



**A VOS
MARQUES,
PRÊTS,
BOUGEZ !**

**ASSOCIATION SPORTIVE DECHANTELOUP-EN-BRIE
2022 - 2023**

AGENDA



SEPTEMBRE

- > Forum le vendredi 2 septembre de 17h à 21h30 sous la Halle des Rencontres
- > 1 semaine pour tester nos activités gratuitement et sans engagement



OCTOBRE

- > Assemblée Générale Ordinaire
- > Stage de Badminton et Yoga enfants



JANVIER

- > Vœux / Galette des rois



FÉVRIER

- > Stage de Baby gym et Multisport



AVRIL

- > Animation



JUIN

- > Journée ASC

EN PLUS DE NOS SECTIONS



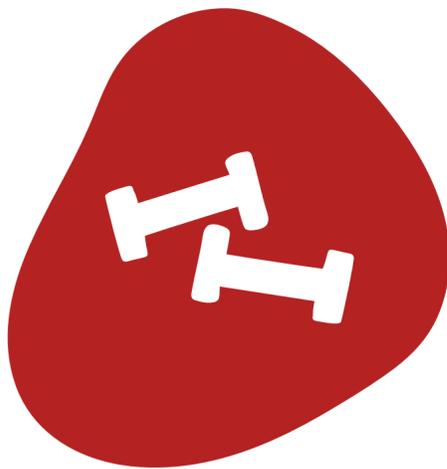
**Ateliers méditation
(séances le samedi matins
et le mercredi midi)**



**Stages yoga enfants
(pendant les vacances scolaires)**



Sorties vélo



Multisport adultes



Course à pied à plusieurs

L'ASC EN CHIFFRES

1974

C'est cette année là que l'Association Sportive de Chanteloup-en-Brie (ASC) est née ! Et oui, voilà bientôt 50 ans que l'ASC oeuvre pour vous réunir autour du sport et de ses valeurs.

300

C'est le nombre d'adhérents de la saison 2021-2022 ! C'est vous : et pour ça, nous souhaitons vous remercier de contribuer de près ou de loin à la vie sportive et associative .

30

C'est le nombre d'heures de cours et activités pratiquées chaque semaine par nos adhérents, que ce soit en semaine, en soirée, ou en week-end.

10

C'est le nombre de sections pour la saison 2022-2023 ! L'ASC propose ainsi de nombreuses activités à la fois d'intérieur et d'extérieur pour tous les âges. Vous trouverez forcément votre bonheur ici...

LE MOT DE LA PRÉSIDENTE

L'Association Sportive de Chanteloup en Brie (ASC), fondée en 1974, regroupe aujourd'hui 10 sections sportives pour toutes et tous, et ce dès l'âge de 2 ans. Elle s'appuie sur une équipe de bénévoles constituée, entre autres, de responsables de sections.

Certaines sections sont encadrées par un professeur diplômé, d'autres sont en « roue libre » avec le soutien d'un ou plusieurs passionnés. Notre terrain de jeu se situe essentiellement sur la commune de Chanteloup-en-Brie. La mairie nous facilite l'accès aux différentes installations, indispensables à la plupart de nos activités.

L'ASC permet à quelques 300 adhérents de pratiquer du sport à dimension humaine, en bénéficiant de tarifs attractifs.

Je tiens ici à remercier tous nos bénévoles, nos professeurs, nos partenaires et sponsors sans qui cette aventure associative ne pourrait exister. Par leur engagement, ils vous offrent la possibilité de trouver votre équilibre, de développer vos capacités physiques, et de profiter de moments d'échanges et de partages.

Mais sans adhérent, une association n'a pas d'existence alors merci à tous nos inscrits. Vous pouvez pratiquer l'une ou l'autre de nos disciplines en toute convivialité. Notre bulletin d'inscription est disponible sur notre site internet www.aschanteloup77.fr, rubrique "Pages" puis "Inscription".

J'espère que vous trouverez « chaussure à votre pied », parmi la liste de nos activités, et que nous aurons le plaisir de vous retrouver prochainement parmi nous.

Agnès ARNAUD

BABY GYM

L'éveil ludique des plus petits

➤ A PROPOS

L'enfant, accompagné ou non dans les exercices, peut acquérir des notions d'espace, de rythme, de motricité, d'adresse, d'autonomie et de socialisation.

