volonté du défunt
- de promouvoir et défendre la crémentation, pour rendre cette pratique la moins onéreuse possible dans le respect de l'environnement.

**Permanence** : le 1<sup>er</sup> mardi de chaque mois de 14 à 16h à la Maison des Associations, 22 rue des Alpes à Fontaine.

## Contact :

Claude Guzzi (président)

☎ 06 61 14 93 09

@ guzzi.claude@bbox.fr

### LE CHOIX - CITOYENS POUR UNE MORT CHOISIE

L'association Le Choix, dont nous sommes une des antennes départementales, a son siège à Paris et compte au niveau national 1500 adhérents et 150 en Isère.

Les objectifs de notre association :

Obtenir une loi permettant l'aide active à mourir.

## Nos activités :

- Réunions publiques d'informations où sont invitées des personnalités françaises ou étrangères.
- Permanence d'accueil chaque premier lundi du mois
- Réunion des adhérents chaque deuxième lundi du mois
- Participation aux forums des associations

**Contact :**

**Adresse postale :** Isère Le Choix, Maison des Associations, 6 rue Berthe de Boissieux, 38100 Grenoble

@ isere.lechoix@gmail.com

🌐 choisirmafindevie.org

**POMPIERS****AMICALE DES SAPEURS-POMPIERS DE FONTAINE/ SASSENAGE**

Association à but social concernant les sapeurs pompiers professionnels et volontaires, actifs et retraités de la caserne de Sassenage.

**Contact :**

Serge Glénat

☎ 06 87 40 45 88

@ amicalesassenage@gmail.com

**SENIORS****AMITIÉS NATURE SASSENAGE (ANS)**

Association tournée vers les seniors mais ouverte à tous.

Les rencontres se font à la salle « La Pyramide » les lundis et mercredis après-midi pour partager jeux de cartes, jeux de société ou tout simplement pour se rencontrer autour d'un goûter.

Nous nous retrouvons également :

- Un mercredi après-midi par mois pour un atelier créatif
- Un vendredi après-midi par mois pour une randonnée pédestre

Nous organisons régulièrement des concours de belote, loto, repas trimestriels, sorties à la journée et un voyage en septembre.

D'autres activités sont actuellement à l'étude pour dynamiser notre association.

**Tarif :** 22 € pour l'année.

**Contact :** Marie-Hélène Grenier

☎ 06 16 45 89 07

**CLUB TEMPS LIBRE**

Activités loisirs seniors

Rencontres amicales autour de jeux de cartes, coinche, tarot, scrabble, fête des anniversaires.

**Horaires :** mardi et jeudi de 14h à 18h à la salle Pyramide

**Contact :** Janine Vantajour (présidente)

☎ 04 76 27 33 03

**SOLIDARITÉ ET ENTRAIDE****AIDE ET ACTION EN ISÈRE**

Développement par l'éducation

Aide et Action en Isère est une association agréée par le ministère de l'Éducation nationale dont l'objet social est de faire progresser la cause de l'éducation pour tous en priorité l'éducation de base.

Ainsi nous pouvons intervenir dans le cadre de la vie scolaire :

- En primaire avec des parcours d'animation sur « l'eau ici et là-bas », un autre sur le droit des enfants (CM2 et collège), un 3<sup>ème</sup> sur le handicap et un 4<sup>ème</sup> sur le développement durable,
- Pour les collèges et lycées, nous faisons réfléchir les élèves sur l'éducation dans le monde avec des films de sensibilisation par exemple : sur le travail des enfants, l'éducation en Inde, la difficulté pour certaines filles d'aller à l'école...

Notre implantation dans 24 pays du monde permet aux professeurs de travailler sur des projets de correspondance ou de connaissance d'un pays. Bien sûr nous organisons des événements pour récolter des ressources affectées à des projets précis (ex : en juin 2015 pour le Népal). Le 3 juin 2015, 250 élèves de 5<sup>ème</sup> du collège Fleming se sont lancés un défi : courir pour l'éducation, pour 5 projets éducatifs dans le monde. En 2018, nous avons financé deux projets d'électrification pour deux écoles au Togo grâce un appel aux dons lancé lors du Forum 2018 de Sassenage.

