



Guide des loisirs et des activités associatives

2026 - 2027



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 !*

Retrouvez-nous en ligne !



Mairie de Sassenage

1, place de la Libération
BP 31 - 38360 Sassenage
04 76 27 48 63

mairie@sassenage.fr
www.sassenage.fr

Édito



À Sassenage, le dynamisme associatif n'est pas une promesse : c'est une réalité quotidienne. Sport, culture, solidarité, bien-être... notre commune offre une diversité d'activités exceptionnelle, accessible à tous les âges et à tous les parcours de vie.

Cette richesse repose sur un engagement collectif remarquable : celui des bénévoles, des dirigeants associatifs et de tous ceux qui font vivre, au quotidien, ce tissu local précieux. La qualité des activités proposées témoigne de leur exigence, de leur passion et de leur volonté de transmettre. La mairie joue pleinement son

rôle de partenaire. Par un soutien financier constant, mais aussi par un accompagnement concret : mise à disposition d'équipements, entretien d'infrastructures de qualité, tarification adaptée, dispositifs d'aide comme le Pass'sport Culture... tout est mis en œuvre pour faciliter l'accès du plus grand nombre.

Ce guide est un formidable levier de rencontres et de cohésion entre les habitants. C'est une sorte d'invitation à découvrir, à essayer, à s'engager. Derrière chaque activité, il y a une rencontre, une expérience, une opportunité de s'épanouir.

En 2026 plus que jamais, faisons vivre ensemble cette énergie collective qui fait de Sassenage une ville active, solidaire et profondément vivante.



Aldo GRILLO

Conseiller délégué
à la vie associative



Sassenage

Un choix de vie

Sommaire

| | |
|---------------------------------------|-------|
| Ludothèque Au cœur du jeu | 6 |
| Médiathèque l'Ellipse..... | 7 |
| CRC 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 | 14-15 |

Index des associations (par ordre alphabétique)

| | |
|---|----|
| Académie de danse « Corps et Graphie » | 30 |
| ACCA la Saint-Hubert | 18 |
| AC Sassenage | 17 |
| Ademus | 44 |
| Aide et Action en Isère | 40 |
| Amicale Boule de Sassenage | 18 |
| Amicale pour le don de sang Bénévoles de Sassenage | 39 |
| Amicale des Sapeurs-Pompiers de Fontaine / Sassenage | 40 |
| Amitiés Nature Sassenage (ANS) | 40 |
| ANACR - Association Nationale des Anciens Combattants de la Résistance | 38 |
| Anandaya | 36 |
| Art et poterie de Mélusine..... | 35 |
| Association Les Côtes de Sassenage | 38 |
| Association Franco-Italienne Sassenageoise (AFIS)..... | 31 |
| Association pour la Sauvegarde et l'Animation de l'Église Notre-Dame des Vignes..... | 34 |
| Association Sport Santé Sassenage (A3S) | 22 |
| Association sportive du collège Fleming | 22 |
| Association sportive du lycée technique Roger Deschaux..... | 23 |
| Atelier Photo 360 | 35 |
| Atess – Association pour une transition écologique et solidaire à Sassenage | 43 |
| AUPEEMS – Association des Usagers et Parents d'Élèves de l'École de Musique de Sassenage | 38 |
| Aviron Club de Sassenage | 17 |
| Basket - USS Basket | 18 |
| Banque alimentaire de l'Isère | 40 |
| Bien être par le mouvement | 22 |
| Bourses à gogo | 41 |
| Caméra aventure | 30 |

| | | | |
|---|----|--|----|
| CHARGE – Enfant soleil | 41 | Les Bleus de Sassenage (théâtre) | 36 |
| Chevauch'Even (équitation) | 19 | Les chœurs de Sassenage | 30 |
| Club montagnard sassenageois..... | 22 | Les cuves d'abondance (Amap de Sassenage)..... | 43 |
| Club natation Sassenage | 23 | Les Lionceaux de Sassenage (roller hockey)..... | 25 |
| Club Sassenage Plongée | 25 | Les serres de Cassanos | 19 |
| Club Temps Libre | 40 | Made In English | 32 |
| Collectif PArtefact | 33 | Méthode Hugo Tronche..... | 24 |
| Comité de jumelage de Sassenage | 32 | OPEX 38 | 17 |
| Communauté Emmaüs Grenoble | 41 | Oiseau Club Dauphinois | 43 |
| Confrérie du Bleu du Vercors-Sassenage | 45 | Orchestre Festif Le Fêt'Art des Cuves de Sassenage | 33 |
| Cyclos de Sassenage (USSCT) | 27 | Orchestre d'Harmonie l'Écho des Cuves de Sassenage | 34 |
| École de rugby Fontaine/Sassenage | 26 | Pêche de l'Ovalie..... | 24 |
| ENS – Environnement et Nature à Sassenage | 43 | Pétanque Loisir Sassenage | 24 |
| Fontaine Escrime (AS)..... | 19 | Qi-Gong Sassenage..... | 25 |
| FNACA – Fédération Nationale des Anciens Combattants en Algérie, Maroc et Tunisie..... | 38 | Rando, Marches, Aventures..... | 22 |
| Football – USS Football | 20 | Rigodons et Traditions | 31 |
| Grenoble Alps MTB | 28 | Roule Simone | 28 |
| Grimaldi Danse Club Sassenage..... | 30 | Sassenage Badminton Club | 18 |
| Groupe italienisant de Sassenage | 32 | Sassenage English Friendship | 32 |
| Gymnastique Volontaire Sassenage | 23 | Sassenage Marche Nordique | 21 |
| Hype In Style | 31 | Sassenage Philatélie..... | 34 |
| In Your Brass | 33 | Sass'uni face à la maladie..... | 41 |
| Instant T Souffle de femmes..... | 45 | Société mycologique de Sassenage..... | 44 |
| Instant Zen Sophrologie | 45 | Tennis Club de Sassenage | 26 |
| Judo club Sassenage | 20 | USS – Tennis de table | 26 |
| Karaté Club Sassenage..... | 20 | Twirling bâton « Les Mélusines de Sassenage » | 27 |
| Keep Cool Fitness de Sassenage..... | 20 | Volley-ball – ASSV | 27 |
| La Cité - Centre d'Initiation et d'Échange Théâtral | 35 | | |
| Lai-Muoi Sassenage | 21 | | |
| La Reine Blanche de Sassenage (échecs)..... | 18 | | |
| La truite de Sassenage..... | 24 | | |
| Le choix – Citoyens pour une mort choisie..... | 39 | | |
| Les Amis du Château | 34 | | |
| Les Archers de l'Ovalie | 27 | | |



Ludothèque Au cœur du jeu



La ludothèque **Au cœur du jeu** 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) et des soirées jeux ados (dès 11 ans).

Prêt de jeux et jeux sur place

Période scolaire :

- Lundi de 9h à 11h30
- Mardi de 15h30 à 18h
- Mercredi de 9h à 12h 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 12h et de 14h à 17h
- Jeudi de 14h à 17h
- Vendredi de 9h à 11h30

Grandes vacances :

- Mardi de 14h à 17h
- Mercredi de 9h à 12h et de 14h à 17h
- 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 Au cœur du jeu

5, rue des Blondes

04 76 26 85 89

ludotheque@sassenage.fr

Médiathèque l'Ellipse



Ouverte à tous, la **Médiathèque l'Ellipse** foisonne de livres, CD, DVD, revues et partitions. Des collections pour tous les âges, pour tous les goûts. L'équipe vous offre au quotidien des conseils et un accompagnement afin que la médiathèque soit un lieu d'échanges et de découvertes !

Venez profiter de nos services :

- Un programme d'animations variées pour tous les publics.
- Des lecteurs DVD et CD à emprunter ainsi que des liseuses !
- Des nouveaux documents achetés tout au long de l'année.
- Une nouvelle collection de livres audio.
- Un espace numérique.
- Un accès à des ressources numériques 24h/24 (via la Numothèque).

Conditions de prêt (pour 3 semaines) :

- 10 livres
- 10 CD
- 5 DVD
- 5 livres-disques
- 5 revues
- 5 partitions
- 2 livres audio
- 1 lecteur CD ou DVD
- 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 19h
- Jeudi de 15h à 18h
- Vendredi de 15h à 18h
- Samedi* de 10h à 12h30 *

* Pas d'ouverture les samedis des semaines de vacances scolaires.

