

LE CHOIX DU SPORT

ANNUAIRE
DES PRATIQUES
SPORTIVES

2023/2024



saintnazaire.fr



« Saint-Nazaire agit pour tous les sportifs et toutes les sportives »

En plus des rendez-vous habituels, la Coupe du monde de rugby, l'Euro de football, les Jeux olympiques et paralympiques vont marquer la prochaine saison sportive 2023/2024. Ces grandes compétitions feront vibrer à la fois les amoureux-ses du sport et les athlètes de haut-niveau.

Au-delà des performances et du spectacle, elles nous donnent aussi l'envie de débiter, de poursuivre ou de reprendre une activité physique et sportive. Le sport est avant tout un loisir qui contribue à nous épanouir physiquement et socialement tout au long de la vie.

Cet annuaire des pratiques physiques et sportives témoigne de la richesse du tissu associatif nazairien et de la variété des activités proposées grâce aux milliers de bénévoles qui s'investissent au quotidien.

C'est pour cette raison et pour le bien-être des habitant-es que la Ville de Saint-Nazaire déploie depuis plusieurs années une politique active d'accompagnement, avec l'accueil de plus de 200 associations sportives et établissements scolaires sur des équipements sportifs municipaux et l'attribution de 1,6 M€ de subventions. En parallèle, elle rénove et enrichit son patrimoine sportif en fonction des besoins et de la demande.

La livraison en septembre 2023 du pumptrack de Reton en est l'exemple. Ce nouvel équipement de glisse urbaine en accès libre, conçu en concertation avec les futur-es usager-es, les habitant-es du quartier et les associations sportives, fera sans nul doute le bonheur des jeunes et des familles.

Belle saison sportive, sportivement,

Béatrice Priou

Adjointe au maire en charge des sports

SOMMAIRE

SPORTS AQUATIQUES ET NAUTIQUES 5

Aviron
Canoë kayak
Modélisme naval
Natation
Pêche, plaisance
Plongée, apnée, chasse sous-marine
Skimboard, surfboard, bodyboard
Sauvetage côtier
Voile et disciplines associées
Autres activités aquatiques et nautiques

ACTIVITÉS ATHLÉTIQUES ET ÉPREUVES COMBINÉES 7

Athlétisme
Course à pied, trail
Marche et randonnée pédestre
Triathlon, raid et disciplines associées

ACTIVITÉS D'ADRESSE ET DE PRÉCISION 8

Bowling - Mölkky
Pétanque, jeux de boules et golf
Tir à l'arc - Tir sportif

CYCLISME ET GLISSE URBAINE 9

BMX - Roller, trottinette, skateboard - Vélo et cyclisme - VTT

GYMNASTIQUE, DANSE, RENFORCEMENT ET RELAXATION 10

Danses sportives
Entretien et renforcement corporel
Gymnastique artistique et sportive
Musculature appareillée
Tai chi, qi gong
Yoga, relaxation
Zumba
Autres activités, gym, danse, renforcement et relaxation

MULTISPORTS 14

SPORTS ÉQUESTRES ET CANINS 14

Activités équestres
Sports canins

SPORTS SANTÉ ET HANDICAP 15

Handisport
Sport adapté
Sport santé

SPORTS COLLECTIFS 16

Basket-ball
Football
Football américain
Handball
Rugby
Volley-ball

SPORTS DE RAQUETTES 17

Badminton
Tennis
Tennis de table

SPORTS ET ACTIVITÉS D'OPPOSITION 18

Boxe
Escrime
Judo et disciplines associées
Karaté et disciplines associées
Autres sports et activités d'opposition

CIRQUE, ESCALADE ET SPORTS AÉRIENS 19

Cirque
Escalade
Parachutisme

De nombreuses associations accueillent des sportifs en situation de handicap. Pour faciliter votre choix, n'hésitez pas à vous reporter aux pictogrammes :





Trouver les offres d'activités sportives ou de loisirs



Localiser les lieux de pratique sportive en libre accès



Accéder aux contacts et informations des clubs



SPORTS AQUATIQUES ET NAUTIQUES

AQUAGYM ET PRATIQUES ASSOCIÉES

Saint-Nazaire agglo

Aquagym, aquabike, aquasports, espace bien-être (sauna, hammam)

CONTACT :
02 40 17 13 50
accueil-aquaparc@agglo-carene.fr
piscines.agglo-carene.fr/aquaparc-saint-nazaire.html

Club Léo 44

Aquagym, aquaphobie / À partir de 18 ans

CONTACT :
Secrétariat / 07 61 07 00 44
clubleo44@gmail.com - clubleo44.wordpress.com

SNAN Saint-Nazaire Atlantique Natation

À partir de 18 ans

CONTACT :
contact@saintnazairenatation.com
abcnatation.fr/sc/200449513

Université Inter Ages

Aquagym et pratiques associées
À partir de 18 ans

CONTACT :
Secrétariat / 02 40 22 74 89
uiasaintnazaire.info

AVIRON

SNOS Aviron

Aviron, yole de mer / À partir de 10 ans

CONTACT :
Christophe Briand / 06 89 92 51 26
snos-aviron@orange.fr
snosaviron.wordpress.com

CANOË KAYAK

SNOS Canoë Kayak

Canoë, kayak, océan-racing, kayak de mer, kayak-polo, pirogue / À partir de 9 ans

CONTACT :
Gérard Lemonnier
06 64 66 58 28 / 02 40 70 14 86
president@snosck.fr - snosck.fr

Ville de Saint-Nazaire

Découverte et apprentissage du kayak (stage en vacances scolaires)
À partir de 9 ans

CONTACT :
Direction des sports et du nautisme
02 44 73 44 88 / saintnazaire.fr

MODÉLISME NAVAL

Société des bateaux modèles

À partir de 15 ans

CONTACT :
Roland Guichard / 06 60 93 84 46
roland.guichard.44@orange.fr

NATATION

Saint-Nazaire agglo

École de natation, palmes / À partir de 5 ans

CONTACT :
02 40 17 13 50
accueil-aquaparc@agglo-carene.fr
piscines.agglo-carene.fr/aquaparc-saint-nazaire.html