➤ INFORMATIONS

- > De 2 à 5 ans**
- > Durée de la séance 45 min**
- > Questionnaire de santé à remplir**
- > Cours assurés à partir de 7 enfants par groupe**

➤ HORAIRES

- > Mercredi de 9h45 à 10h30**
Votre enfant a entre 2 et 3 ans, il sera accompagné d'un adulte
- > Mercredi de 10h45 à 11h30**
Votre enfant a entre 3 et 5 ans, il participera seul à l'activité (cours plus soutenu que le 1er groupe)

ACTIVITÉ AU GYMNASSE FRISON ROCHE - ROUTE DU MOULIN BOURCIER



➤ **CONTACT**

➤ asc77baby@gmail.com

➤ **L'ADHÉSION COMPREND**

- 25 séances réparties sur l'année (hors vacances scolaires)
- Séances avec un éducateur qualifié
- Droit d'entrée et assurance

➤ **TARIFS**

➤ 150€ pour le 2ème enfant d'une fratrie



➤ **170€ / AN**

Rejoignez-nous et démarrez les entraînements dès la rentrée !

BADMINTON

Ludique, technique et physique

➤ A PROPOS

Séances composées d'échauffements, de jeux et de matchs tout en favorisant la stratégie et la précision.

➤ INFORMATIONS

- > A partir de 7 ans**
- > Venez avec votre raquette**
- > Certificat médical obligatoire**
- > Questionnaire de santé à remplir pour les mineurs**

➤ HORAIRES

- > Lundi de 17h à 18h (7 à 11 ans)**
- > Lundi de 18h à 19h (12 à 15 ans)**
- > Lundi de 19h à 20h15 (adultes dès 16 ans)**

