

MONTROUGE • VILLE SPORTIVE

SPORT POUR TOUS



LES CHIFFRES CLÉS DU SPORT À MONTROUGE



47

installations
sportives dont

7 gymnases municipaux,
1 gymnase départemental,
3 stades

(Cercle Athlétique de Montrouge,
Jean Lezer et Maurice Arnoux)

1 piscine
avec espace sport
et détente à l'Aquapol

1 boulodrome



18%

des Montrougiens
disposent d'une
licence
sportive

515 600 €

pour les dépenses
de fonctionnement
(entretien et achat de matériel)

25

associations

30

 disciplines

près de 7000 licenciés

504 470 €

de subventions
aux associations
sportives en 2022



52



agents travaillent dans les
installations sportives

dont 26 éducateurs sportifs



Étienne Lengereau, Maire de Montrouge
Vice-président Vallée Sud - Grand Paris
(au centre)

Jacques Meledje
Conseiller municipal délégué aux Sports
(à gauche)

Jean-Yves Verzeele
Maire-adjoint délégué à la Vie associative
et aux Sports (à droite)

Un nouvel élan à l'activité physique et sportive

Parce que le sport fait partie de l'ADN de Montrouge (Ville active et sportive, Terre de jeux 2024), parce que vous êtes près de 7 000 personnes à disposer d'une licence sportive et à désirer de nouvelles disciplines, parce que vous êtes de plus en plus adeptes du sport en plein air, en dehors de toute structure en club, nous nous sommes lancés dans une réflexion stratégique sur la pratique sportive et physique à Montrouge.

Nous vous avons d'abord écouté pour mieux comprendre vos attentes et vos besoins en lançant une grande consultation en septembre 2021. Nous effectuons depuis, un travail de fond pour trouver des solutions d'aménagement à vos demandes dans l'espace public et pour programmer et financer la modernisation et l'évolution de nos équipements sportifs. Nous vous présenterons bientôt ce grand plan d'envergure qui vise à encourager le sport pour tous.

Car n'oublions pas : le sport est à la fois source de bien-être, de santé, de cohésion entre nous et de dynamisme local sous l'impulsion de nos 25 associations et de leurs bénévoles dont nous saluons ici l'engagement. Nous continuons donc à mettre en œuvre tous les moyens pour une ville qui favorise toujours plus le sport pour tous et l'esprit sportif dans nos structures comme dans l'espace public.

“ Pour que
Montrouge soit
un véritable
terrain de sport
pour tous
et partout en
ville ”





1. VIVRE LE SPORT
À MONTROUGE p.7

2. DÉCOUVRIR LES INSTALLATIONS
SPORTIVES p.25

3. TROUVER SON OU SES ACTIVITÉS
SPORTIVES p.37

4. CONTACTER LES ASSOCIATIONS
E LES CLUBS PRIVÉS p.59



9 – LES MISSIONS ET LES COMPÉTENCES
DE LA VILLE DE MONTROUGE AUTOUR DU SPORT

22 – UNE NOUVELLE DYNAMIQUE
SPORTIVE

**VIVRE LE SPORT
À MONTROUGE**

1

LES 5 MISSIONS DE LA VILLE EN FAVEUR DU SPORT

Le fonctionnement et l'entretien des 47 équipements sportifs

Pour pratiquer dans de bonnes conditions une activité physique ou sportive en loisir ou en compétition.

La préparation de la rentrée et de l'année sportive des écoles et des clubs



Le soutien aux 25 associations sportives locales

Le développement de la pratique libre

La promotion du sport à travers l'organisation de rencontres sportives, d'événements grand public, et à travers l'engagement pour les JO 2024.

Avec le soutien financier du Conseil
Départemental des Hauts-de-Seine



LES MISSIONS ET LES COMPÉTENCES DE LA VILLE DE MONTROUGE AUTOUR DU SPORT

La Ville de Montrouge encourage la pratique d'une activité physique et sportive pour tous : jeunes, personnes en situation de handicap, sportifs de haut niveau, seniors... L'objectif est de proposer une offre riche et variée en club et à l'extérieur.