Médiathèque l'Ellipse

5, rue des Blondes

04 76 85 95 55

ellipse-mediathèque@sassenage.fr

www.mediathèque.sassenage.fr



Sassenage

Un choix de vie

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 27 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^{er} et 2^{ème} cycle (à partir de 7 ans), formation musicale adolescents (hors cursus), formation musicale adultes.
- **Instruments à vent** : flûte à bec, flûte traversière, hautbois, clarinette, trompette, saxophone.

- **Instruments à cordes** : violon, alto, violoncelle, viole de gambe, harpe, guitare, contrebasse.
- **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** : Petit Orchestre cycle 1, Orchestre cycle 2-3, « La Bulle » Chorale Enfants (à partir de 6 ans), ensemble vocal adulte, ensemble vocal ados, ensembles de guitares, ensembles à cordes, ensembles 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'Écho 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

Inscriptions pour les nouveaux élèves à partir du mardi 25 août 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 est un espace de loisirs et de détente qui vous accueille tout au long de l'année.

Les Sassenageois doivent présenter la carte piscine (à établir directement à l'entrée). Pour l'obtenir, se munir d'une carte d'identité et d'un justificatif de domicile de moins de 3 mois.

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.

Infos pratiques

- Les enfants de moins de 11 ans doivent être accompagnés et surveillés par un adulte en tenue de bain.
- Le bonnet de bain est obligatoire (en vente à la caisse).
- Le caleçon de bain est interdit ainsi que toute tenue couvrant les bras, les jambes et les cuisses.
- Jupes et paréos sont également interdits.
- Aucun prêt de bonnet et de matériel.
- Pour les activités tennis de table, venir avec son propre matériel.
- Pique-nique sur la pelouse autorisé .

Horaires périodes scolaires :

- Lundi, mardi et jeudi de 12h à 14h
- Mercredi de 12h à 16h30
- Vendredi de 12h à 14h et de 18h à 20h30
- Samedi de 14h30 à 17h
- Dimanche : piscine fermée

Concernant les ouvertures/fermetures de l'équipement les jours fériés, merci de contacter en amont le Service des Sports qui pourra vous renseigner (04 76 27 85 27) et vous éviter de vous déplacer en cas de fermeture.

Piscine municipale

4, rue du 8 mai 1945
04 76 27 49 83



Sassenage

Un choix de vie

Service des sports



Le service des sports a pour mission de mettre en œuvre la politique sportive de la Ville, d'encourager et de promouvoir la pratique sportive locale, de développer son accès à tous, et de gérer toutes les activités et les équipements liés au secteur sportif.

Il est également à l'écoute des projets des associations sportives et des sportifs sassenageois, et œuvre à faire de Sassenage une « Ville sport ».

Accueil du public :

- Lundi, mardi et jeudi de 8h30 à 12h et de 14h à 17h30
- Mercredi de 8h30 à 12h et de 14h à 18h
- Vendredi de 8h30 à 12h et de 14h à 17h

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 a également permis 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 renouvelée en 2025, et confirme la position de Sassenage comme acteur sportif déterminant.

Service des sports

Centre associatif Saint-Exupéry
 4 bis, square de la Libération
 04 76 27 85 27
sports@sassenage.fr

Stades et terrains

Équipements sportifs communaux et intercommunaux :

Halle des sports Jeannie Longo

4 bis, rue Pierre de Coubertin 0476276788

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 0476277935

Gymnase Fleming

Temporairement fermé

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 0476266471

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

4, rue du 8 mai 1945 0476270735 (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, 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). Un code couleur a été établi avec un temps de passage à certaines balises :
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.

Pumptrack Le Sass'track

Un circuit destiné aux amateurs de glisse urbaine, composé de deux pistes classées selon leur niveau de difficulté.

Le parc Mobi'ludique

Conçu pour l'apprentissage du vélo, il se divise en deux zones :

- Zone «Débrouille» : marquages colorés pour apprendre les bases du vélo (démarrer, freiner, s'arrêter).
- Zone «Vadrouille» : intègre des routes, panneaux et passages piétons pour sensibiliser au code de la route.

Le Pumptrack et le Mobi'ludique sont ouverts au public tous les jours de 8h à 22h. L'utilisation du site est strictement interdite entre 22h et 8h. L'accès à cet espace se fait côté parking de la Halle Jeannie Longo, via le portillon d'entrée.



Sassenage

Un choix de vie

Grotte les Cuves



La **Grotte les Cuves de Sassenage** doit son nom aux deux Cuves, aussi appelées « marmites 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...

La Grotte les Cuves de Sassenage se découvre entre visites guidées (durée environ 1 h) et animations thématiques* (ouverture de juin à octobre). Prévoir environ 20 minutes de montée pour accéder à l'entrée de la grotte.

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 (juillet et août).

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

Spécial Halloween : pendant 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 à 10 ans accompagnés d'un adulte (sur réservation et sous réserve de disponibilité du site).

Découvrez l'Accrogrotte® des Cuves de Sassenage, une activité souterraine unique. Ce parcours original mêle spéléologie, via ferrata et parcours aventure dans un cadre exceptionnel. Équipé d'un casque, d'une lampe frontale et d'un baudrier, vous explorerez des galeries naturelles formées par la rivière Le Germe, en traversant ponts de singe et passerelles. Parfait pour une sortie en famille, entre amis, ou pour un EVG/EVJF, l'Accrogrotte® est accessible dès 8 ans et garantit une immersion totale en toute sécurité.

Grotte les Cuves de Sassenage

04 76 27 55 37

grotte@sassenage.fr

<https://grotte.sassenage.fr>

Théâtre en Rond



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

Retrouvez l'ensemble de la programmation culturelle et toutes les informations pratiques sur le site du Théâtre en Rond :

<https://theatreenrond.sassenage.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, téléphone, 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 Billel (Fnac), 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

<https://theatreenrond.sassenage.fr>



Sassenage

Un choix de vie

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.

Pour le grand public

Le centre associatif Saint-Exupéry propose un large éventail d'activités pour tous les âges et tous les goûts.

Activités physiques

Fitness tous niveaux : cours collectifs en musique permettant d'améliorer sa condition physique dans un souci de bien-être.

Pilates : différents niveaux proposés (débutants, intermédiaires, confirmés).

Zumba : cours dynamiques en musique.

Activités culturelles

Dessin enfants : apprentissage des notions de base de l'art plastique pour les 7-18 ans.

Ateliers créatifs enfants : pour les 7-18 ans.

Les inscriptions débutent dès le **lundi 24 août 2026** au Centre associatif Saint-Exupéry.

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 dérouleront du **lundi 14 septembre 2026** au **samedi 26 juin 2027**, 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).

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 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.

L'interlocuteur privilégié des associations

Le Centre associatif Saint-Exupéry est **LA PORTE D'ENTRÉE** pour toutes les associations sassenageoises. Il centralise vos demandes et assure le lien avec les différents services de la mairie. Il aide à l'organisation de nombreux

événements tout au long de l'année et propose un accompagnement personnalisé pour vos projets :

- Une aide à l'organisation d'animations et de festivités
- Un soutien logistique pour vos manifestations
- Un accompagnement technique et communicationnel

Des outils à votre disposition toute l'année

Rendez-vous sur le site de la Ville, rubrique :

Mes loisirs > Vie associative > En aide aux associations



Vous y trouverez :

- Démarches pour déclarer une association
- Dossiers de demandes de subventions
- Outils de communication (logo, formulaires, supports)
- Un agenda en ligne pour publier vos événements sur le site de la Ville
- Un annuaire des associations pour augmenter votre visibilité auprès du public

Le Pass'Sport Culture

Le Pass'Sport Culture est un dispositif permettant d'aider les enfants à accéder plus facilement à des activités sportives ou culturelles proposées par les associations sassenageoises.

Depuis l'année 2000, la Ville propose le Pass'Sport Culture à destination des petits sassenageois fréquentant les groupes scolaires maternels et élémentaires (âgés de moins de 10 ans).

Pour toute nouvelle adhésion dans une association, une aide financière est accordée* à l'adhérent, qui verra ainsi le montant de son inscription réduit. 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.

*Le montant de l'aide est revu chaque année. Celui-ci est généralement communiqué à la fin de l'été, en prévision du forum des associations et des inscriptions annuelles. L'aide est accordée en totalité si le montant de

l'adhésion est supérieur ou égal au montant fixé, ou égal au montant de l'adhésion dans le cas contraire.

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.