ACTIVITÉ AU GYMNASSE FRISON ROCHE - ROUTE DU MOULIN BOURCIER



➤ CONTACT

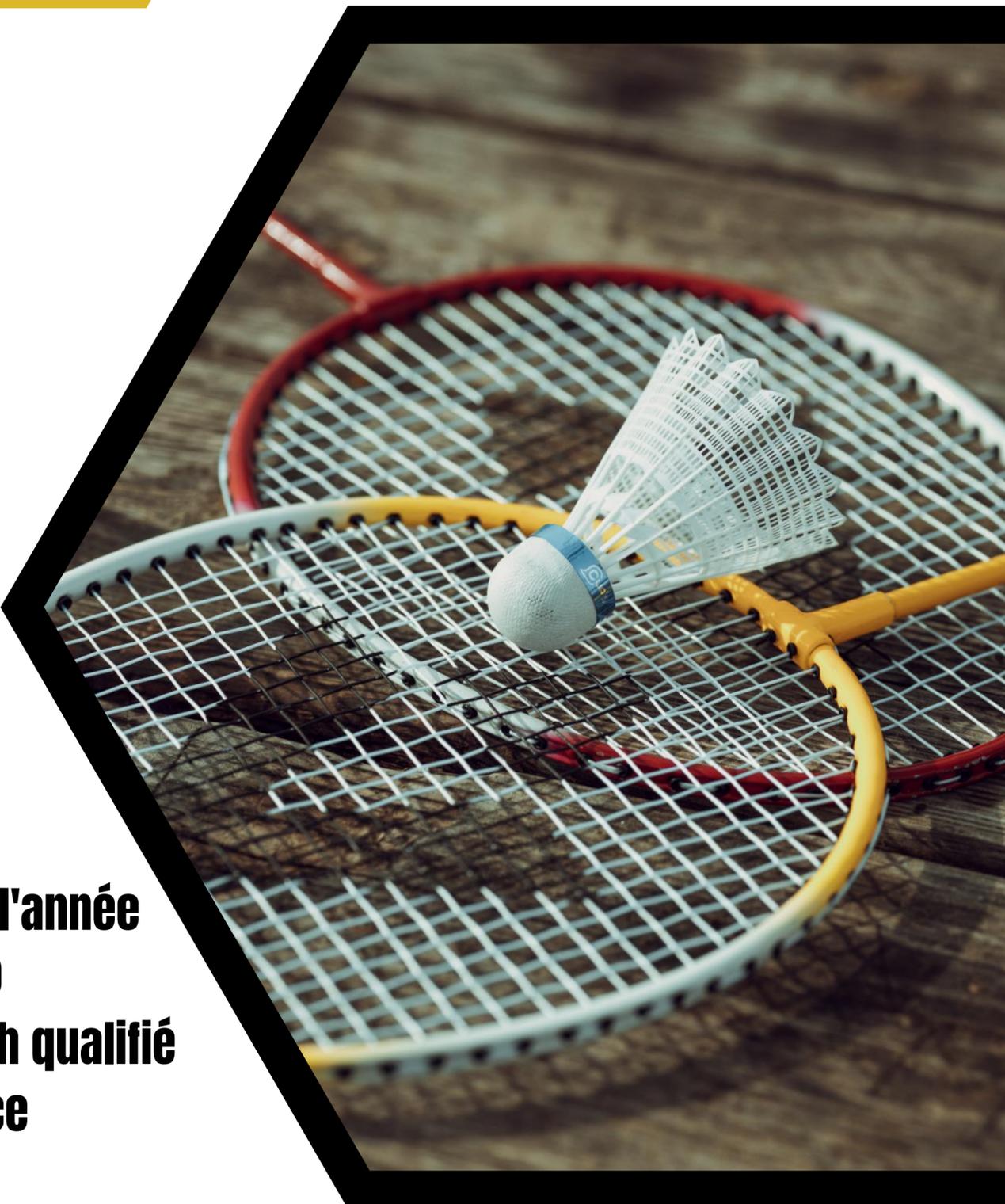
➤ asc77bad@gmail.com

➤ L'ADHÉSION COMPREND

- 25 séances réparties sur l'année (hors vacances scolaires)
- Encadrement par un coach qualifié
- Droit d'entrée et assurance

➤ TARIFS

➤ Adaptable (fratrie, couple, contraintes professionnelles)



➤ 150€ / AN

Rejoignez-nous et démarrez les entraînements dès la rentrée !

CARDIO TRAINING

Préparez votre summer body

> A PROPOS

Les séances sont composées de cardio, de renforcement musculaire et de stretching adaptées à tous les niveaux.

> INFORMATIONS

- > A partir de 16 ans**
- > Certificat médical obligatoire**
- > Questionnaire de santé à remplir pour les mineurs**

> HORAIRES

- > Lundi de 20h30 à 22h30**

ACTIVITÉ AU GYMNASSE FRISON ROCHE - ROUTE DU MOULIN BOURCIER

➤ CONTACT

➤ asc77cardio@gmail.com

➤ L'ADHÉSION COMPREND

- 30 séances réparties sur l'année (hors vacances scolaires)
- Encadrement par un coach qualifié
- Droit d'entrée et assurance

➤ TARIFS

➤ Adaptable (fratrie, couple, contraintes professionnelles)



➤ 180€ / AN

Rejoignez-nous et démarrez les entraînements dès la rentrée !

GYM ADULTES

Programme complet adapté à tous les profils

➤ A PROPOS

Petit panel des activités de vos séances : abdos fessiers, step, fitness, stretching, renforcement musculaire, gym posturale, ...

➤ INFORMATIONS

- > A partir de 16 ans**
- > Cours au Gymnase salle Frison Roche le mercredi soir**
- > Cours à la Ferme du Pavillon le vendredi matin**
- > Apportez votre tapis**
- > Certificat médical obligatoire**
- > Questionnaire de santé à remplir pour les mineurs**

➤ HORAIRES

- > Mercredi de 20h30 à 21h30**
- > Vendredi de 9h à 10h et de 10h à 11h**

**ACTIVITÉ AU GYMNASSE FRISON ROCHE - ROUTE DU MOULIN BOURCIER
ET AU CENTRE DE LOISIRS - ROUTE DE LA FERME DU PAVILLON**



➤ **CONTACT**

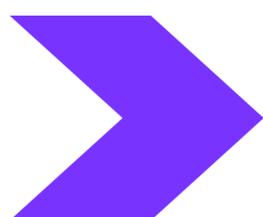
➤ **asc77gym@gmail.com**

➤ **L'ADHÉSION COMPREND**

- **25 semaines sur l'année
(hors vacances scolaires)**
- **Jusqu'à 3h de cours par semaine**
- **Encadrement par un coach qualifié**
- **Droit d'entrée et assurance**

➤ **TARIFS**

- **Adaptable (fratrie, couple, contraintes professionnelles)**



150€ / AN

Rejoignez-nous et démarrez les entraînements dès la rentrée !