Nous sommes bien sûr demandeurs de bénévoles sassenageois de tout âge pour accompagner nos différentes actions.

# ACTIFS ET SOLIDAIRES

## Contact :

Guy Venin

☎ 04 76 27 25 85 ou 06 82 69 75 25

@ guyvenin59@gmail.com

🌐 action-education.org

## BANQUE ALIMENTAIRE DE L'ISÈRE

Aide alimentaire aux plus démunis en partenariat avec les associations et CCAS, et lutte contre le gaspillage alimentaire.

**Siège social :** 4 rue de la Maladière

## Contact :

Françoise Dessertine (directrice)

☎ 04 76 85 92 50

@ ba380@banquealimentaire.org

🌐 www.ba38.banquealimentaire.org

## BOURSES À GOGO

Bourse printemps été : vêtements adulte et enfant, chaussures, sacs en bon état

Bourse automne hiver : vêtements adulte et enfants, chaussures, sacs en bon état.

Bourse aux jouets, Vide grenier, Ventes à thème.

## Contact :

Catherine Filippi (présidente)

☎ 06 03 07 20 13

@ catherine.filippi@sfr.fr

## CHARGE - ENFANT SOLEIL

Soutien des jeunes adultes et parents d'enfants atteints du syndrome CHARGE.

**Tarif :** adhésion annuelle 35 € et dons libres.

## Siège social :

5, avenue des Buissières  
38360 Sassenage

## Contact :

Nathalie Morand (présidente)

☎ 06 86 41 41 16

@ assocharge@gmail.com

🌐 http://associationcharge.fr/

## COMMUNAUTÉ EMMAÛS GRENOBLE

- Les compagnes et compagnons sont accompagnés dans leurs démarches et participent aux activités solidaires de la communauté.
- Les dons se font directement sur notre site et des collectes gratuites (sur rendez-vous) sont organisées (particuliers et entreprises).
- La boutique de seconde main propose des livres, CD, DVD, vinyles, du mobilier, de l'électroménager reconditionné et une friperie.
- Actions solidaires au niveau local, national et international.

## Horaires d'ouverture :

- Pour le dépôt des dons, du mardi au samedi de 8h à 12h et de 13h30 à 17h30
- Pour l'espace de vente, du mardi au samedi de 13h30 à 17h30, et les mercredis et samedis de 10h à 12h.

## Contact :

☎ 04 76 27 03 04

@ grenoble.emmaus@orange.fr

🌐 emmaus-grenoble.org

## HEAL - HARMONIE ENFANCE AIDE PAR LE MULTI LOISIRS

Mise en commun de moyens pour promouvoir la réalisation d'activités culturelles ou sportives et financement de projets humanitaires par la collecte de fonds pour soutenir spécialement l'action de ceux qui, au quotidien dans des associations humanitaires et caritatives reconnues, aident en milieu hospitalier ou par la recherche, les enfants qui en ont besoin.

- Culturel : élaboration d'objets artisanaux de décoration, matériaux

nobles et transformables. Diffusion ou vente. Animation ateliers enfants.

- Sportif : promotion d'activités physiques et sportives organisées par des associations humanitaires ou d'utilité publique.

**Contact :**  
Gabriel Cartier Million  
☎ 09 52 10 50 15  
@ campanais@free.fr



# NATURE ET BIEN-ÊTRE

## AMAP

### LES CUVES D'ABONDANCE (AMAP DE SASSENAGE)

L'association a pour but de mettre en relation des producteurs et productrices de proximité travaillant en agriculture biologique et des consommateurs en vue de la livraison de paniers hebdomadaires. Actuellement, nous travaillons avec plusieurs producteurs : légumes, farine, fromages de chèvre, viande, fruits d'été, bière, tous en provenance de circuits courts. Notre association a aussi une dimension de solidarité avec nos producteurs et productrices, de promotion d'une agriculture durable, et d'action pour une consommation citoyenne.