Club Léo 44

Natation loisirs, natation enfants et adultes
À partir de 6 ans

CONTACT :
Secrétariat / 07 61 07 00 44
clubleo44@gmail.com - clubleo44.wordpress.com

Esprit Sport 44

Apprentissage natation / À partir de 15 ans

CONTACT :
Anita Dottin / 07 88 17 82 97
espritsport44@gmail.com / 06 80 78 33 52
club.sportspour tous.org/esprit-sport-44

Handi'Nat région nazairienne

Natation adaptée / À partir de 5 ans

CONTACT :
Nicole Chevreuil / 06 79 91 01 29
nicole.chevreuil44@gmail.com
handisportnatationstnazaire.jimdo.com

SNAN Saint-Nazaire Atlantique Natation

Natation sportive, éveil aquatique
À partir de 5 ans

CONTACT :
contact@saintnazairenatation.com
abcnatation.fr/sc/200449513

PÊCHE, PLAISANCE

La Gaulle nazairienne

École de pêche / À partir de 10 ans

CONTACT :

Anthony Gicquiaud / 06 11 66 63 95
aagicquiaud030695@free.fr**Orphie club**

À partir de 8 ans

CONTACT :

Jérôme Bourasseau / 07 63 42 09 16
bjsurfcasting@gmail.com
orphieclub@gmail.com
orphieclub.com**Team Fishing**

Pêche, plaisance / À partir de 10 ans

CONTACT :

David Richard / 07 86 50 30 04
d.richard44600@gmail.com
Luc Bouteloup / 06 06 82 81 42PLONGÉE, APNÉE,
CHASSE SOUS-MARINE**GAP** Groupe Atlantique Plongée
Entraînements à l'Aquaparc et sorties
en mer au Croisic / À partir de 16 ans

CONTACT :

Anne-Laure Guinde / 07 69 77 32 59
contact@gap44.fr - gap44.fr**SNSC** Saint-Nazaire Subaquatique Club
Entraînement, plongée, nage, chasse apnée,
baptêmes sur demande / À partir de 14 ans

CONTACT :

Patrick Perez / 06 23 84 10 12
sns44@gmail.comSKIMBOARD, SURFBOARD,
BODYBOARD**L.A. Glisse**

À partir de 10 ans

CONTACT :

Lucien Vuylsteke / 06 47 54 29 00
Alexandre L'Hostis / 06 75 35 90 35
loireatlantiqueglisse@gmail.com

SAUVETAGE CÔTIER

Ville de Saint-NazaireNiveaux découverte et apprentissage
À partir de 11 ans

CONTACT :

Direction des sports et du nautisme / 02 44 73 44 88
saintnazaire.fr

VOILE ET DISCIPLINES ASSOCIÉES

Club Nautique Saint-Nazaire NantesVoile habitable loisirs, croisière
À partir de 18 ans

CONTACT :

cnsn-voile-loisir.com

SNOS VoileDériveurs, voile radio-commandée (VRC)
À partir de 6 ans

CONTACT :

Ingrid Babin / 07 82 12 69 49
contactsnosvoile@gmail.com
snos-voile.fr**Ville de Saint-Nazaire**Apprentissage et perfectionnement
sur embarcations à voile légère (dériveur 12 ans,
optimist 8 ans, planche à voile 12 ans...)

CONTACT :

Direction des sports et du nautisme
02 44 73 44 88
saintnazaire.frAUTRES ACTIVITÉS
AQUATIQUES ET NAUTIQUES**Association Nautique de Gavy**Association de gestion des mouillages
de Port Gavy

CONTACT :

02 40 70 75 43
angavy.com**Club Léo 44**Bébé nageurs (6 mois - 3 ans) / Mini marsouins
(3 ans - 5 ans) / Mini nageurs (5 ans - 7 ans) /
et 7-9 ans

CONTACT :

Secretariat / 07 61 07 00 44
clubleo44@gmail.com
clubleo44.wordpress.com**Les Vieux Gréments de Saint-Nazaire**Restauration et navigation sur
navires anciens / À partir de 16 ans

CONTACT :

Gérard Simon / 06 71 85 11 96
asso.vgsn@gmail.com
vgsn44.com**SNAN** Saint-Nazaire Atlantique Natation
Water-polo / À partir de 13 ans

CONTACT :

07 61 07 00 44
contact@saintnazairenatation.com
abcnatation.fr/sc/200449513**Société Nautique Saint-Nazaire**
Mouillage

CONTACT :

Patrick Renouf
bureausn@free.frACTIVITÉS
ATHLÉTIQUES ET
ÉPREUVES COMBINÉES

ATHLÉTISME

ESCO 44

À partir de 6 ans

CONTACT :

Audrey Marchand
esco44.athle.sn@gmail.com
esco44-athle.fr**Estuaire Athlétique Club**

À partir de 6 ans

CONTACT :

Annie Caillon / 06 70 06 23 25
estuaireac44@gmail.com
estuaireac.com

COURSE À PIED, TRAIL

ESCO 44

À partir de 6 ans

CONTACT :

Audrey Marchand
esco44.athle.sn@gmail.com
esco44-athle.fr**Estuaire Athlétique Club**

À partir de 18 ans

CONTACT :

Annie Caillon / 06 70 06 23 25
estuaireac44@gmail.com
estuaireac.com**SNOS Athlétisme**

À partir de 18 ans

CONTACT :

Florence Lellouch / 06 95 90 94 93
flo.lellouch@gmail.com
snosathletisme.fr

MARCHÉ ET RANDONNÉE PÉDESTRE

Alerte de Méan

À partir de 15 ans

CONTACT :

Daniel Ouisse / 06 16 09 87 83
alertedemean.org**ANGE** Association Nazairienne
de Gymnastique d'Entretien
Marche nordique / À partir de 14 ans

CONTACT :