MARCHE NORDIQUE

80% des muscles sollicités

➤ A PROPOS

Marche rapide qui permet la maîtrise de son souffle et de sa coordination. Les bâtons servent à se propulser et aident à la dynamique.

➤ INFORMATIONS

- > A partir de 12 ans**
- > Sorties autour de Chanteloup et en Seine et Marne**
- > Certificat médical obligatoire**
- > Questionnaire de santé à remplir pour les mineurs**

➤ HORAIRES

- > Dimanche de 9h30 à 11h30**

RDV SOUS LA HALLE OU COVOITURAGE POUR SE RENDRE AU LIEU DE DÉPART

➤ **CONTACT**

➤ asc77marchenordique@gmail.com

➤ **L'ADHÉSION COMPREND**

- 25 séances réparties sur l'année (hors vacances scolaires)
- Encadrement par un coach qualifié
- Droit d'entrée et assurance

➤ **TARIFS**

➤ Adaptable (couple, contraintes professionnelles)

➤ **150€ / AN**

Rejoignez-nous et démarrez les sorties dès la rentrée !



MULTISPORT

Susciter l'intérêt de l'enfant à différentes activités

➤ A PROPOS

Aider l'enfant à s'initier aux pratiques sportives individuelles ou collectives, qui lui permettent de développer ses capacités physiques et motrices, prendre confiance, favoriser l'autonomie et la socialisation.

➤ INFORMATIONS

- > De 4 à 11 ans**
- > Cycle de 4 semaines par discipline**
- > Questionnaire de santé à remplir**
- > Cours assurés à partir de 8 enfants par groupe**

➤ HORAIRES

- > Mercredi de 13h30 à 14h30 (4 à 7 ans)**
- > Mercredi de 14h30 à 15h30 (8 à 11 ans)**
- > Jeudi de 17h à 18h (4 à 7 ans)**
- > Jeudi de 18h à 19h (8 à 11 ans)**

ACTIVITÉ AU GYMNASSE FRISON ROCHE - ROUTE DU MOULIN BOURCIER



> CONTACT

> asc77michelle@gmail.com

> L'ADHÉSION COMPREND

- > 25 séances réparties sur l'année (hors vacances scolaires)**
- > Séances avec un éducateur qualifié**
- > Droit d'entrée et assurance**

> TARIFS

> 135€ pour le 2ème enfant d'une fratrie



> 155€ / AN

Rejoignez-nous et démarrez les entraînements dès la rentrée !

PÉTANQUE

Moments de partage

➤ A PROPOS

**L'activité s'effectue en loisir ou en compétition.
Précision et convivialité sont de la partie.**

➤ INFORMATIONS

- > Rencontres sur le terrain municipal**
- > Certificat médical obligatoire**
- > Questionnaire de santé à remplir pour les mineurs**

➤ HORAIRES

- > Libres**

TERRAIN DE PETANQUE - RUE DE LA GARE (ENTRE LA HALLE ET LE TERRAIN DE FOOT)



ASSOCIATION SPORTIVE DE CHANTELOUP



@ASCHANTELOUP77



ASCHANTELOUP77.FR

 **CONTACT**

> lucsthault@laposte.com

 **L'ADHÉSION COMPREND**

- > Droit d'entrée et assurance
- > Licence

 **TARIFS**

- > Cotisation adulte : 45€
- > Cotisation jeune : 15€



45€ / AN

Rejoignez-nous et démarrez les entraînements dès la rentrée !

RANDONNÉE

Découvrez nos belles régions

➤ A PROPOS

Offrez-vous le plaisir de découvrir nos belles régions françaises et leur patrimoine.