3 façons simples de réserver :

- Par téléphone
- Par mail
- Sur place
- Via l'application mobile Mon Sassenage

À noter : pour les réunions et AG, réservation minimum 15 jours à l'avance.

Horaires d'accueil du public et inscriptions aux activités :

- Lundi, mardi et jeudi : 8h30 à 12h et 14h à 17h30
- Mercredi : 8h30 à 12h et 14h à 18h
- Vendredi : 8h30 à 12h et 14h à 17h
(sauf pendant les vacances scolaires)

Centre associatif Saint-Exupéry

4 bis, square de la Libération

04 76 26 50 99

centre-saintexupery@sassenage.fr



Sassenage

Un choix de vie

Sports

*De l'adrénaline des sports collectifs
à la précision des disciplines
individuelles*



Airsoft

OPEX 38

L'airsoft est bien plus qu'un jeu. C'est une discipline qui allie esprit d'équipe, dépassement de soi et respect des autres. L'association propose des parties exclusivement en extérieur, sur son terrain privé, avec des scénarios variés qui permettent aux joueurs de développer leurs réflexes, leur stratégie et leur capacité d'adaptation.

Dans un souci de respect de la nature, seules des billes biodégradables sont utilisées.

L'encadrement garantit une pratique sécurisée et accessible à tous.

Avec une section jeune de 12 à 18 ans et une section adulte à partir de 18 ans, c'est la seule association locale à offrir cette diversité.

Un sport mixte où chacun peut s'investir et partager une passion commune.

Contact :

☎ 06 01 97 39 03

@ opex38airsoft@gmail.com

Athlétisme

AC Sassenage (ACS)

Le club d'athlétisme de Sassenage accompagne petits et grands dans leur progression sportive avec une approche adaptée à chaque âge.

Pour les enfants : l'École d'Athlé initie les 6-8 ans aux fondamentaux (courir, sauter, lancer) de façon ludique. Les 9-10 ans affinent leurs techniques et découvrent la compétition. Les 11-14 ans explorent le trail avec ses spécificités de course tout terrain et techniques de dénivelé.

Pour les adultes, une offre diversifiée répond à tous les objectifs : séances de fractionné pour la performance encadrées par un coach sportif, sorties en groupes de niveau pour le plaisir de courir ensemble, et formations techniques trail pour les passionnés de nature.

Possibilité de participer à une séance de trail mensuelle en pleine nature encadrée par un coach.

Contact :

☎ 06 79 95 53 81

🌐 acsassenage38.wixsite.com/website-1

Aviron

Aviron Club de Sassenage

Situé sur la rive gauche de l'Isère, juste en amont du barrage de Saint-Égrève, le club est ouvert toute l'année. Vous pouvez pratiquer l'aviron en initiation, en loisir et lors de randonnées.

Le ponton est installé sur la rive gauche de l'Isère à 400 m environ du barrage.

Initiation les dimanches matin de 9h30 à 12h.

Contact :

☎ 06 71 39 77 59

@ avironsassenage@laposte.net

🌐 <https://avironsassenage.wixsite.com/acsi>

f [Avironclubsassenage](#)



Badminton

Sassenage Badminton Club

Envie de découvrir un nouveau sport ? Que vous souhaitiez faire du badminton votre loisir, ou viser les compétitions pour devenir le prochain champion de l'Isère, rejoignez-nous !

Comme des millions de passionnés dans le monde, plongez dans l'univers du badminton avec le SBC.

Partagez des moments sur les courts en double ou en double mixte, repoussez vos limites en simple, et vivez des instants de convivialité lors de nos événements internes ou en tournois.

Depuis plus de 25 ans, notre club propose un cadre chaleureux et inclusif.

Contact :

@ secretaire@sassenage-badminton.fr

www.sassenage-badminton.fr

Halle des Sports Jeannie Longo
Gymnase Aristide Bergès

Basket

USS Basket

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

Contact :

☎ 07 86 99 11 19

@ kikifavilaura13@gmail.com

www.ussb.fr

Halle des Sports Jeannie Longo

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.

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

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

Contact :

☎ 09 83 58 67 72

@ amicaleboulesassenage@laposte.net

📍 Clos Vaussenat (parc Sasso Marconi)

Chasse

ACCA La Saint-Hubert

Chasse (loisir)

Gestion du cheptel sauvage susceptible d'être chassé pour maintenir la population animale à un niveau optimum tant en nombre qu'en qualité en fonction des ressources du milieu.

- Aménagement du territoire.
- Gestion du milieu.

Contact :

☎ 06 88 78 85 01

@ adrien.coito@hotmail.fr

Échecs

La Reine Blanche

Le jeu d'échecs est un sport intergénérationnel ouvert à tous, adultes et enfants.

Le club propose des cours pour les débutants et des séances de perfectionnement pour les amateurs du jeu.

Chaque année, nous organisons des tournois amicaux et l'Open Rapide International de Sassenage.

Nous participons également à différentes compétitions au niveau régional.

N'hésitez pas à nous rejoindre et à venir pratiquer avec nous ce jeu et sport millénaire !

Contact :

@ laReineBlanche38@gmail.com

www.lareineblanche38.fr

Salles des Voûtes, sous la Mairie de Sassenage

Équitation

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 qu'en faisant venir des intervenants extérieurs.

Contact :

☎ 06 70 62 89 47

@ pellerin.nicolas22@gmail.com

📍 Centre équestre La Chevauchée
37, chemin des Moironds

Escrime

AS Fontaine Escrime

L'escrime est une activité accessible à toutes et tous à partir de 4 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. Nous vous accueillons aussi au sein de la salle d'armes du gymnase Maurice Thorez à Fontaine.

Contact :

☎ 07 83 64 24 68

@ escrime38600@gmail.com

🌐 [escrime38600.wixsite.com/
fontaine-escrime](http://escrime38600.wixsite.com/fontaine-escrime)

Les Serres de Cassanos

L'association a pour objet de mettre en valeur l'époque médiévale, le folklore et les cultures de l'imaginaire par la pratique ludique et sportive de l'escrime médiévale, la réalisation de représentations artistiques incluant des démonstrations de combats, l'animation d'ateliers, d'activités ludiques et de mise en scène de vie de camp.

Nous intervenons lors d'animations publiques ou privées, évènements culturels ainsi qu'en milieu scolaire.

L'association est ouverte à toute personne majeure et promeut des valeurs de respect, de convivialité et d'esprit d'équipe.



Contact :

@ contact.lesserresdecassanos@protonmail.com

🌐 www.helloasso.com/associations/
les-serres-de-cassanos

📍 Entraînements : préau de l'école
élémentaire des Pies à Sassenage

Fitness**Keep Cool Fitness de Sassenage**

Pratique régulière et dynamique du fitness, comprenant un mix de renforcement musculaire, de zumba sur step, d'exercices cardio et d'étirements, ainsi que d'autres activités organisées au cours de l'année.

Cours : Lundi , 18h30 à 20h15

Vendredi, 18h45 à 20h30

Contact :

☎ 06 37 68 84 11

📍 Salle n°2 des Engenières

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...).

Contact :

@ 504777@laurafoot.org

📍 Union Sportive Sassenageoise
de Football

📍 Complexe sportif Paul Vieux-Melchior,
terrain synthétique et annexe

Judo / Ju-Jitsu / Self-défense**Judo Club Sassenage**

L'association propose différentes activités pour les enfants et les adultes :

· Éveil Judo (4-5 ans) : apprentissage ludique des habiletés motrices fondamentales

· Pré-Judo (5-6 ans) : renforcement et

acquisition d'habiletés spécifiques au judo

· Judo Techniques et Compétitions : préparation à la ceinture noire et compétitions

· Ju-Jitsu (à partir de 13 ans) : apprentissage de mouvements et contrôles de l'adversaire

· Self défense (à partir de 13 ans) : apprentissage de techniques pour se défendre en cas d'agression

· Renforcement musculaire : entraînement physique pour les sports de combat et la condition physique

Les tarifs varient en fonction du nombre d'heures de cours.

Contactez l'association pour plus d'informations.

Contact :

☎ 07 82 08 34 36

@ judosassenage38@gmail.com

🌐 judo-sassenage.weebly.com

📍 Dojo des Pies

Karaté / Self-défense**Karaté Club Sassenage**

Le club propose de nombreuses disciplines pour tous les niveaux, de 7 à 77 ans.