Nicole Sellose / 06 11 48 11 12
gymange@free.fr
gym-ange-stnazaire.fr**CNRP** Club Nazairien de Randonnées Pédestres
Randonnées pédestres, marche nordique
À partir de 10 ans

CONTACT :

Danièle Lemarié / 06 77 72 62 77
rene-daniele.lemarie@wanadoo.fr**Esprit Sport 44**Marche active, marche nordique tout public
À partir de 18 ans

CONTACT :

Anita Dottin / 07 88 17 82 97
espritsport44@gmail.com / 06 80 78 33 52
club.sportspourous.org/esprit-sport-44**Rando Loisir 44 Saint-Nazaire**

À partir de 18 ans

CONTACT :

Françoise Hamonou / 02 40 66 25 39
secretariat.randoloisir44@gmail.com
randoloisirs44sn.sportsregions.fr

SNOS Athlétisme

Marche nordique / À partir de 18 ans

CONTACT :

Michel Katimerzis / 06 31 10 86 08
michel.katimerzis@sfr.fr
snosathletisme.fr

SNOS Entretien physique

Marche nordique
À partir de 14 ans

CONTACT :

Madeleine Marzelière / 07 89 62 32 87
Jacqueline Moyon / 06 31 76 86 46
snos-ep@laposte.net
snos-entretienphysic.sportsregions.fr

Université Inter Âges

Marche nordique

CONTACT :

Secrétariat : 02 40 22 74 89
uiasaintnazaire.info

**TRIATHLON, RAID
ET DISCIPLINES ASSOCIÉES****BEST Triathlon**

Aquathlon, duathlon, triathlon, run and bike,
swimrun, raid multisport
À partir de 5 ans

CONTACT :

Marc Guillou / 06 34 31 01 65
marc.besttri@gmail.com
best-triathlon-saint-nazaire.com

Saint-Nazaire Raid Evasion

Raid multisports
À partir de 18 ans

CONTACT :

st.nazaire@raid-evasion.fr
raid-evasion.fr

**ACTIVITÉS D'ADRESSE
ET DE PRÉCISION****BOWLING****Presqu'île Bowling Club
de Saint-Nazaire Océanis**

Bowling collectif et individuel
À partir de 8 ans

CONTACT :

Michèle Giron / 06 25 25 16 14
Jean-Michel Giron / 06 03 61 54 92
gigi_44@live.fr
pbcsaintnazaire.fr

MÖLKKY**Mölkky Club Estuaire Nazairien**

À partir de 8 ans

CONTACT :

Pascale Breton / 06 70 69 27 93
molkkyclubbestuairenazairien@gmail.com

PÉTANQUE, JEUX DE BOULES ET GOLF**Amicale des Angevins**

Boules de fort

CONTACT :

Olivier Durand / 06 89 79 87 05
amicaleangevins@orange.fr

Maison de quartier de Kerlédy

Pétanque / À partir de 16 ans

CONTACT :

02 40 53 50 00
contact@mqkerlede.fr

**Saint-Nazaire, Estuaire
et Presqu'île Street Golf**

Street Golf / À partir de 14 ans

CONTACT :

André Baudin / 06 11 04 37 14
andre.b44600@gmail.com

Saint-Nazaire Pétanque

À partir de 7 ans

CONTACT :

Christian Puaud / 06 14 60 61 73 / 02 40 27 77 86
christianpuaud@free.fr
club.quomondo.com/st_nazaire_petanque

SNOS Pétanque

À partir de 6 ans

CONTACT :

Jacqueline Labbé / 06 03 28 81 20 / 02 40 70 42 79
snospetanque@laposte.net
club.quomodo.com/snospetanque

SNOS Sport Boules lyonnaises

À partir de 9 ans

CONTACT :

Christian Gueffier / 06 19 42 82 48
Luc Yviquel / 06 68 16 98 47
guefkk@gmail.com
snosportboules.fr

Trébale Pétanque Club

À partir de 16 ans

CONTACT :

Marie-Claude Moyon / 06 19 76 94 55
trebalepetanqueclub@gmail.com

UMP Pétanque

À partir de 12 ans

CONTACT :

Roger Roux / 02 40 53 41 07
roux-roger@wanadoo.fr
ump-petanque.clubeo.com

TIR À L' ARC**Les Archers Nazairiens**

À partir de 12 ans

CONTACT :

Thierry Roy / 06 16 24 54 16
archersnazairiens@gmail.com
lesarchersnazairiens.fr

TIR SPORTIF**Association Nazairienne de Tir**

Pistolet 10 et 25m, carabine 10 et 50m,
arbalète, armes anciennes et modernes 25
et 50m / À partir de 8 ans

CONTACT :

Fabrice Pinier / 02 40 22 01 63
stnazairetir@gmail.com
assonazairienedetir.fr

**CYCLISME
ET GLISSE URBAINE****BMX****Saint-Nazaire BMX club**

À partir de 4 ans

CONTACT :

Vincent Le Gland / 06 77 80 45 00
Sandrine Deumié / 06 77 75 76 34
vincent.legland@icloud.com
sbnsecrtaire@orange.fr

**ROLLER, TROTTINETTE,
SKATEBOARD****SUN Ride** Sport urbain nazairien

Roller, trottinette
À partir de 9 ans

CONTACT :

Georgia Gourhand / 06 81 94 12 99
Laurent Dupont / 06 79 97 75 97
sunride44@gmail.com

Ville de Saint-Nazaire

Découverte de la glisse urbaine
(roller/trottinette 8 à 10 ans)

CONTACT :

Direction des sports et du nautisme / 02 44 73 44 88
saintnazaire.fr

VÉLO ET CYCLISME**Cyclos randonneurs
de l'Immaculée**

Cyclotourisme

CONTACT :

Jean-Marc Milville / 06 22 37 38 55
cycloimmaculee44@gmail.com
jeanmarcmilville@gmail.com
cycloimmaculee44.e-monsite.com

Esprit Sport 44

Apprentissage vélo tout public
À partir de 15 ans

CONTACT :