Régulièrement des animations et visites ont lieu sur les diverses exploitations, et nous sommes également présents à la Fête de la Nature.

Les livraisons ont lieu chaque jeudi de 18h30 à 19h30 à la salle Moucherotte, au centre technique municipal, rue Pierre de Coubertin.

**Adhésion 2023 : 22 €**

Les différents tarifs des paniers livrés dépendent de leur taille et de leur contenu.

#### Contact :

Sandrine Chapon (présidente)

@ amapsassenage@gmail.com

http://amapsassenage.jimdo.com

## ANIMAUX

### MI CHIEN MI LOUP

Association de protection animale travaillant uniquement en éducation bienveillante et à jour des connaissances scientifiques actuelles.

Nous avons vocation à recueillir essentiellement des chiens issus d'abandons, divagations ou maltraitements, les évaluer en famille d'accueil avec l'aide de professionnels reconnus pour leurs compétences en éthologie.

Par suite, ceux-ci sont replacés dans une famille qui leur correspond.

Nous vous conseillons et orientons si besoin en éducation et rééducation canine afin d'éviter un abandon.

**Contact :** Raphaële Guidet (présidente)

@ michienmiloup@gmail.com

### OISEAU CLUB DAUPHINOIS

Association d'éleveurs amateurs d'oiseaux de cages et de volières. L'association regroupe des passionnés par le monde de l'ornithologie et de l'élevage. Nous voulons partager et transmettre notre passion aux personnes possédant ou désirant posséder des oiseaux. Les adhérents se regroupent une fois par mois pour discuter et échanger. Réunion mensuelle, le premier lundi de chaque mois (sauf exception nous contacter par mail) à 20h à la Maison des clubs.

Nous organisons notre grande exposition bourse aux oiseaux annuelle au gymnase des Pies, le 15 octobre. Entrée 2 € pour les adultes, gratuit pour les moins de 12 ans.

**Tarifs :** adhésion 40 € la première année et 30 € les années suivantes.

#### Contact :

@ ocd38.isere@gmail.com

## ENVIRONNEMENT/DÉVELOPPEMENT DURABLE

### ATESS - ASSOCIATION POUR UNE TRANSITION ÉCOLOGIQUE ET SOLIDAIRE À SASSENAGE

ATESS a pour objet d'étendre la réflexion écologique à un large public et de contribuer à la promotion de la transition écologique, solidaire et démocratique sur le territoire communal et métropolitain. Pour cela, elle propose de réfléchir, informer, débattre, proposer et mettre en œuvre diverses actions



à destination de la population et des pouvoirs publics pour engager ce processus de transition.

**Adhésion** : 10 €

**Contact** : François Allet (président)

☎ 06 43 17 09 69

@ atess38360@gmail.com

🌐 atess-sassenage.org

📍 Atess38360

## ENS - ENVIRONNEMENT ET NATURE

### À SASSENAGE

La Nature vous intéresse ? Contactez-nous ! Vous découvrirez des trésors tout près de chez vous.

Depuis plus de 20 ans, l'association a une vocation d'intérêt général de protection de l'environnement. Cette association loi 1901 porte des projets dans le but de sensibiliser à l'écologie. Elle a vocation à sensibiliser les habitants et les enfants en lien avec les écoles, aux problèmes environnementaux et intervient auprès des autorités compétentes en partenariat avec d'autres associations environnementales (FNE, LPO).

Nos engagements :

- Protection et mise en valeur du patrimoine naturel de Sassenage,
- Suivi des projets d'aménagement de notre territoire,
- Participation constructive pour accompagner les décideurs.

Nos actions :

- relais de l'information sur les thèmes de la protection de la nature et du développement durable
- aide aux projets pédagogiques scolaires liés à la nature et l'environnement,
- veille écologique en général et suivi des projets d'aménagements communaux
- aide à la mise en place du compostage individuel, partagé et valorisation du jardinage biologique
- sortie oiseaux autour du Furon, sortie

fleurs sauvages de ma rue

- animations : soirées et sorties à thèmes, visites de lieux spécifiques...