- Karaté Shito Ryu – techniques souples et dures, adaptées à toutes les conditions physiques.
- Full contact / Kick Boxing – combat réaliste pieds-poings pour les pratiquants souhaitant se dépasser.
- Light contact – techniques pieds-poings au-dessus de la ceinture.
- Circuit training – renforcement musculaire en musique.
- Pilates – renforcement du dos et des muscles profonds.
- Neichi – respiration et travail sur les énergies internes.
- Body Karaté (100% féminin) – cours cardio collectifs en musique avec des gestes de karaté, sans contact.
- Krav-Maga – méthode israélienne de self-défense.

Contact :

☎ 06 03 07 08 38

@ gjaconephilippe@gmail.com

🌐 karateclubsassenage.fr

Lai-Muoi

Lai-Muoi Sassenage

Le Lai-Muoi est un art martial qui se

différencie beaucoup des autres par son origine, ses positions, ses techniques.

À la fois méthode de self-défense, de combat et philosophie, cet art a sa particularité propre et développe les facultés physiques, morales et intellectuelles.

Contact :

☎ 06 74 61 30 38

@ laimuoi.sassenage@gmail.com

f Sassenage Lai-Muoi

📍 Halle des sports Jeannie Longo

Marche / Rando

Sassenage Marche Nordique

L'association vous propose deux sorties hebdomadaires, le mardi et le jeudi, de 18h30 à 20h30, pour découvrir et pratiquer la marche nordique dans une ambiance conviviale et sportive.

Encadrées par des animateurs fédéraux (niveaux 1 et 2) formés par la FCSF, ces séances permettent de profiter des bienfaits d'une activité complète, qui

améliore l'endurance, la posture et le souffle.

Nous participons également à quelques manifestations sportives tout au long de l'année. Rejoignez-nous pour une pratique dynamique et sportive !

Contact :

☎ 06 75 20 67 58 - 06 82 21 42 26

@ segreto.eric0764@gmail.com

sassenagemn@gmail.com



Rando, Marches, Aventures

Association de randonnée (pédestre, raquettes, marche nordique, ski de fond...), affiliée à la FFRandonnée.

De taille modeste, souple et ouverte à tous (actifs, jeunes, retraités).

Elle propose des activités de :

- Randonnée pédestre, hebdomadaire :
1/2 journée le mardi et 1 journée le jeudi
- Marche Nordique, le samedi matin
- Micro-aventures, sur 2 à 3 jours

Contact :

☎ 06 11 60 42 32 - 06 88 38 22 27

@ contact.randoma23@gmail.com

📍 Centre associatif Saint-Exupéry

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 :

☎ 06 73 46 34 82

🌐 clubmontagnardsassenageois.fr

Multisports

38 Bien-être par le mouvement

L'association propose des activités variées de bien-être corporel (gym, Pilates, relaxation et méditation) pour tous les niveaux.

Nos cours hebdomadaires :

- Relaxation eutonie - Salle de danse, halle Jeannie Longo
- Gym Pilates et relaxation - Dojo, gymnase des Pies
- Gym Pilates - Dojo, gymnase des Pies
- Gym Douce Relaxation - Dojo, gymnase des Pies
- Méditation guidée (niveau confirmé)

Tous les cours sont dispensés par Christine Ovisé, professeure qualifiée.

Contact :

☎ 06 80 52 62 02

@ bienetreparlemouvement38@gmail.com

🌐 38bienetreparlemouvement.fr

Association Sport Santé Sassenage - A3S

Affiliée à la FFRS, l'A3S propose aux plus de 50 ans des activités sportives adaptées

favorisant le maintien en forme et l'autonomie.

Notre encadrement, assuré par des animateurs sportifs diplômés et bénévoles, garantit des activités de qualité à coût abordable.

Nos activités (selon disponibilité) :

- NEM - Activ'Mémoire
- Danse en ligne
- Gymnastique de Maintien en Forme
- Marche - Randonnée Pédestre - Marche Nordique
- Randonnée Pédestre
- Randonnée Montagne
- Éveil Corporel (gym douce)

Contact :

☎ 06 89 83 86 86

@ a3s38.sassenage@gmail.com

🌐 a3s38.blog4ever.com

Association sportive collège Alexandre Fleming

Association sportive scolaire offrant plusieurs possibilités d'activités dans le cadre de l'Union Nationale du Sport Scolaire. Il est possible de pratiquer la

natation, le badminton, le tennis de table, la course à pied, le raid aventure et des sports collectifs.

Renseignements et inscriptions auprès des professeurs d'EPS en début d'année scolaire.

Contact :

☎ 04 76 27 49 19

@ Ce.0382098z@ac-grenoble.fr

Association sportive du Lycée Technique Roger Deschaux

L'AS du lycée Roger Deschaux propose : VTT (sorties, trial, Xcountry, descente), raids multi-activités, Jeux d'Automne et de Printemps, ski alpin (Villard-de-Lans), ski nordique (Foulée Blanche), musculation, sports collectifs (rugby, foot, futsal, hand), badminton et tennis de table.

Activités le mercredi après-midi, ou entre 12h-14h les mardis/jeudis, ou le soir après les cours.

Contact :

☎ 04 76 85 96 10

Gymnastique Volontaire Sassenage

Randonnée en montagne.

Tous les mardis à la journée (hors vacances scolaires), partez randonner en milieu montagnard — en raquettes l'hiver.

Déplacement en car, encadrement par des accompagnateurs bénévoles diplômés. 5 niveaux adaptés à chacun, dans une ambiance conviviale.

Sport Santé

Pratiquez une activité physique régulière, en salle ou en extérieur, dans un esprit non compétitif avec une équipe qualifiée.

Grande variété de cours : Pilates, Yoga, Stretching, Gym Vitalité, Fit Gym, Cardio Training, Gym Bien Vieillir, Gym Équilibre, Body Zen, Aquagym, Musculation, Danse country, Marche active.

Contact :

☎ 06 83 26 92 12

@ contact@gv-sassenage.com

🌐 www.gv-sassenage.com

Natation

Club Natation Sassenage

Tu veux apprendre à nager ou pratiquer la natation en compétition ? Tu souhaites juste t'amuser en loisir ou bouger ton corps en musique dans une piscine ?

Alors, si tu as 5 ans et plus, seul, en famille (tarif spécial) ou entre amis, n'hésite pas à venir nous rejoindre au Club de Natation de Sassenage (C.N.S.). Tu seras encadré par des professionnels passionnés qui te permettront de progresser à ton rythme. Toutes les informations sont consultables sur notre site ou sur le panneau du club à l'entrée de la piscine.

Pour toute question, l'équipe bénévole se fera un plaisir de te répondre.

Contact :

@ cnsassenage@gmail.com

🌐 club-natation-sassenage.pepsup.com



Pêche

Pêche de l'Ovalie

Le plan d'eau de l'Ovalie abrite une variété d'espèces de poissons, notamment : Truites (14 lâchés), Brochets, Black bass, Carpes, Gardons, Tanches, Perches, Sandres.

Les horaires de pêche et les prix des cartes sont affichés au tableau de pêche de l'Ovalie. Les tarifs des cartes sont disponibles et en vente à partir du 1^{er} février de chaque année. Des tarifs réduits sont proposés pour les étudiants et les personnes en situation de handicap.

Le règlement de pêche est distribué aux adhérents avec le permis de pêche de l'Ovalie. À partir du mois de juin, un prix unique est appliqué pour toutes les cartes de pêche. Les non-adhérents ont la possibilité de prendre des tickets pour une journée ou une demi-journée. Nous organisons également une journée de pêche pour les enfants une fois par an.

Contact :

☎ 06 23 77 34 31

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).

Réciproitaire de la Fédération de la pêche de l'Isère.

Contact :

☎ 07 88 07 95 88

@ latruitedesassenage@gmail.com

Self-défense / Arts martiaux

Méthode Hugo Tronche

Apprenez une méthode expéditive qui pourra vous sortir d'une situation critique et vous apporter de la confiance. Pour réagir à une agression violente, il est primordial d'avoir des techniques de combat efficaces, un corps réactif ainsi qu'un mental solide. Nos cours collectifs sont mixtes et adaptés à tous les niveaux. Au programme :

- Techniques de défense : des mouvements simples, réalistes et instinctifs.
- Conditionnement physique : construire des

muscles fonctionnels, mobiles et puissants.

- Préparation mentale : être prêt psychologiquement à répondre à une agression.