Anita Dottin / 07 88 17 82 97 / 06 80 78 33 52
espritsport44@gmail.com
club.sportspourtous.org/esprit-sport-44



Olympic Cycliste Nazairien

École de cyclisme, baby vélo, loisirs et compétition - À partir de 2 ans

CONTACT :

Patrick Halgand / 06 24 33 05 73
ocnazairien@gmail.com
Alain Apert / 06 11 30 49 39
ocnazairien.fr

Vélo Club Nazairien

cyclotourisme sur route
À partir de 16 ans

CONTACT :

Jacky Loyer / 06 02 71 37 85
contact@veloclubnazairien.fr
veloclubnazairien.fr

VTT**Atlantique Vélo Sport**

VTT randonnée, XC, Enduro
À partir de 16 ans

CONTACT :

Marco Baldin / 06 08 28 50 98
avs.vtt@gmail.com
avs44.com

Ville de Saint-Nazaire

Initiation et perfectionnement vélo
De 5 à 11 ans

CONTACT :

Direction des sports et du nautisme / 02 44 73 44 88
saintnazaire.fr

GYMASTIQUE, DANSE, RENFORCEMENT ET RELAXATION**DANSES SPORTIVES****Atout danses 44**

Rock, salsa, danses de salon, line dance, lindy hop
À partir de 16 ans

CONTACT :

Georges Chapalain / 06 87 85 96 81
asso@atoutdanses44.fr
atoutdanses44.fr

**LN Dance Fusion**

Classique, modern'jazz, hip-hop, barre au sol, stretching, urban contemporain, initiation et éveil à la danse, pilates, yoga, stability ball, gym douce / À partir de 4 ans

CONTACT :

Hélène Denigot / 07 85 49 00 64
helene.denigot.pro@gmail.com

**Maison de quartier Kerléde**

Atelier hip hop
À partir de 11 ans

CONTACT :

contact@mqrkerlede.fr

Océane dance

Danse country, line

CONTACT :

oceanedance44@gmail.com
06 88 45 06 54

ENTRETIEN ET RENFORCEMENT CORPOREL**ANGE** Association Nazairienne de Gymnastique d'Entretien

Gym forme, stretching, gym d'entretien, gym tonic, pilates, cardio, renforcement
À partir de 14 ans

CONTACT :

Nicole Selosse / 06 11 48 11 12
gymange@free.fr
gym-ange-stnazaire.fr

Association Sport Forme et Bien-être

Gym douce, stretching, pilates, équilibre
À partir de 18 ans

CONTACT :

Marie-Ange Rouaud / 06 78 71 47 47
asfbe@orange.fr
asfbe.asptt.com

BODY ART Saint-Nazaire

Renforcement, cardio, gainage
À partir de 18 ans

CONTACT :

Eve-Angélique Moytier / 06 50 45 91 38
basn.event@gmail.com

Energy form

CAF, renforcement musculaire, stretching, fitboxing, bodyball, pilates, tabata
À partir de 15 ans

CONTACT :

Liliane Carrasco / 06 88 45 06 54
Magali Moreau / 06 47 86 82 60
energyform@free.fr

Esprit Sport 44

Gym bien-être tout public, renforcement musculaire adapté, gym forme
À partir de 18 ans

CONTACT :

Anita Dottin / 07 88 17 82 97 / 06 80 78 33 52
espritsport44@gmail.com
club-sportspourtous.org/esprit-sport-44

Fitness horizon

Gymnastique d'entretien, culture physique, gym/stretch, step, LIA, stretching, préparation physique
À partir de 14 ans

CONTACT :

Karine Aubert / 06 99 27 55 32
Bruno Marianni / 06 99 27 53 32
contact@asso-fitnesshorizon.fr
asso-fitnesshorizon.fr

Form' estuaire

Activités physiques adaptées, gym, équilibre, stretching
À partir de 18 ans

CONTACT :

Danielle Charon Delestre / 06 63 77 08 00
bcharon@orange.fr

Maison de quartier de Kerléde

Forme et équilibre, pilates, stretching
À partir de 16 ans

CONTACT :

02 40 53 50 00
contact@mqrkerlede.fr

SNOS Entretien physique

Gym forme, stretching, gym d'entretien, gym tonic, full dance, pilates, cuisse abdos fessiers
À partir de 14 ans

CONTACT :

Madeleine Marzelière / 07 89 62 32 87
Jacqueline Moyon / 06 31 76 86 46
snos-ep@laposte.net
snos-entretienphysic.sportsregions.fr

SNOS Gymnastique

Gym adulte
À partir de 18 ans

CONTACT :

Régis Gautier / 02 40 53 50 03
snos.gymnastique@wanadoo.fr
snos.gymnastique.com

UMP Gym

Fitness, cardio, renforcement musculaire, step, pilates / Enfants et adultes (à partir de 15 ans)

CONTACT :

Karine Hugon / 06 95 14 37 04
caumpgym@gmail.com
umpgym.net

Université Inter Âges

Gym douce
À partir de 18 ans

CONTACT :

Secrétariat / 02 40 22 74 89
uiasaintnazaire.info

GYMASTIQUE ARTISTIQUE ET SPORTIVE**Alerte de Méan**

Gym féminine : Mila Douaud
Gym masculine : Sébastien Ducloux
À partir de 5 ans

CONTACT :

Sébastien Ducloux / 06 30 12 83 61
seb.ducloux@hotmail.fr
contact@alertedemean.org
Mila Douaud / 06 34 23 05 80
alertedemean.org

Étoile Claire Joie Gymnastique

Gymnastique artistique FSCF
À partir de 3 ans

CONTACT :

Marina Monnier / 06 24 46 85 91
etoileclairejoiegym44@gmail.com

Saint-Nazaire GR

Gymnastique rythmique
À partir de 6 ans

CONTACT :

Sandrine Corniquel
saintnazairegr@gmail.com



SNOS Gymnastique

Gymnastique sportive FFG
À partir de 1 an 1/2

CONTACT :
Régis Gautier / 02 40 53 50 03
snos.gymnastique@wanadoo.fr
snos.gymnastique.com