Promouvoir la pratique sportive « loisir »

Soutenir les associations sportives locales et leurs projets sportifs

Les associations sont un maillon essentiel de la pratique sportive à Montrouge. C'est pourquoi la Municipalité les soutient à la fois sur le plan financier et matériel : mise à disposition gratuite des installations, aide à l'organisation logistique pour leurs manifestations, attribution de subventions de fonctionnement, dispositifs d'aide aux compétitions de niveau national avec l'aide du Conseil départemental des Hauts-de-Seine...

Ce soutien aux associations est structuré par des conventions d'objectifs d'une durée de trois ans, qui lient la Ville et les associations. Dans ces conventions, les associations décrivent leur projet sportif et la Ville propose des moyens financiers et matériels en phase avec ce projet pour les accompagner dans la réalisation de ces objectifs. De quoi renforcer le partenariat mais aussi dynamiser la pratique sportive à Montrouge !

18 % de la population
de Montrouge dispose
d'une licence sportive
soit 7000 licenciés !

“ **Montant alloué
aux associations
sportives en 2022 :
504 470 €** ”

**VOIR LA LISTE
DES ASSOCIATIONS
PAGES 60 À 63**

LE SAVIEZ-VOUS ?



Une tarification préférentielle pour les Montrougiens

La Ville de Montrouge a développé un partenariat particulier avec les 3 grandes associations sportives locales : le Cercle Athlétique de Montrouge (CAM), le Montrouge Football club 92 (MFC 92) et le Stade Multisports de Montrouge (SMM). En contrepartie de la subvention municipale, les clubs s'engagent à la mise en place d'une tarification préférentielle pour les Montrougiens.

Les trois plus grandes associations sportives

Stade Multisports de Montrouge (SMM) : 3 941 adhérents, 22 disciplines sportives.

Cercle Athlétique de Montrouge (CAM) : 1560 adhérents, 2 disciplines sportives (tennis et hockey-sur-gazon).

Montrouge Football Club 92 (MFC 92) : 780 adhérents, 1 discipline sportive (football).



Encourager le sport pour tous

La Municipalité tient à encourager les projets sportifs des clubs et à les faire évoluer aussi selon les besoins de tous les Montrougiens quel que soit leur âge. C'est pourquoi, elle a développé de nouvelles dynamiques de travail avec les associations autour du sport adapté et du sport santé.

À ce titre, à l'initiative du Stade Multisports de Montrouge (SMM), 22 éducateurs au sport santé ont été formés en 2022 afin de permettre à ceux qui sont particulièrement éloignés de la pratique, de s'adonner à leur sport préféré.