Contact :

@ hugo.tronche@sfr.fr

🌐 www.methode-hugo-tronche.com

📍 Dojo des Pies

Pétanque

Pétanque loisir Sassenage

Nous accueillons les joueurs et joueuses de tous horizons, quel que soit leur objectif :

- Sociétaires : pour ceux qui recherchent le plaisir du jeu « loisir », les rencontres amicales et le partage d'un bon moment entre passionnés.
- Licenciés FFPJP : pour les joueurs souhaitant porter nos couleurs lors des compétitions officielles de la Fédération Française de Pétanque et de Jeu Provençal. Situé à côté du complexe sportif Vieux Melchior, le club ouvre ses terrains tous

les après-midis du lundi au samedi.
N'hésitez pas à passer nous voir
directement lors d'un après-midi
d'ouverture, à joindre les membres du
bureau ou à nous envoyer un message.

Contact :

☎ 06 70 59 77 76 - 06 89 88 29 98

@ petanque-sassenage@orange.fr

📍 Terrains à côté du complexe sportif
Paul Vieux-Melchior

Plongée

Club Sassenage Plongée

Le club propose l'initiation et le
perfectionnement de la plongée et de
l'apnée, ouvert à tous dès 10 ans, y compris
aux personnes en situation de handicap.

Notre crédo : le partage et le plaisir sous l'eau.

- Baptêmes gratuits à la piscine pour vous
faire partager notre passion.
- Formation par des moniteurs passionnés,
du niveau enfant jusqu'à la préparation du
monitorat.
- Apprentissage et entraînement en

piscine, validation des formations à votre
rythme, sorties d'exploration en lac ou en
mer.

· Matériel à disposition pour les cours et les
sorties (bouteilles, détendeurs, stabs, etc.).

Contact :

@ sassenage-plongee@wanadoo.fr

🌐 sassenage-plongee.vpdive.com

📍 Piscine municipale de Sassenage

Qi-Gong

Qi-Gong Sassenage

Énergie vitale et santé préventive.
Ancrage, Enracinement, Tonification,
Stimulation et circulation de l'Énergie
vitale, pour un renforcement : du Système
immunitaire et de l'Équilibre physique et
émotionnel.

Rééquilibrage énergétique.

Public : Adultes, adapté aux différentes
conditions physiques

Par Jacques BONNET, Professeur Diplômé
d'Etat

Expérience : 25 ans enseignement du
Karaté et 20 ans de QiGong

Contact :

☎ 06 72 11 79 63

@ Kija.bonnet@hotmail.fr

Roller Hockey

Les Lionceaux de Sassenage

Le roller hockey est un sport d'équipe
mixte qui allie la glisse, la rapidité et la
coordination, similaire au hockey sur glace,
mais sans contact physique.

Notre club est ouvert à tous les enfants à
partir de 6 ans, ainsi qu'aux adultes, pour
découvrir ou perfectionner leur pratique
du roller hockey, que ce soit en loisirs ou en
compétition



Nous proposons des entraînements adaptés aux débutants et aux confirmés.

Les Lionceaux proposent également des services pour rendre ce sport accessible à tous :

- Location de matériel
- Vente de matériel
- Rachat de matériel d'occasion

Contact :

@ contact@lionceaux-sassenage.fr

f LesLionceauxDeSassenage

📍 Gymnase des Pies

Rugby

École de Rugby Fontaine/ Sassenage

Fort de sa labellisation 2 étoiles, l'école de rugby Fontaine/ Sassenage garantit aux petits comme aux plus grands un encadrement de qualité, composé d'éducateurs bénévoles et diplômés dans toutes les catégories d'âge.

L'école de rugby est ouverte aux filles et aux garçons à partir de 3 ans.

Catégories : U6, U8, U10, U12 et U14.
Permanences : aux horaires d'entraînements.

Contact :

@ asf.rugbyfontaine@gmail.com

asfontaine.edr@gmail.com

f AS Fontaine Rugby

📍 Stade Pierre de Coubertin à Fontaine

Tennis

Tennis Club de Sassenage

Le club propose des activités tennis adaptées à tous les âges et niveaux.

Pour les enfants, le mini-tennis est accessible dès 5 ans, avec des cours d'initiation pour les 6-18 ans, ainsi que des programmes de perfectionnement et de compétition. Les adultes peuvent s'inscrire en initiation, perfectionnement ou compétition.

Des partenariats entreprises offrent un accès aux entraînements et aux terrains.

L'encadrement est confié à des moniteurs et éducateurs diplômés d'État.

Cours particuliers et séances de fitness Activ'Tennis complètent l'offre.

Des stages sont organisés pendant toutes les vacances scolaires, pour tous niveaux, ouverts aux non-licenciés
Championnats par équipes, tournois et animations rythment l'année.

Contact :

@ tennisclub-sassenage@orange.fr

🌐 club.fft.fr/tc.sassenage

📍 4 rue du 8 Mai 1945

USS tennis de table

Pratique et promotion du tennis de table, du loisir à la compétition.

Baby ping (à partir de 4 ans)

Pour les compétiteurs, nous contacter

Contact :

@ laurent.perli@orange.fr

usstt@yahoo.com

contact@usstt.fr

🌐 http://usstt.fr

📍 Gymnase Jean Julien
Halle des sports Jeannie Longo

Tir à l'arc

Les Archers de l'Ovalie

Tir à l'arc (loisir et compétition)

Le tir à l'arc est un sport ludique et exigeant, qui demande précision, adresse et concentration.

Ouvert à tous, débutants ou confirmés à partir de 8 ans, notre club est affilié à la FFTA (Fédération française de tir à l'arc).

Nous pratiquons de nombreuses disciplines et nous serions heureux de vous accueillir, dans une ambiance conviviale et coopérative.

Contact :

☎ 06 80 18 64 97

@ lesarchersdelovalie@free.fr

🌐 lesarchersdelovalie.sportsregions.fr

gymnastique, danse, expression scénique et maniement du bâton.

Accessible dès 6 ans, il se pratique en solo, duo ou équipe, avec des niveaux adaptés à chacun.

Chaque année, le club organise un gala gratuit ouvert à tous, pour faire découvrir ce sport et partager un moment convivial.

Rejoignez-nous pour partager notre passion !

Contact :

☎ 06 99 81 00 31

@ sassenage.ffstwirling@gmail.com

🌐 <https://sassenageffstwirli.wixsite.com/wirling-sassenage>

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 :

☎ 06 72 24 25 60

@ cyclos.sassenage@gmail.com

🌐 <https://cycloclubsassenage-ussct.e-monsite.com>

Volley-Ball

ASSV - Association Sportive Sassenageoise de Volley-ball

Volley-ball (loisir et compétition).

L'ASSV rassemble deux fois par semaine des adultes 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.

Contact :

☎ 06 85 63 02 92

@ sassenage.volley@gmail.com

📍 Gymnase des Pies

Twirling Bâton

Les Mélusines de Sassenage

Les Mélusines de Sassenage est une association dédiée à la pratique du twirling-bâton, un sport artistique mêlant



VTT

Grenoble Alps MTB (G'Alps)

Le 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.

Le club est ouvert à l'ensemble des pratiques VTT : du cross-country à l'enduro.

Le club a une école VTT ouverte aux enfants dès l'âge de 6 ans, ainsi que des cours de pilotage pour les adultes. De plus, le club organise des séjours et week-ends : bike park, montagne, cross-country, itinérance.

Contact :

☎ 06 77 39 04 88

@ galpsmtb@gmail.com

🌐 www.galpsmtb.fr

@ g_alps_mtb

f GrenobleAlpsMTB

📍 C/o l'Esprit des vélos,
42 rue de la République,
Sassenage

Roule Simone

Association fondée pour promouvoir le VTT Enduro féminin dans la région grenobloise.

Née du constat qu'aucune communauté ne rassemblait les vététistes féminines locales, Roule Simone propose des sorties groupées, ateliers techniques, stages et événements conviviaux adaptés à tous les niveaux.

L'association s'articule autour de valeurs fortes : convivialité, accessibilité pour toutes, plaisir de rouler sans pression, progression à son rythme, découverte de la nature et respect de l'environnement.

Leur objectif : créer une communauté dynamique et soudée où chaque femme peut prendre plaisir à rouler ensemble dans un esprit d'entraide et de bienveillance.

Contact :

@ roulesimone.mtb@gmail.com

🌐 <https://roulesimone-mtb.com/>

@ roule.simone

Culture

*Nourrissez votre curiosité
et exprimez vos talents*



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^{ème} siècle, etc.) ainsi que des chants traditionnels du monde. Son but est de produire de la musique de qualité en vue de prestations publiques.