**UMP Gym**

Gymnastique sportive FFG
(GAF, GAM, parkour)
À partir de 1 an

CONTACT :
Karine Hugon / 06 95 14 37 04
caumpgym@gmail.com
umpgym.net

**MUSCULATION APPAREILLÉE****Association de Culture Physique Mixte**

À partir de 18 ans

CONTACT :
philippe.kerloch.67@gmail.com
acpm.muscuc@gmail.com

**SNOS Musculation**

À partir de 18 ans

CONTACT :
snosmusculation@gmail.com

TAI CHI, QI GONG**Art De Rester Vivant**

Taiji Qigong santé : formes traditionnelles
et modernes (shibashi 1 à 8)
À partir de 16 ans

CONTACT :
Mitchiko Mochizuki et Éric Garnier Sinclair
06 30 28 02 80
info@advr.fr
www.adv.fr

**ANGE (Association Nazairienne de Gymnastique d'Entretien)**

Qi Gong
À partir de 14 ans

CONTACT :
Nicole Selosse / 06 11 48 11 12
gymange@free.fr
gym-ange-stnazaire.fr

Association de pratique des arts martiaux internes

Taiji quan, qi gong
À partir de 15 ans

CONTACT :
06 36 72 61 95
ca.apami@gmail.com
apami.asso-web.com

**Association Le Mont Tai Shan**

Qi gong, tai chi chuan style yang, tye chen,
éventail, épée, bagua zhang, qi gong assis
(pour personne à mobilité réduite)
À partir de 14 ans

CONTACT :
Loïc Bosser / 06 19 71 62 45
lemonttaishan@orange.fr

**Centre Étude Karaté**

À partir de 3 ans

CONTACT :
Michel Le Brun / 06 08 03 76 22
Christian Vaillant / 07 83 69 74 52
michel.le-brun3@wanadoo.fr
cek.cekama44@gmail.com
cekestnazaire.com

**Karaté Goju Ryu**

Yang tai chi, medical luohan chi kung
À partir de 10 ans

CONTACT :
Lurdes Coelho / José Coelho
karategojusaintnazaire@gmail.com
karategojusaintnazaire.sportsregions.fr

**Maison de quartier Avalix**

Tai Chi et méditation
À partir de 16 ans

CONTACT :
Marie Chabbi / 02 40 70 95 92
mqavalix@wanadoo.fr
fmq-saintnazaire.fr

SNOS Entretien Physique

Qi Gong, enfants (6-10 ans)
À partir de 6 ans

CONTACT :
Madeleine Marzelière / 07 89 62 32 87
Jacqueline Moyon / 06 31 76 86 46
snos-ep@laposte.net
snos-entretienphysic.sportsregions.fr

**YOGA, RELAXATION****Association Sport Forme et Bien être**

Sophrologie, yoga / À partir de 18 ans

CONTACT :
Marie-Ange Rouaud / 06 78 71 47 47
asfbe@orange.fr
asfbe.asptt.com

Association Yoga Énergie Santé

Yoga de l'énergie / À partir de 16 ans

CONTACT :
Danièle Cadiou Cochy / 06 70 10 90 14
yogaenergiesante@gmail.com
yoga-energie-sante-44.over-blog.com

**Bindu**

CONTACT :
Elisabeth Provost-Ramu / 06 74 21 46 71
binducakra@yahoo.fr
yogalayambindu.org

**Club Léo 44**

À partir de 18 ans

CONTACT :
Secretariat / 07 61 07 00 44
clubleo44@gmail.com
clubleo44.wordpress.com

**Ekilibre**

Yoga, biodanza, voyages sonores

CONTACT :
Anne-Z Courtais (yoga) / 06 17 43 77 08
ekilibre.qigong@gmail.com
Julien Lenoir (biodanza) / 06 58 70 49 21
Emmanuel Traoré (voyages sonores) / 06 63 22 59 33

EVEIL

Yoga (à partir de 3 ans), relaxation, méditation,
luminothérapie, prévention M.N.D (adultes)
À partir de 7 ans

CONTACT :
Marie-Pierre Lahué / 02 40 53 42 88
a.eveil@wanadoo.fr

**Maison de quartier de la Bouletterie**

À partir de 16 ans

CONTACT :
Accueil / 02 40 70 35 22
mqbouletterie@wanadoo.fr
fmq-saintnazaire.fr

**Maison de quartier de Kerléde**

Yoga, Qi Gong, Zen, Do-in / À partir de 16 ans

CONTACT : 02 40 53 50 00
contact@mqkerlede.fr

**Maison de quartier Méan-Penhoët**

Do.In ados et adultes

CONTACT :
contact@mqqmp.fr
fmq-saintnazaire.fr

**UMP Gym**

À partir de 15 ans

CONTACT :
Sandrine Desloges / 06 95 14 37 04
caumpgym@gmail.com
umpgym.net

**Université Inter Âges**

À partir de 18 ans

CONTACT : Secrétariat / 02 40 22 74 89
uiasaintnazaire.info

Vie, l'instant présent

À partir de 16 ans

CONTACT : Yannick Mahé / 06 73 17 96 31
vip.yoga.kundalini@gmail.com

**ZUMBA****ANGE (Association Nazairienne de Gymnastique d'Entretien)**

Zumba / À partir de 14 ans

CONTACT :
Nicole Selosse / 06 11 48 11 12
Olivier Robert / 06 32 27 86 69
gym-ange-stnazaire.fr
gymange@free.fr

Energy form

À partir de 15 ans

CONTACT :
Liliane Carrasco / 06 88 45 06 54
Magali Moreau / 06 47 86 82 60
energyform@free.fr
club.sportspourtous.org/energy-form

**Maison de quartier de Kerléde**

Zum'pilates enfant
À partir de 6 ans

CONTACT : 02 40 53 50 00
contact@mqkerlede.fr



SNOS Danse

Zumba enfant, ados et adultes
À partir de 5 ans

CONTACT :