Siège de l'association et permanences : au centre associatif Saint-Exupéry.

**Contact** : Audrey Guéry (présidente)

☎ 06 85 10 63 01

@ secretariat.ens.38360@gmail.com

🌐 https://blogensite.wordpress.com/

## MYCOLOGIE

### SOCIÉTÉ MYCOLOGIQUE DE SASSENAGE

Connaissance des champignons  
Détermination tous les soirs de 19h à 20h sur rendez-vous au 2 rue du Mail (06 78 59 02 90). Seront reçues toutes les personnes, adhérentes ou non à l'association, qui ont des doutes sur leurs cueillettes.

Sorties mycologiques et botaniques tous les samedis matins de mars à début novembre, sauf jours fériés. Rendez-vous à 7h50 sur le parking de l'école Vercors de Sassenage pour un départ à 8h.

Possibilité pour les adhérents de se servir du matériel et d'emprunter les livres et documents de l'association.

**Tarifs** : • 20 € personne seule

• 25 € couple

• Gratuit pour les enfants

**Contacts** :

Jean-Marc Buquet (président)

☎ 04 76 43 39 56

Michel Barrionuevo (vice-président)

☎ 06 28 07 44 19

@ bureau-myc@sassenage.net

🌐 champignons-sassenage.blogspot.com

## PRODUITS DU TERROIR

### CONFRÉRIE DU BLEU DU VERCORS-SASSENAGE

Promotion du Bleu du Vercors-Sassenage

# NATURE ET BIEN-ÊTRE

Produit dès le 14<sup>ème</sup> siècle par les paysans du plateau du Vercors Le Bleu du Vercors-Sassenage sert à cette époque à payer le « fermage ». Le loyer versé sous forme de produit, au baron du même nom. Libéral, celui-ci autorise dès 1338, la vente du fromage qui acquiert rapidement ses lettres de noblesse.

Le Bleu du Vercors-Sassenage faillit bien tomber en désuétude au début du 20<sup>ème</sup> siècle. Heureusement, plusieurs laitiers amoureux de leur terroir décidèrent de lancer une fabrication industrielle.

Un résultat applaudi par la Confrérie du Bleu Vercors-Sassenage qui soutient depuis 1988, la grande Fête des fromages et produits du terroir. En outre, elle organise des « Chapitres », repas gastronomiques lors desquels il est juré fidélité à notre Bleu.

Ce qui nous rapproche ?

L'esprit associatif, l'esprit de promotion et surtout l'esprit festif.

## Contacts :

Carole Kwiatkowski (secrétaire)

☎ 09 50 65 15 50 ou 06 72 91 65 11

Philippe Thiault (président)

☎ 06 76 32 16 16

© confrerie.bleu.vercors.sassenage@orange.fr

## SANTÉ / BIEN-ÊTRE

### 38 BIEN-ÊTRE PAR LE MOUVEMENT

Gym, pilâtes, relaxation, méditation guidée  
Salle de danse, halle Jeannie Longo ou Dojo  
gymnase des Pies.

## Activités :

- Lundi de 12h15 à 13h15 à la salle de Danse de la Halle Jeannie Longo cours de Relaxation Eutonie.
  - Mercredi de 12h30 à 13h30 au Dojo du Gymnase des Pies cours de Gym Pilâtes & Relaxation.
  - Samedi de 8h45 à 9h30 au Dojo du Gymnase des Pies cours de Gym Pilâtes.
  - Samedi de 9h30 à 10h30 au Dojo du Gymnase des Pies cours de Relaxation Eutonie.
  - Jeudi 1 fois par mois de 19h15 à 20h30 Cours Débutant de Méditation Guidée (lieu à déterminer).
  - Jeudi 1 fois par mois de 19h15 à 20h30 Cours Confirmé de Méditation Guidée (lieu à déterminer).
- Les cours sont donnés par Mme Christine Ovise ☎ 06 72 79 85 13