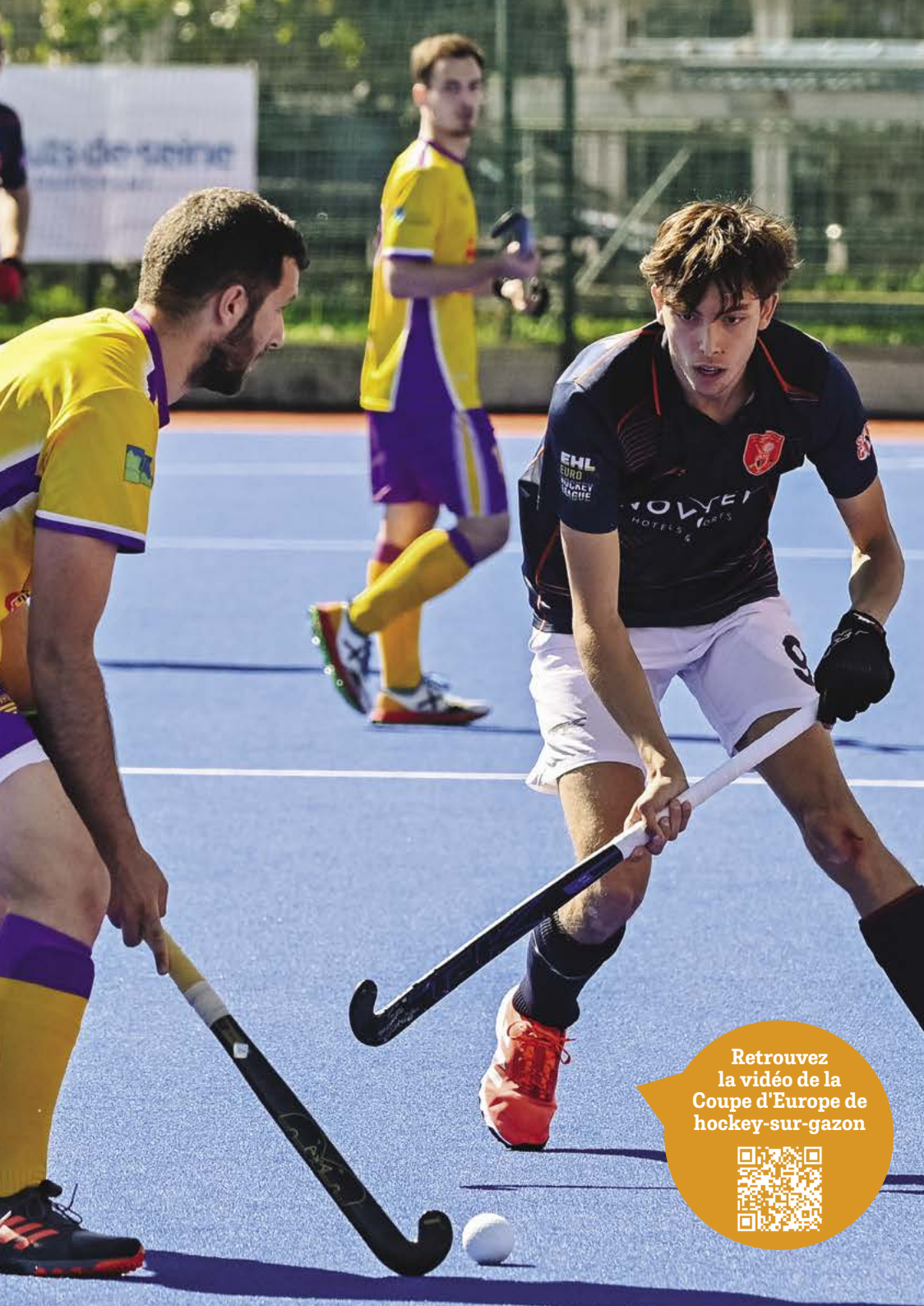
Parce qu'il n'est pas toujours facile de trouver une activité physique et sportive accessible pour son enfant en situation de handicap physique ou mental, le SMM a créé une section "sports adaptés" en septembre 2021. Chaque séance (jeux de ballon, gymnastique, exercices d'adresse et d'équilibre...) est l'occasion de se dépenser, de travailler sa motricité et de découvrir les sports par petites touches. Les éducateurs sportifs sont formés par la Fédération Française du Sport Adapté.

Enfin, en matière de sport-santé, la Ville de Montrouge a tissé un partenariat avec le CAPS (Centre d'Activités Physiques et Sportives) de l'hôpital psychiatrique Paul Guiraud à Clamart. Les patients qui sont suivis, peuvent ainsi faire du sport à Montrouge en présence d'une psychomotricienne, d'un éducateur en Activités Physiques Adaptées (APA) et d'un ergothérapeute. Des tournois peuvent même être organisés.



PROJET ! Le foot en marchant

Le Montrouge Football Club souhaite proposer une section « **football en marchant** ». De quoi permettre à nos aînés de continuer à se réunir pour jouer à leur rythme et partager un moment de convivialité !



Retrouvez
la vidéo de la
Coupe d'Europe de
hockey-sur-gazon



Favoriser le sport en extérieur

City parc, terrains de basket et de football, tables de ping-pong, terrains de pétanque, agrès... La Ville de Montrouge a créé de nombreux équipements et espaces publics pour faire du sport en extérieur. Cette dynamique va être accentuée dans les années à venir car c'est une demande très forte des Montrougiens (lire page 22).