Tiphaine Violet / 07 70 60 69 05
snos.danse@gmail.com
snosdanse.wixsite.com/snosdanse

UMP Gym

À partir de 15 ans

CONTACT :

Karine Hugon / 06 95 14 37 04
caumpgym@gmail.com
umpgym.net

AUTRES ACTIVITÉS**GYM, DANSE, RENFORCEMENT
ET RELAXATION****Stelliana Dance Studio**

Pôle danse, danse, fitness
À partir de 8 ans

CONTACT :

Tiphaine Polisano / 06 07 49 56 13
stellianadance44600@gmail.com
ploedancestnazaire.com

MULTISPORTS**MULTI-ACTIVITÉS****Alerte de Méan**

Éveil aux premiers pas, éveil de l'enfant
À partir de 6 mois

CONTACT :

Sébastien Ducloux / 06 30 12 83 61
www.alertedemean.org

Esprit Sport 44

Multisport adulte, jeux de raquettes, sports
collectifs, tout public / À partir de 18 ans

CONTACT :

Anita Dottin / 07 88 17 82 97 / 06 80 78 33 52
espritssport44@gmail.com
club.sportpourtous.org/esprit-sport-44



USEP Union Sportive de l'Enseignement
du Premier degré
À partir de 3 ans

CONTACT :

07 82 79 26 03
gnausep@gmail.com
www.gepal.org

**Ville de Saint-Nazaire**

Multisports enfants : sports collectifs,
de raquettes, jeux athlétiques, gymniques,
sports de plage, orientation, tir à l'arc,
escalade... / De 5 à 13 ans

CONTACT :

Direction des sports et du nautisme / 02 44 73 44 88
saintnazaire.fr

**SPORTS ÉQUESTRES
ET CANINS****ACTIVITÉS ÉQUESTRES****Le sabot d'or**

Poney club, centre équestre, écurie
propriétaire, promenade accompagnée,
stages vacances scolaires / À partir de 3 ans

CONTACT :

Secrétariat / 02 40 66 08 00
lesabotdor@yahoo.com
lesabotdor.fr

Poney club des Landes

À partir de 3 ans

CONTACT :

Tiska Couraleau / 06 71 10 42 15
poney-club-des-landes@hotmail.fr

SPORTS CANINS**Club de travail nautique 44**

Chiens de sauvetage en mer
À partir de 18 ans

CONTACT :

Joël Cocard / 06 32 09 02 61
clubtravailnautique44@gmail.com

Roxy Adventure

Canirun

CONTACT :

roxyadventures@gmail.com

Sport canin

Agility, école du chiot, éducation
À partir de 18 ans

CONTACT :

Jacques Bréard / 02 40 53 66 23 - 06 79 55 69 59
asssportcaninstnazaire@orange.fr

**SPORTS SANTÉ
ET HANDICAP****HANDISPORT****Alerte de Méan**

Tir à l'arc, boccia, tennis de table, sarbacane,
torball, ouvert à tous / À partir de 6 ans

CONTACT :

Christine Legrais / 06 89 74 15 10
sportsante@alertedemean.org
alertedemean.org

Association Le Mont Tai Shan

Qi Gong assis sur chaise / À partir de 15 ans

CONTACT :

Loïc Bosser / 06 19 71 62 45
lemonttaishan@orange.fr
qigongtaichichuan.odavia.com

Handi' Nat Région Nazairienne

Natation / À partir de 5 ans

CONTACT :

Nicole Chevreuil / 06 79 91 01 29
nicole.chevreuil44@gmail.com
handisportnatationstnazaire.jimdo.com

SNOS Aviron

Aviron / À partir de 12 ans

CONTACT :

Christophe Briand / snos-aviron@orange.fr
snosaviron.wordpress.com

SNOS Voile

Dériveurs, voile radio commandée
À partir de 6 ans

CONTACT :

Ingrid Babin / 06 10 50 94 25
snos.voile@wanadoo.fr
snos-voile.fr

**SPORT ADAPTÉ****Alerte de Méan**

Activités motrices / À partir de 18 ans

CONTACT :

Christine Legrais / 06 89 74 15 10
sportsante@alertedemean.org
alertedemean.org

Atlantique Basket Club Nazairien

À partir de 5 ans

CONTACT :

Claire Martienne / 06 95 17 31 17
secretariatabcn@gmail.com
abcn.fr

ESCO 44 Entente Sportive des Clubs

de l'Océan de Saint-Nazaire
À partir de 6 ans

CONTACT :

Audrey Marchand
esco44.athle.sn@gmail.com
esco44-athle.fr

Handi' Nat Région Nazairienne

Natation / À partir de 5 ans

CONTACT :

Nicole Chevreuil / 06 79 91 01 29
nicole.chevreuil44@gmail.com
handisportnatationstnazaire.jimdo.com

Karaté Goju Ryu

Karaté adapté et handicap - Taichi - Qi Gong
adapté et handicap / À partir de 10 ans

CONTACT :

Lurdes Coehlo / José Coelho
karatagojusaintnazaire@gmail.com
karatagojusaintnazaire.sportsregions.fr

Saint-Nazaire Atlantique Football

Football et futsal / À partir de 16 ans

CONTACT :

Kévin Priol / 06 70 05 25 12
kevin.priol@hotmail.fr
snaf44.fr

Saint-Nazaire Handball

Hand adapté / À partir de 13 ans

CONTACT : Secrétariat / 06 13 64 36 63
assistantedir.snhb@gmail.com
saintnazairehandball.fr



Saint-Nazaire Ovalie Rugby

CONTACT :
Philippe Le Rhun / 06 13 38 69 00
saintnazaireovalie@outlook.fr

**Saint-Nazaire Volley-Ball Atlantique**

Volley adapté adulte / À partir de 18 ans

CONTACT :
Secrétariat / 02 40 70 27 85
snvba@snvba.net
snvba.net

**SNOS Aviron**

À partir de 12 ans

CONTACT : Christophe Briand
snos-aviron@orange.fr
snosaviron.wordpress.com

**SNOS Pétanque**

À partir de 6 ans

CONTACT :
Jacqueline Labbé / 06 03 28 81 20 / 02 40 70 42 79
snospetanque@laposte.net
club.quomodo.com/snospetanque