➤ INFORMATIONS

- > 1 randonnée rapide par mois**
- > 2 randonnées par mois**
- > 1 randonnée sur Paris en décembre**
- > 2 week-ends (juin et octobre)**
- > Certificat médical obligatoire**
- > Questionnaire de santé à remplir pour les mineurs**

➤ HORAIRES

- > Samedis en demie-journée**
- > Dimanches en journée**

RDV SUR LE PARKING DE LA MAIRIE POUR LE COVOITURAGE OU SUR LE LIEU DE DÉPART



➤ **CONTACT**

➤ asc.marchepied@gmail.com

➤ **Planning consultable sur :**
marchepied.over-blog.com

➤ **L'ADHÉSION COMPREND**

➤ **Droit d'entrée et assurance**

➤ **TARIFS**

➤ **21€ individuel**

➤ **38€ pour 2 personnes + 5€ / personne supplémentaire de la même famille**

➤ **Adhésion FFRP optionnelle**

➤ **21€ / AN**

Rejoignez-nous et démarrez les sorties dès la rentrée !



TENNIS DE TABLE

Détente sportive

➤ A propos

**Activité conviviale autour de la petite balle
sous la responsabilité de chaque joueur.**

➤ INFORMATIONS

- > Certificat médical obligatoire**
- > Questionnaire de santé à remplir pour les mineurs**

➤ HORAIRES

- > Jeudi de 20h00 à 22h30**
- > Dimanche de 9h30 à 12h30**

ACTIVITÉ AU GYMNASSE FRISON ROCHE - ROUTE DU MOULIN BOURCIER

➤ **CONTACT**

➤ asc77tennisdetable@gmail.com

➤ **L'ADHÉSION COMPREND**

- **Accès libre aux tables
(hors vacances scolaires)**
- **Droit d'entrée et assurance**

➤ **TARIFS**

➤ **Prix unique**

➤ **20€ / AN**

Rejoignez-nous et démarrez les entraînements dès la rentrée !



YOGA

Enfants et adultes - un moment pour soi

➤ A propos

Développe la confiance en soi et la maîtrise de son souffle. Le yoga permet de se détendre et de s'apaiser, s'assouplir et se muscler. Favorise l'épanouissement, la concentration et aide à la canalisation de l'énergie.

➤ INFORMATIONS

- > A partir de 7 ans**
- > Certificat médical obligatoire**
- > Questionnaire de santé à remplir pour les mineurs**
- > Apportez votre tapis**

➤ HORAIRES

- > Adultes Samedi de 8h00 à 9h30**
- > Adultes Samedi de 9h30 à 11h00**
- > Stages enfants pendant les vacances scolaires**

ACTIVITÉ AU GYMNASSE FRISON ROCHE - ROUTE DU MOULIN BOURCIER



➤ **CONTACT**

➤ asc77agnes@gmail.com

➤ **L'ADHÉSION COMPREND**

- **25 séances réparties sur l'année (hors vacances scolaires)**
- **Encadrement par un coach qualifié**
- **Droit d'entrée et assurance**

➤ **TARIFS**

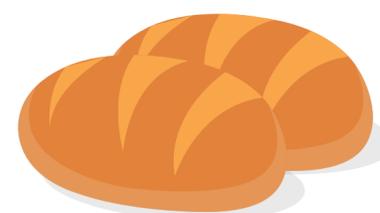
- **Adaptable (fratrie, couple, contraintes professionnelles)**



➤ **150€ / AN**

Rejoignez-nous et démarrez les entraînements dès la rentrée !

ILS NOUS SOUTIENNENT



Boulangerie Bondiguel



MERCI A EUX



**Des maisons sur-mesure
économiques et écologiques**



**35, avenue de Saint-Germain-des-Noyers
77400 Saint-Thibault-des-Vignes**

**Domexpo Est - 5, rue de la Hayette
77100 Mareuil-lès-Meaux**



www.demeures-idf.fr

01 64 02 75 41

NOS ACTIVITÉS



Baby Gym
Badminton
Cardio training
Gym adultes
Marche nordique
Multisport
Randonnée
Tennis de table
Yoga



RENSEIGNEMENTS



ASCHANTELOUP77@GMAIL.COM



ASCHANTELOUP77.FR



@ASCHANTELOUP77



ASSOCIATION SPORTIVE DE CHANTELOUP