En effet, plus que de simples espaces et des équipements, les aménagements sportifs deviennent de véritables lieux de vie dans la ville et dans les quartiers. Regroupant hommes et femmes de tous âges et de toutes conditions physiques, ils deviennent des points de rencontres et d'échanges **créateurs de lien social**. Ces espaces sont aussi des lieux de vie intergénérationnels où seniors, adolescents, adultes et enfants se côtoient dans le respect et la bonne humeur.

LE SAVIEZ-VOUS ?

- Vous pouvez aller courir gratuitement au stade Maurice Arnoux en journée, la piste est ouverte aux Montrougiens de 12h à 13h30 et de 19h à 22h. **Il est ouvert à tous !** (lire page 40)
- Des agrès sont à votre disposition au Parc Jean-Loup Metton et au square de la Marne.



Les agrès du Parc Jean-Loup Metton

Organiser des événements grand public

Pour permettre de découvrir tous les sports qui peuvent être pratiqués à Montrouge, **la Ville organise chaque année le Forum de rentrée en septembre**. Des rencontres avec les bénévoles des associations sportives sont proposées au village sportif du stade Maurice Arnoux ainsi que des démonstrations et des initiations. Chacun peut ainsi découvrir les activités sportives à pratiquer près de chez lui, obtenir des informations sur les équipements et entrer en contact avec les associations. Inscrivez-vous auprès d'elles, les places étant limitées !



L'été, la Ville de Montrouge organise les Dimanches sportifs, gratuits et accessibles à tous. Au parc Jean-Loup Metton, des ateliers de gymnastique douce, de zumba ou encore de renforcement musculaire, animés par des éducateurs sportifs du service des sports de la Mairie, sont proposés à tous dans la bonne humeur.

S'engager pour les JO

Territoire de sport, Montrouge a décidé de s'impliquer davantage dans la perspective des Jeux Olympiques et paralympiques, qui auront lieu en Île-de-France en 2024. Elle a d'ailleurs obtenu le label "Terre de Jeux 2024" qui reconnaît son implication dans la promotion de la pratique sportive et la contribution au succès populaire des Jeux Olympiques. Le Cercle Athlétique de Montrouge (CAM) sera notamment terre d'entraînement du hockey-sur-gazon.

À l'approche des Jeux Olympiques, la Mairie organise aussi chaque année la Semaine olympique et paralympique dans les écoles. Sport de haut niveau, sport santé, sensibilisation au handicap et au paralympisme, les interventions en classe et des initiations à travers la pratique sur le terrain sont nombreuses.



1 300 élèves
ont participé à
la semaine Olympique
et paralympique 2022

20
TERRE
DE JEUX
24

8 écoles montrougienne labellisées Génération 24

Quatre écoles élémentaires (Renaudel A et B, Boileau et Aristide Briand) et quatre maternelles (Aristide Briand, Buffalo, Maurice Arnoux et Rabelais) ont été labellisées « Génération 2024 » par l'Éducation Nationale. Ce label vise à développer des passerelles entre le monde scolaire et le mouvement sportif. À titre d'exemple, les élèves de la maternelle Maurice Arnoux et de l'école élémentaire Briand ont eu l'occasion de découvrir des sports tels que le tir à l'arc et le hockey-sur-gazon, le handisport avec la pétanque adaptée ou le cécifoot (foot avec les yeux bandés) et d'échanger autour de la santé et le sport.



Activités physiques et sportives proposées à l'EMS

Initier et former les jeunes aux sports

Plus qu'une activité physique, le sport est un facteur de socialisation : respect des règles, de l'adversaire, esprit de compétition... Ainsi, la Ville de Montrouge mène une politique active de promotion du sport auprès des jeunes.