**Contact :** Ovise Thierry (président)

☎ 06 80 52 62 02

@ bienetreparlemouvement38@gmail.com

🌐 <https://38bienetreparlemouvement.fr>

## INSTANT T À SASSENAGE

Qi Gong, Qi Danse, Méthode X PEO,  
Reprogrammation Neuro-Posturale

## Activités :

- Le Qi Gong (Qi énergie, souffle ; GONG travail) permet à chacun de se reconnecter avec son être profond et déployer son potentiel. Harmoniser l'être par l'interaction des 3 niveaux : Corps cœur esprit.
- Le Qi Danse développe la conscience du corps et révèle l'âme créatrice.
- Ateliers Thématiques : Diététique. Feng shui. Gestion du stress.
- La méthode XPEO permet d'améliorer vos gestes du quotidien, de vous renforcer mentalement et physiquement en utilisant l'énergie interne (Qi) et de l'intention (Yi).
- La RNP/réflexes archaïques permet de reprogrammer votre système nerveux afin de régler des problèmes : posturaux, émotionnels, cognitifs, vestibulaires, physiques, anxiétés, phobies...

Où : Salle des Engenières à Sassenage de septembre à juin, hors vacances scolaires.

• Lundi :

de 18h30 à 19h30 : Qi Gong ou ateliers thématiques (voir planning)

de 19h30 à 21h30 : Bilan RNP (Neuro et Réflexes Archaïques)

• Mardi :

de 19h à 20h : Qi Gong

de 20h à 21h : Qi Danse

• Jeudi : de 19h30 à 20h45 : Méthode XPEO

**Tarifs** : Adhésion obligatoire : 10 €

1 Activité/semaine: 210 € /année ou 75 € / trimestre

2 Activités/semaine: 320 € /année ou 135 € /trimestre

Bilan RNP : 35 € le bilan d'1h / 20 € le suivi de 30 minutes

### Contact :

Christine Odos (Présidente Association)

QiGong/Danse/Ateliers

☎ 06 65 18 11 28

@ souffledefemmes38@gmail.com

f « Instant T souffle de femmes »

Philippe Accomo (intervenant) - XPEO et RNP

☎ 06 70 03 35 97

@ naturoneuro@gmail.com

🌐 <https://naturoneuro.wixsite.com/naturoneuro>

### INSTANT ZEN

Sophrologie, préparation mentale pour les sportifs, préparation aux examens pour les jeunes et les adultes, PBA (Psycho Bio Acupressure), massages holistiques (non thérapeutiques), Reiki, massages assis (non thérapeutique). Instant Zen vous propose : des séances collectives de sophrologie. La sophrologie nous aide à développer notre confiance en nous, à gérer le stress, nos émotions, à renforcer notre mémoire et développer notre concentration. De la préparation mentale pour les sportifs en club. Sport individuel en général (tennis, golf). De la préparation aux examens pour les collégiens, lycéens au sein des établissements scolaires. Pour les étudiants et adultes, possibilité soit en individuel

soit en groupe. De la PBA (Psycho Bio Acupressure) pour ôter tous les blocages et les énergies négatives. Des massages holistiques pour se détendre. Des soins en Reiki pour retrouver la sérénité Les trois derniers sont individuels et proposés sur RDV au domicile des personnes. Les massages assis sont proposés dans les comités d'entreprise. Les séances de sophrologie ont lieu le jeudi de 18h30 à 19h45 à la salle des Engenières. Je serai présente au forum des associations le 9 septembre pour répondre à toutes vos questions.

**Adhésion** : 15 €

**Adhésion au trimestre** : 100 € (10 séances)

**Contact** : Geneviève Simon

☎ 06 77 18 66 56

@ simon.genevieve38@gmail.com

### SASS'UNI FACE À LA MALADIE

Association caritative

Organisation de différentes manifestations en vue de récolter des fonds pour les différentes maladies. Organisation du Téléthon.

**Contact** : Virginie Triboulat (présidente)

@ sassuni38@outlook.fr



[www.sassenage.fr](http://www.sassenage.fr)