Cheffe de chœur : Agustina MEROÑO

Contact :

☎ 06 70 96 78 89 - 06 10 60 15 12

🌐 <http://choeurs.sassenage.free.fr>

📍 Centre associatif Saint-Exupéry

Cinéma

Caméra aventure

Créateur d'événement cinématographique
20 ans de Caméra Aventure – 2005/2025

Programme 2026/2027 — Théâtre en rond

· 16 octobre 2026 : PIÈGE DE FEU

Gala sapeur-pompier – 20h – 15 €

· 12 mars 2027 : L'ILLUSIONNISTE

Soirée magie – 20h – 15 €

Contact :

☎ 06 61 57 94 42

@ camera_aventure@yahoo.fr

📍 1, avenue des Buisières
38360 SASSENAGE

Danse

Académie de danse « Corps et Graphie »

Éveil corporel, Classique, Néoclassique, Jazz, Contemporain, Floor-work, Dance-Hall, Barre à terre, Pilates, Yoga Danse, Body flow, Urban Contempo.

Une école de danse qui entamera sa 38^e année avec différents professeurs, proposant plus de 43 cours hebdomadaires pour débutants, moyens et avancés, pour adultes et enfants à partir de 4 ans.

L'académie propose plusieurs stages de

Pilates, Bodyflow et de Heels Dance durant l'année, une vente de costumes ouverte à tous en janvier 2027, deux galas annuels en juin 2027, et participe à différents événements tout au long de l'année.

Dates d'inscriptions et planning disponibles sur notre site internet.

Contact :

☎ 04 76 26 45 76 - 06 36 45 31 70

@ ecolededansecorpsetgraphie@gmail.com

🌐 www.corpsetgraphie.com

📱 📷 📺 Corps et Graphie

Grimaldi danse club

Enfants et ados : 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.

Un show de fin d'année au Théâtre en Rond de Sassenage ainsi que de nombreuses soirées dansantes tout au long de l'année.

Les inscriptions sont ouvertes du 7 au 18 septembre 2026

Contact :

☎ 04 76 27 01 00 - 06 86 32 21 11

@ mario@grimaldidanse.com

🌐 www.grimaldidanse.com

Hype in Style

Hip-Hop School.

Plus de vingt ans d'expérience

Danse. Énergie. Passion. Scène.
De 4 à 99 ans
New Style · Ragga · Boogaloo · House
Dance

Des cours professionnels pour progresser,
prendre confiance et performer sur scène.

- Gala de fin d'année
- Ambiance familiale
- Communauté dynamique

Rejoignez-nous maintenant.

Contact :

☎ 07 61 41 54 20 - 06 85 14 96 03

@ hypeinstyle@gmail.com

🌐 https://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 : un bal folk par mois.

La saison 2026-2027 débutera en octobre :

- Mercredi 14 octobre : cours de danse perfectionnement, de 20h30 à 22h30.
- Vendredi 16 octobre : bal folk mensuel ouvert à tous, de 21h à 23h30.
- Un stage de danses du monde au 2^e trimestre.
- Une fois par trimestre, Rigodons et Traditions accueillera un groupe régional pour le bal.

Contact :

☎ 06 70 71 88 55 - 06 27 33 37 76

@ christian.vignoni@gmail.com

📍 Maison des Clubs

Echanges interculturelles Langues étrangères

AFIS - Association Franco-Italienne Sassenageoise

L'AFIS a pour objectif de réunir et de

renforcer les liens d'amitié entre la
communauté italienne de Sassenage,
ses amis, et de porter collectivement
des projets culturels, de loisirs, des
voyages ainsi que des échanges entre
communautés italiennes et celle de
Sassenage.

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

Contact :

☎ 04 76 27 51 85 - 06 66 94 93 41

04 76 77 02 36 - 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 km 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 sassengeoises (sportives, culturelles, environnementales, caritatives), d'échanges linguistiques et jeunesse, de promotion économique, et qui auront expressément fait une demande écrite d'adhésion.

Contact :

☎ 06 76 32 16 16 – 04 76 26 72 86

(référénte Sasso Marconi)

06 71 62 82 42

(référénte Messkirch)

@ philippe.thiault@wanadoo.fr

Groupe Italianisant de Sassenage

L'association organise des cours pour adultes, dispensés par une professeure italienne, pour tous les niveaux, en groupes limités à 12 personnes afin de conserver une ambiance conviviale.

28 séances, du lundi au jeudi soir, débutants à confirmer.

- Cours de discussion en italien (14 séances)
- Cours d'italien « autrement » (14 séances d'activités diverses)
- Chansons italiennes, sites géographiques, cuisine.

Permanences et inscriptions :
au forum des associations ou au Centre associatif Saint-Exupéry.

Contact :

☎ 06 50 49 69 47 – 06 10 33 82 84

@ gjs.sassenage@gmail.com

🌐 www.italien-cours-culture.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, etc.) 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.

Groupes de niveau

- Minis (maternelle et CP)
- Kids (CE et CM)

Contact :

☎ 06 28 70 71 78

@ madeinenglish@sfr.fr

📍 13 Hameau du Château

Sassenage English Friendship

Notre association, forte de plus de trente ans d'existence, a été créée par des Sassenageois aimant la Grande-Bretagne, sa langue et ses traditions. Les adhérents, adultes, ont une expérience de la langue et souhaitent la compléter par une pratique régulière et conviviale, en dehors d'un cadre universitaire.

Les cours hebdomadaires de 1h30, hors

vacances scolaires, se répartissent en 3 niveaux : Pre-Intermédiaire – Intermédiaire – Advanced.

Culture britannique : un atelier de chants anglophones, animé par des bénévoles dans une atmosphère conviviale, est proposé le lundi tous les 15 jours, de 17h15 à 18h15. Un voyage en pays anglophone est organisé selon la demande.
Tarifs indicatifs : 205 € (220 € pour les non-Sassenageois).

Contact :
@ sass.eng.friendship@gmail.com
sassenglish.blogspot.com

Jonglage

Collectif Partefact

L'association propose des cours de jonglage.
Venez vous initier – ou vous perfectionner – à la pratique des arts circassiens avec la manipulation de balles, de massues, d'anneaux, de bâton du diable, de bolas, de diabolo et bien d'autres objets.
Soit dans un cours hebdomadaire qui

prend place tout au long de l'année, soit dans le cadre de stages lors des périodes de vacances scolaires.
Les inscriptions se font à partir de 6 ans et sont ouvertes à tous, quel que soit le niveau de pratique. La bonne humeur est garantie.

Contact :
07 81 12 96 11
@ partefact@gmail.com

Musique

In Your Brass

Le brass band In Your Brass, fanfare hip hop, est né en 2011 de la rencontre de 15 musiciens pro et amateurs. Ils jouent des reprises et des arrangements de tubes hip hop, ainsi que des compositions originales. Le public adore leur énergie et leur musique unique.

In Your Brass se produit dans la rue, sur scène et dans les festivals de la région. Depuis 2017, ils parrainent le Jules Ferry Brass Band, une fanfare d'enfants, et les ont même accompagnés à la Nouvelle-Orléans en 2019.

Leur lien est fort et leur musique explosive !

Contact :
06 84 62 93 62
@ inyourbrass@yahoo.fr
InYourBrass

Orchestre Festif - Les Fêt'Art des Cuves de Sassenage

Le Fêt'Art des Cuves est une formation réduite de l'Écho des Cuves, dont l'objectif est d'animer musicalement tout type de manifestations et d'événements. Notre répertoire est populaire et dynamique. Les répétitions ont lieu en alternance les lundis ou jeudis soir à 19h45.

Contact :
06 71 62 82 42
@ harmonie.echodescuves@gmail.com
Harmonie Écho des Cuves



Orchestre d'harmonie L'Écho des Cuves

Vous jouez d'un instrument à vent, à cordes ou à percussions et souhaitez rejoindre un orchestre ? Rejoignez L'Écho des Cuves, dirigé par Frédéric Sillitti.

Nous vous accueillons tous les mardis soir à 20h (horaires pour les scolaires). Le niveau minimum requis est la fin du cycle 1. En outre, vous bénéficierez d'un tarif réduit pour les cours d'instrument au CRC Alfred Gaillard.

Contact :

☎ 06 71 62 82 42

@ harmonie.echodescuves@gmail.com

f Harmonie Écho des Cuves

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^{ème} 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.