L'École municipale des sports

Pour favoriser la pratique sportive des jeunes Montrougiens âgés de 6 à 10 ans, la Ville de Montrouge propose, tous les mercredis de 8h à 18h en période scolaire, des activités à l'École municipale des sports (EMS). Chaque enfant a la possibilité de choisir au moment de l'inscription un menu sportif « multisports » comprenant chacun quatre activités sportives différentes à l'année : une activité le matin et une activité l'après-midi par semestre, ce qui permet à l'enfant de pratiquer quatre activités à l'année. L'ordre des activités sportives n'est pas chronologique. Toutes les activités sont mixtes. Les menus évoluent et sont réajustés chaque année. Des stages sont proposés pendant les vacances scolaires (sauf au mois d'août) du lundi au vendredi de 8h30 à 18h (lire page 45).

Tickets sports

Les 10-17 ans peuvent faire du sport gratuitement à chaque période de vacances scolaires et pendant l'été grâce à l'opération Ticket-sports, du lundi au vendredi de 9h30 à 12h et de 14h à 18h. Futsal, tennis de table, danse, tir à l'arc, golf, basket, badminton... Des tournois sont organisés dans les diverses activités pour réunir les jeunes. L'équipe d'animateurs socio-éducatifs ou d'éducateurs sportifs diplômés veille à l'encadrement des jeunes. Le programme de la semaine est dévoilé chaque lundi. Des sorties sont organisées à la piscine et dans les équipements sportifs du Département des Hauts-de-Seine.

► Stade Maurice Arnoux - 107, rue Maurice Arnoux.
Infos au 06 45 92 68 23 - ticketssports@ville-montrouge.fr

L'éducation physique et sportive à l'école

La Ville de Montrouge travaille également avec l'Éducation nationale pour sensibiliser les jeunes à la pratique du sport durant le temps scolaire : cycles de découvertes sportives pour les enfants de CE2, apprentissage de la natation à l'Aquapol, cycles de préparation au cross. Elle anime aussi des opérations sportives comme la Semaine olympique et paralympique.

Le cross scolaire

Chaque année au printemps, la Ville de Montrouge et l'Éducation Nationale organisent le cross scolaire. Pendant plusieurs semaines, des éducateurs sportifs municipaux travaillent avec les enseignants pour préparer la course. Ensemble, ils entraînent et conseillent les enfants. Durant l'évènement, chaque participant est récompensé et les meilleurs coureurs de chaque course reçoivent une médaille.



Soutenir le sport de haut niveau

Les licenciés montrougiens côtoient de grands champions, tant par leurs résultats que par leurs compétences. Même s'ils frôlent les sommets et participent à de prestigieuses compétitions, ils exercent tous en amateur.

Certains athlètes bénéficient du statut officiel de « sportif de haut niveau », ce qui signifie qu'ils sont reconnus par le Ministère des sports.

“ 15 Montrougiens sont licenciés sportifs de haut niveau ”

- **Maxime Amara**, Football, catégorie Espoirs, Montrouge FC 92
- **Mathis Bézier Mercier**, Hockey-sur-gazon, catégorie Relève, CAM
- **Mathis Clément**, Hockey-sur-gazon, catégorie Relève, CAM
- **Marius Clément**, Hockey-sur-gazon, catégorie Relève, CAM
- **Tom Gaillard**, Hockey-sur-gazon, Catégorie Collectifs nationaux, CAM
- **Sina Gassama**, Football, catégorie Espoirs, Montrouge FC 92
- **Louis Haertelmeyer**, Hockey-sur-gazon, catégorie Relève, CAM
- **Antonin Igau**, Hockey-sur-gazon, catégorie Sénior, CAM
- **Gaëtan Larnicol**, Hockey-sur-gazon, catégorie Relève, CAM
- **Emilie Marchio**, Hockey-sur-gazon, catégorie Relève, CAM
- **Mohamed Kader Meite**, Football, catégorie Espoirs, Montrouge FC 92
- **Hatem Mimoune**, Football, catégorie espoirs, Montrouge FC 92
- **Lucas Montecot**, Hockey-sur-gazon, catégorie Relève, CAM
- **Diane Saint Martin**, Hockey-sur-gazon, catégorie Espoirs, CAM
- **Rafael Stab**, Hockey-sur-gazon, catégorie Espoirs, CAM