**SPORT SANTÉ****Alerte de Méan**

Activités physiques adaptées : gym forme, détente, marche nordique, ouvert à tous
À partir de 18 ans

CONTACT :
Christine Legrais / 06 89 74 15 10
sportsante@alertedemean.org
alertedemean.org

**LabSport**

Maison sport santé

CONTACT :
Léa Belloc / 06 65 19 59 80
contact@labsport.org
Labsport.org

**Saint-Nazaire Volley-Ball Atlantique**

Volley-ball, soft volley, volley santé
À partir de 18 ans

CONTACT :
Secrétariat / 02 40 70 27 85
snvba@snvba.net
snvba.net

SNOS Canoë-Kayak

Dragon-boat (pinkladies)
À partir de 9 ans

CONTACT :
Gérard Lemonnier / 06 64 66 58 28 / 02 40 70 14 86
president@snosck.fr
snosck.fr

**SPORTS COLLECTIFS****BASKET-BALL****ALS Plaisance**

À partir de 4 ans

CONTACT :
Alain Mve Edzang / 07 63 15 81 37 / 02 40 66 84 15
plaisancebasket44@hotmail.com
club.quomodo.com/als_plaisance-basket/

**Atlantique Basket Club Nazairien**

À partir de 5 ans

CONTACT :
Claire Martienne / 06 95 17 31 17
secretariatbcn@gmail.com
abcn.fr

**Les Fréchets basket club**

À partir de 3 ans

CONTACT :
Yvette Duval / 06 13 77 55 66
frechets@live.fr
lesfrechets.fr

**SNOS Basketball**

À partir de 5 ans

CONTACT :
Tony Beyel / 06 69 37 09 61
communication.snosbasketball@gmail.com
snos-basket.fr

**Vaillante Immaculée basket**

À partir de 3 ans

CONTACT :
Clothilde Engler / 06 40 71 47 99
vaillanteimmaculeebasket@gmail.com
lavaillante-basket.fr

**FOOTBALL****Alerte de Méan**

À partir de 7 ans

CONTACT :
Delphine Bithorel / 06 28 70 07 39
contact@alertedemean.org
alertedemean.org

**Football club Immaculée**

À partir de 5 ans

CONTACT :
Sora Busson / 07 66 78 97 97
sorabussonfci@gmail.com
fcimmaculee.footeo.com

**Saint-Marc Football**

À partir de 6 ans

CONTACT :
Yasmine Arabi Katbi / 06 61 04 64 76
Romain Alix / 06 18 65 95 85
saintmarcfoot@gmail.com
stmarcfootball.footeo.com

**Saint-Nazaire Atlantique Football**

À partir de 5 ans

CONTACT :
Christine Landais / 06 59 06 14 75
Secrétariat / 02 40 66 37 63
secretariat@snaf44.fr
snaf44.fr

**UMP Football**

À partir de 5 ans

CONTACT :
Jean-Marc Lefebvre / 06 29 11 42 48
Laurent Cadou / 07 83 40 98 36
umpfoot@orange.fr
club.quomodo.com/umpenhoetfootball

**FOOTBALL AMÉRICAIN****The bridge american football**

À partir de 8 ans

CONTACT :
club@thebridge-americanfootball.com

**HANDBALL****Kraken Handball Nazairien**

Compétitions et loisirs
À partir de 16 ans

CONTACT :
Olivier Macé / 6244111@ffhandball.net
Alexis Thomas / 06 25 30 39 77
alexisthomas8@icloud.com
kraken-handball-nazairien.webflow.io

**Saint-Nazaire HandBall**

Compétitions et loisirs / À partir de 4 ans

CONTACT :
Secrétariat / 06 13 64 36 63
assistantedir.snhb@gmail.com
saintnazairehandball.fr

**RUGBY****Saint-Nazaire Ovalie**

À partir de 3 ans

CONTACT :
Philippe Le Rhun / 06 13 38 69 00
saintnazaireovalie@outlook.fr
saintnazaireovalie.ffr.fr

**VOLLEY-BALL****Saint-Nazaire volley-ball Atlantique**

À partir de 4 ans

CONTACT : Secrétariat / 02 40 70 27 85
snvba@snvba.net
snvba.net

**SPORTS DE RAQUETTES****BADMINTON****Alerte de Méan**

À partir de 10 ans

CONTACT : Stéphane Pétard / 06 15 75 00 59
contact@alertedemean.org
alertedemean.org

**Badminton Loisir Nazairien**

Badminton loisirs / À partir de 18 ans

CONTACT :
Benjamin Bonafos / 06 77 80 25 48
Thibault Liebmann / 06 72 41 12 40
bln.stnazaire@gmail.com



Saint-Nazaire Badminton

À partir de 7 ans

CONTACT : Cedric Huet
huet.cedric11@gmail.com
sites.google.com/site/snbad44/

**TENNIS****Saint-Nazaire tennis club**

À partir de 2 ans 1/2

CONTACT : Secrétariat / 02 47 53 37 59
sntc44600@gmail.com

**TENNIS DE TABLE****Saint-Nazaire Léon Blum Tennis de table**

À partir de 6 ans

CONTACT :
Florence Reichert / 06 82 13 33 86
florencereichert@wanadoo.fr
snlbt.club.sportsregions.fr

Saint-Nazaire Tennis de table

À partir de 5 ans

CONTACT : Hervé Goulay / 06 28 23 98 41
Michel Robieu / 06 12 95 60 32
contact.sntt@orange.fr
saintnazairett.sportsregions.fr

**UMP Tennis de table**

À partir de 6 ans

CONTACT :
Éric Pierre / 06 17 52 91 12 / 06 73 95 26 63
eric.pierre44@sfr.fr
umpping.com