Participation aux frais à l'entrée.

Nombre de places limité, réservation conseillée. Stationnement au parking du cimetière des Côtes.

Contact :

☎ 06 71 04 91 17

@ fd.aepp@orange.fr

🌐 www.notredamedesvignes.com

Les Amis du Château

Participer à la restauration du patrimoine du Château de Sassenage.

Promouvoir les activités du Château 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, ainsi que des soirées musicales et théâtrales.

Contact :

☎ 06 15 91 92 51

@ cigna.micheline@gmail.com

🌐 lesamisduchateaudesassenage.fr

Philatélie

Sassenage Philatélie

Échanges philatéliques.

L'association a pour but de permettre la rencontre conviviale entre passionnés de timbres-poste et produits dérivés.

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 permettant de faire des investigations plus poussées (lampes UV pour les papiers phosphorescents, signoscope pour repérer les filigranes...).

Il est également possible d'acquérir du matériel à prix réduit.

Les échanges équitables sont privilégiés aux transactions financières.

Séances spéciales pour les jeunes élèves et collégiens (découvrir le monde avec les timbres).

Contact :

☎ 06 83 25 10 93

@ mathys.jacques@wanadoo.fr

📍 Salle des Voûtes, sous la Mairie

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.

Le club se donne des thèmes de travail, qui l'amènent régulièrement à exposer les photos réalisées.

Des petits jeux photographiques sont organisés tout au long de l'année.

Des sorties thématiques, des visites d'expo sont également proposées.

Contact :

☎ 06 28 23 21 33

Poterie**Art et poterie de Mélusine**

Notre association de poterie vous propose une approche de la matière et de ses spécificités qui 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 : le lundi 7 septembre 2026.

Les ateliers libres (pratiquant déjà la poterie) reprennent le lundi 7 septembre 2026.

Des cours pour de nouveaux adhérents Sassenageois ne pourront être mis en place que si nous avons la demande d'au moins 6 personnes.

Contact :

☎ 04 76 43 71 46

@ famille.fournel@orange.fr

🌐 artpoteriemelusine.over-blog.com

📍 Centre associatif Saint-Exupéry

Théâtre**La Cité - Centre d'Initiation et d'Échange Théâtral**

La Cité vous propose de découvrir ou d'approfondir le langage théâtral avec différents ateliers et projets artistiques.

Que vous soyez débutant ou confirmé, enfant, ado ou adulte, venez vous initier à la scène et révéler votre potentiel artistique !

Nous proposons une variété d'ateliers pour tous les âges et tous les niveaux :

- Ateliers pour enfants (à partir de 7 ans)
- Ateliers pour ados
- Ateliers pour adultes
- Théâtre classique ou contemporain
- Improvisation ou création collective



Des projets ponctuels et intergénérationnels compléteront également votre formation théâtrale
Un cours d'essai en début de saison vous permettra de vous décider !

Contact :

@ contact.theatrelacite@gmail.com

Les Bleus de Sassenage

Les Bleus de Sassenage, ce n'est pas un simple atelier de théâtre, mais une véritable troupe de comédiens passionnés qui se donnent à fond pour monter des pièces de théâtre de qualité.

Nos spectacles, qui durent entre 1h30 et 2h, mettent en scène entre 3 et 12 comédiens, selon les projets. Bien que nous soyons une troupe amateur, nous mettons un point d'honneur à offrir des représentations dignes des plus grandes scènes, avec des décors et des costumes soigneusement travaillés, ainsi que des performances de jeu de grande qualité.

Notre répertoire récent comprend des pièces telles que «Le Technicien», «Tant

qu'il y a de l'amour» et notre dernière production, «Espèces menacées», qui a été jouée à guichets fermés au Théâtre en Rond et dans de nombreuses autres salles en Isère.

Si vous avez envie de vivre cette aventure théâtrale et de partager la scène avec nous, n'hésitez pas à nous contacter. Nous serons ravis de vous accueillir dans notre troupe et de vous faire découvrir le monde du théâtre.

Contact :

☎ 06 15 89 73 57

@ sassenagelesbleus@gmail.com

🌐 les-bleus-de-sassenage.blogspot.com

Yoga

ANANDAYA

L'association propose des cours de yoga, des stages, des animations artistiques (danse, musique, chant), s'inspirant des pratiques traditionnelles et philosophiques venant d'Inde, de Chine et d'Amérique

latine. Ces activités invitent à prendre un temps pour soi, avec les autres, à faire vivre des valeurs humanistes et à rester en lien avec la transmission des savoir-faire. Les cours de hatha yoga sont adaptés à tous et toutes, pour débutant.es ou confirmé.es. À partir d'un enseignement traditionnel, ce yoga intègre pranayamas (maîtrise du souffle), asanas (postures), concentration et méditation, afin de cheminer vers un équilibre du corps et de l'esprit.

Contact :

☎ 06 89 80 33 72 - 06 13 19 45 83

@ contact.anandaya@gresille.org

🌐 <https://melaniecaron.my.canva.site/yoga>

Actifs et solidaires

Partage et entraide construisent un quotidien plus inclusif



Anciens combattants

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 :

☎ 06 30 11 86 62

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

L'association regroupe les anciens combattants d'Algérie, de Tunisie et

du Maroc pour défendre leurs droits et commémorer les dates anniversaires des conflits nationaux français. Nous organisons des festivités annuelles, telles que la fête des Rois, des dîners dansants, des sorties en car et des réunions, dont l'assemblée générale en septembre, quatre réunions de secteur, un congrès départemental et un congrès national tous les deux ans. Ces événements permettent aux adhérents de se rencontrer et de partager leurs expériences.

Contact :

☎ 04 76 27 20 62

Groupes sociaux et de quartier

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

Contact :

☎ 06 73 57 37 74

@ aupeems@gmail.com

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 Métropole 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...

Contact :

@ caDesCotes@googlegroups.com

@ assocotes.sassenage

f Association des Côtes de Sassenage

lescotesdesassenage.org

Don du sang

AMICALE POUR LE DON DE SANG BÉNÉVOLES DE SASSENAGE

L'Amicale, en partenariat avec l'EFS, encourage le don de sang, un acte généreux et anonyme. Il y a 4 collectes par an à Sassenage.

Les personnes souhaitant donner leur sang, pour réduire l'attente, peuvent

s'inscrire sur dondesang.efs.sante.fr. Les donneurs spontanés sont acceptés selon les créneaux disponibles. Le plasma est également demandé.

Il faut respecter un délai de 8 semaines entre 2 dons de sang et 2 semaines entre 2 dons de plasma.

L'association est présente dans diverses manifestations et accueille les futurs bénévoles et donneurs.

Contact :

☎ 06 10 53 40 27

06 08 48 55 36

@ adsb.sassenage@gmail.com

f Sassenage et ses donneurs de sang bénévoles

Fin de vie

LE CHOIX - CITOYENS POUR UNE MORT CHOISIE

La section de l'Isère, défend le droit à une mort digne et choisie.

Nous visons à obtenir une législation qui respecte la liberté de chacun de choisir sa façon de mourir, y compris

l'accès à des soins palliatifs et, pour ceux qui le souhaitent, à une aide médicale à mourir ou à un suicide assisté.

Nous organisons des réunions publiques, des permanences d'accueil et des réunions pour les adhérents pour sensibiliser et mobiliser les citoyens sur cette question importante.

Contact :

@ isere.lechoix@gmail.com

🌐 choisirmafindevie.org

📍 Isère Le Choix, Maison des Associations, 6 rue Berthe de Boissieux, 38100 Grenoble



Pompiers

AMICALE DES SAPEURS- POMPIERS DE FONTAINE/ SASSENAGE

L'association à but social concernant les sapeurs-pompiers professionnels et volontaires, actifs et retraités de la caserne de Sassenage.

Contact :

☎ 06 87 40 45 88

@ amicalesassenage@gmail.com

Seniors

ANS - AMITIÉS NATURE SASSENAGE

Association tournée vers les seniors mais ouverte à tous. Les rencontres se font 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 pour :

- Un atelier créatif le mercredi après-midi
- Une randonnée pédestre un jeudi après-

midi tous les quinze jours

· Un atelier peinture le lundi et le mercredi matin

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

Contact :

☎ 06 16 45 89 07

📍 Salle « La Pyramide »

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.

Contact :

☎ 04 76 27 33 03

📍 Salle « La Pyramide »

Solidarité et entraide

AIDE ET ACTION EN ISÈRE

Association créée en 2006, agréée par le Ministère de l'Éducation Nationale œuvrant pour le développement par l'éducation, rattachée à l'ONG Aide et

Action Internationale.