**SPORTS ET ACTIVITÉS D'OPPOSITION****BOXE****Boxing nazairien**Boxe éducative, compétition, aérobosse
À partir de 8 ans

CONTACT :
Stéphane Cazeaux / 06 23 41 01 68
Eddy Beaudremont / 06 22 47 16 21
stephane.cazeaux69@gmail.com
eddy.beaudremont@laposte.net

**Sitan gym Nazairien**Boxe thaï, kick boxing
À partir de 7 ans

CONTACT :
Jawad Garni / 07 85 21 32 28
Christophe Cocheteau / 06 51 92 94 06
christophe.cocheteau@gmail.com
yountiss@yahoo.fr

**ESCRIME****Société d'escrime Saint-Nazaire**

À partir de 6 ans

CONTACT :
Jean-François André / 02 40 53 86 13
jf.andre2@wanadoo.fr
sesn.sportsregions.fr

**JUDO ET DISCIPLINES ASSOCIÉES****Judo Club Nazairien**judo, jujitsu, renforcement musculaire,
taïso, auto-défense, kendo, iaido
À partir de 4 ans

CONTACT : 02 40 70 98 76
Judoclubnazairien@gmail.com
judo-club-nazairien.com/

**KARATÉ ET DISCIPLINES ASSOCIÉES****Art De Rester Vivant**Enfants, juniors et adultes.
Kung Fu Wushu FFK (kids 6-10 ans)
(juniors 11-16 ans), krav maga FFK,
krav maga Amazones @, Taiji Qi Gong FFSPT,
Yoseikan-budo baby FFK (3-5 ans),
initiation boxe pieds/poings

CONTACT :
Mitchiko Mochizuki et Éric Garnier Sinclair
06 30 28 02 80
info@advr.fr
advr.fr

**Association Le Mont Taï Shan**

Kung fu de 6 à 15 ans

CONTACT :
Loïc Bosser / 06 19 71 62 45
lemonttaishan@orange.fr

**Centre Étude Karaté**

Karaté, body karaté / À partir de 3 ans

CONTACT :
Michel Le Brun / 06 08 03 76 22
Christian Vaillant / 07 83 69 74 52
michel.le-brun3@wanadoo.fr
cek.cekama44@gmail.com
ceksnazaire.com

**Détaï-Self-Défense (DSD)**Taï-jitsu, self défense
À partir de 14 ans

CONTACT :
Richard Le Saux / 06 63 09 02 12
assodetai@gmail.com
taijitsudetai.fr

Karaté Club Nazairien

Karaté / À partir de 4 ans

CONTACT :
Fabrice Mignot / 06 86 03 17 91
Laetitia Perréon / 06 07 32 07 45
kcn.saintnazaire@gmail.com
karateclubnazairien.fr

**Karaté Goju Ryu Saint-Nazaire**

À partir de 5 ans

CONTACT :
Lurdes Coelho / José Coelho
karategojusaintnazaire@gmail.com
karategojusaintnazaire.sportsregions.fr/

**Nishi No Ki**

Karaté Kyokushinkai / À partir de 15 ans

CONTACT :
Laurent Dessaint / 06 62 58 27 91
ouestki@gmail.com
kyokushinsaintnazaire.jimdo.com

AUTRES SPORTS ET ACTIVITÉS D'OPPOSITION**Académie nazairienne de combat sportif**

Lutte, grappling / À partir de 7 ans

CONTACT :
Serge Lebreton / 06 45 64 98 61
Avagyan Gurgun / 07 69 19 38 07
serge.lebreton0787@orange.fr
gurgun121091@gmail.com

**Échiquier nazairien**

Échecs / À partir de 4 ans

CONTACT :
Franck Frayssinet / 06 24 18 41 79
echiquiernazairien@yahoo.fr
echiquier-nazairien.com

**Ginga Nago**

Capoeira

CONTACT :
ginganazaire@gmail.com

**Saint-Nazaire Aïkido**

À partir de 8 ans

CONTACT :
Jean-Michel Violet / 06 15 36 25 77
st-nazaire.aikido@laposte.net
saintnazaireaikido.fr

**CIRQUE, ESCALADE ET SPORTS AÉRIENS****CIRQUE****La Volière LRDA**

les rencontres de danses aériennes

CONTACT :
Amandine Prigent / coordination@lavoilierecirque.com
Cindy Le Clère / 06 43 34 84 13
administration@lavoilierecirque.com

**ESCALADE****Roc Estuaire**

À partir de 8 ans

CONTACT :
rocestuaire@gmail.com
rocestuaire.jimdo.com

**PARACHUTISME****SNOS Parachutisme**Sauts loisirs, démonstration et
compétition en précision d'atterrissage
À partir de 15 ans

CONTACT :
snosparachutisme@gmail.com
snos-parachutisme.sportsregions.fr/



Toute l'année, des ACTIVITÉS TERRESTRES et NAUTIQUES pour tous les niveaux

Envie de faire découvrir à votre enfant une nouvelle discipline ? Il ou elle souhaite se perfectionner dans son sport préféré ?

Vous trouverez probablement la formule idéale dans l'offre de la Direction des sports et du nautisme de la Ville de Saint-Nazaire :

- **pour une pratique régulière :**
l'École Municipale des Sports propose les mercredis après-midi de toute l'année (hors vacances scolaires) des activités multisports, de pleine nature ou nautiques, en niveau débutant ou confirmé.
- **en formule courte :**
des stages sportifs, d'une durée d'une semaine, sont proposés lors des vacances scolaires : activités nautiques (optimist, dériveur, planche à voile, kayak, sauvetage côtier...) et terrestres (VTT, sports collectifs, sports de raquette, multisports...) sont à découvrir !

Toutes les inscriptions se font auprès de **l'Espace famille**,
4 rue Lechat (face à la médiathèque)
tél . 02 44 73 43 00



Ville de Saint-Nazaire
Direction des sports et du nautisme
7 avenue Pierre de Coubertin
02 44 73 44 88
saintnazaire.fr

20
TERRE
DE JEUX
24