Nos interventions en milieu scolaire sensibilisent les élèves aux enjeux éducatifs mondiaux : animations sur « L'eau Ici et là-bas », « L'école dans le monde » et « Les droits de l'enfant » en primaire, films sur le travail des enfants en collège et lycée.

Notre engagement se concrétise par des actions de terrain : création de mini-bibliothèques pour favoriser l'accès à la lecture, financement d'un puits au Burkina Faso (2024), soutien à un projet pour la petite enfance à Madagascar (2025), et participation à l'exposition sur le réchauffement climatique au CCAS de Sassenage.

Contact :

☎ 06 82 69 75 25 - 06 27 54 39 87

@ guyvenin59@gmail.com

michelebuttard92@gmail.com

BANQUE ALIMENTAIRE DE L'ISÈRE

Aide alimentaire aux plus démunis en partenariat avec les associations et CCAS,

et lutte contre le gaspillage alimentaire.

Contact :

☎ 04 76 85 92 50

@ ba380@banquealimentaire.org

🌐 www.ba38.banquealimentaire.org

📍 11 allée de la Pinéa, Fontaine

BOURSES À GOGO

Bourse printemps-été : vêtements enfants, chaussures.

Bourse automne-hiver : vêtements enfants, chaussures.

Bourse aux jouets. Ventes à thème.

Contact :

☎ 06 03 07 20 13

@ catherine.filippi@sfr.fr

CHARGE - ENFANT SOLEIL

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

Contact :

☎ 06 86 41 41 16

@ assocharge@gmail.com

🌐 associationcharge.fr

📍 5, avenue des Buisnières

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.

Contact :

☎ 04 76 27 03 04

@ grenoble.emmaus@orange.fr

🌐 emmaus-grenoble.org

SASS'UNI FACE À LA MALADIE

L'association organise des événements pour collecter des fonds en faveur du Téléthon. Si vous avez besoin d'une buvette lors de votre

manifestation, contactez-nous sans hésiter. Notre équipe de bénévoles se fera un plaisir de vous accompagner et de collecter des fonds pour le Téléthon, ou de les reverser à une association de lutte contre les maladies génétiques, partenaire du Téléthon.

Pour toute demande, contactez-nous.

Contact :

@ sassuni38@outlook.fr



**Nature et
bien-être**

Reconnectez-vous à l'essentiel



AMAP

LES CUVES D'ABONDANCE (AMAP DE SASSENAGE)

L'association met en relation des producteurs et productrices de proximité travaillant en agriculture biologique et des consomm'acteurs souhaitant la promotion d'une agriculture durable. Actuellement, nous travaillons avec des producteurs de légumes, pain, farine, fromages de chèvre, viande, fruits d'hiver et d'été, bière, miel, tous en circuits courts. Nous sommes présents à la Fête de la Nature.

Les livraisons ont lieu chaque jeudi de 18h à 19h15 à l'école Vercors, rue du Gua.

Contact :

@ amapsassenage@gmail.com

🌐 amapsassenage.jimdofree.com

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, en octobre et février.

Si vous souhaitez nous rejoindre, contactez-nous.

Contact :

@ ocd38.isere@gmail.com
ocd38.com@orange.fr

Environnement

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.

Contact :

☎ 06 43 17 09 69

@ atess38360@gmail.com

🌐 atess-sassenage.org

📌 Atess38360

ENS - ENVIRONNEMENT ET NATURE À SASSENAGE

Depuis plus de 20 ans, notre association œuvre pour la protection de l'environnement et la sensibilisation à l'écologie.



Animaux

OISEAU CLUB DAUPHINOIS

Association d'éleveurs amateurs d'oiseaux de cages et de volières. L'association regroupe des passionnés par le monde de



Nous intervenons auprès des habitants, des écoles et des autorités pour promouvoir la conservation du patrimoine naturel et le développement durable.

Nos actions incluent :

- La protection et la mise en valeur du patrimoine naturel
- La participation constructive pour accompagner les décideurs
- La relai de l'information sur la protection de la nature et le développement durable
- La veille écologique et le suivi des projets d'aménagements communaux
- Des sorties et soirées thématiques pour découvrir la nature et les enjeux environnementaux

Rejoignez-nous pour agir pour la nature et le développement durable à Sassenage !

Contact :

@ secretariat.ens.38360@gmail.com

blogenssite.wordpress.com

Centre associatif Saint-Exupéry

Mycologie

SOCIÉTÉ MYCOLOGIQUE DE SASSENAGE

Connaissance des champignons.
Détermination tous les soirs de 19 h à 20 h sur rendez-vous au 2 rue du Mail.

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 matin de mars à début novembre, sauf jours fériés.

Rendez-vous à 7 h 50 sur le parking de l'école Vercors pour un départ à 8 h.
Possibilité pour les adhérents de se servir du matériel et d'emprunter les livres et documents de l'association.

TARIFS :

Personne seule : 20 €

Couple : 25 €

Enfants : gratuit

Contact :

☎ 06 89 46 17 88

@ mycologie@sassenage.net

🌐 champignons-sassenage.blogspot.com

Mobilité, urbanisme, environnement

ADEMUS

Association de Défense de l'Environnement, de la Mobilité et de l'Urbanisme sur Sassenage.

Notre association œuvre pour la protection de l'environnement, du cadre de vie, de l'espace agricole et de la biodiversité à Sassenage.

Elle s'engage également pour une mobilité raisonnée, favorisant des transports collectifs adaptés.

Parmi ses objectifs figurent la promotion d'un urbanisme régulé et respectueux du territoire, ainsi que l'organisation de réunions d'information pour sensibiliser et échanger avec les habitants sur ces sujets.

Contact :

@ ademus38360@gmail.com

f Ademus.Sassenage

Produits du terroir

CONFRÉRIE DU BLEU DU VERCORS-SASSENAGE

Le Bleu du Vercors-Sassenage servait initialement à payer le fermage au baron local qui autorisa sa commercialisation dès 1338. Ce fromage acquit rapidement ses lettres de noblesse.

Menacé de disparition au début du XX^e siècle, il fut sauvé par un laitier passionné qui lança sa fabrication industrielle.

Depuis 1988, la Confrérie du Bleu du Vercors-Sassenage soutient la grande Fête des fromages et produits du terroir.

Elle organise également des Chapitres, repas gastronomiques où l'on jure fidélité à ce fromage emblématique.

Ce qui nous rapproche ? L'esprit associatif, l'esprit de promotion et surtout l'esprit festif !

Contact :

☎ 09 50 65 15 50 - 06 72 91 65 11

06 76 32 16 16

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

Santé / Bien-être

INSTANT T SOUFFLE DE FEMMES

Activités hebdomadaires et mensuelles.

· Qi GONG pour tous, Qi Dance

· Danse Intuitive guidée et créative, travail de l'énergie selon la médecine traditionnelle Chinoise

· Méthode MUNZ FLOOR® (travail des FASCIAS au sol)

· Sommeil et humeur améliorés par la luminothérapie et vibroacoustique – PSIO®. Sur rendez-vous.

Contact :

☎ 06 65 18 11 28

@ souffledefemmes38@gmail.com

📍 Salle des Engenières

ASSOCIATION INSTANT ZEN

Seule association de Sassenage, Instant Zen vous propose des séances de sophrologie/relaxation tous les jeudis soirs.

Ouverte à toute personne désireuse de découvrir la sophrologie, pour apprendre à se détendre, à gérer son stress, etc. Pour tout public à partir de 18 ans.

Contact :

☎ 06 77 18 66 56

@ Simon.genevieve38@gmail.com

📍 Salle des Engenières



RETROUVEZ TOUTES LES ASSOCIATIONS ET INSCRIVEZ-VOUS LORS DU FORUM DES ASSOCIATIONS LE SAMEDI 5 SEPTEMBRE 2026, DE 9H À 13H, À LA HALLE DES SPORTS JEANNIE LONGO.

Les informations présentées dans ce guide ont été retravaillées pour cette édition. Pour obtenir les horaires d'entraînements, tarifs et autres renseignements à jour, nous vous invitons à contacter directement les associations concernées.

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.

Document réalisé en mai 2026 · Mise en page et créa : Duilio Cusani

Crédit photos: service communication · Impression : Imprimerie Courand & associés



Sassenage

Un choix de vie