PARMI LES CHAMPIONNES ET LES CHAMPIONS QUI FRÉQUENTENT CES CLUBS :

Mélanie Egalon, athlétisme, 3^{ème} féminine des 80 kms de l'éco-trail de Paris 2022
Marc Dansou, natation, participant aux JO 2021

À Montrouge, 4 clubs comptent dans leurs rangs des licenciés qui jouent dans la cour des grands. Ils s'entraînent sur les mêmes terrains que les pratiquants loisir. Il s'agit :

- des sections Athlétisme, Natation, Tennis et Badminton du Stade Multisports de Montrouge (SMM)
- des sections Tennis et Hockey sur gazon du Cercle Athlétique de Montrouge (CAM)
- de l'équipe U17 Nationaux du Montrouge Football Club 92 (MFC 92)
- et de l'équipe outdoor du Phoenix de Montrouge Ultimate Frisbee.

La Ville de Montrouge accompagne financièrement ces clubs notamment en payant les frais de déplacement, inévitables pour se qualifier lors des compétitions nationales.

Le saviez-vous ?

La Ville de Montrouge honore chaque année les meilleurs sportifs montrougiens de l'année dans plusieurs catégories :

équipe féminine,
équipe masculine,
équipe mixte, sportif et sportive de l'année.

À cette occasion, sont aussi remises les médailles de la Jeunesse, du Sport et de l'Engagement associatif et les diplômes du Bénévolat.



Offrir des équipements de qualité pour les amateurs et professionnels

Montrouge est une ville sportive. Et pour preuve, 18% de la population montrougeenne dispose d'une licence sportive. De plus, Montrouge compte 47 installations sportives. **C'est la Mairie de Montrouge qui assure la construction, l'entretien, la maintenance et l'exploitation de ces équipements.** Elle les met à la disposition des Montrougiens, des écoles, des associations montrougiennes à titre gratuit et des comités d'entreprises (payant).

Cette riche offre d'équipements représente un effort financier important de la part de la Mairie : 515 600 € sont consacrés aux besoins de fonctionnement (entretien et achat de matériel).

À chaque niveau (départemental, régional, national) correspondent des critères pour l'homologation des terrains. La Ville de Montrouge prend aussi en compte ces éléments spécifiques pour **réaliser les travaux nécessaires sur les installations.**

Écoliers, collégiens et lycéens en journée, adhérents des associations et usagers peuvent pratiquer de nombreux sports à Montrouge chaque jour de la semaine sans interruption, tout en bénéficiant de bonnes conditions de pratique sportive, du vestiaire jusqu'à la salle ou le stade.

Le Cercle Athlétique de Montrouge (CAM) se prépare (déjà)

Propriétaire du site du CAM, la Municipalité travaille en collaboration avec le club dans la perspective des JO de 2024. **Montrouge a obtenu le label Terre de Jeux et le CAM sera d'ailleurs un centre de préparation pour les sportifs** pour le tennis et le hockey-sur-gazon...

La Mairie va faire construire des tribunes pour les compétitions de hockey-sur-gazon et proposer une nouvelle offre gourmet et sportif au restaurant !

De quoi se mettre en bonne condition pour les JO 2024.



Le stade Jean Lezer, nouvelle terre du ballon



Ce stade emblématique de Montrouge réservé aux amoureux du ballon vient d'être rénové par la Mairie. Terrain agrandi, nouveaux équipements (bancs de touche...), nouvelle pelouse synthétique lui permet aujourd'hui, d'être homologué catégorie 4 par la Fédération et d'accompagner le club dans ses bons résultats. En 2023, une annexe avec zones de stockage, sanitaires publics extérieurs et espace boutique du club et un abri extérieur de stockage des équipements d'entretien finiront la réalisation.

Le saviez-vous ?

En 2023, la Mairie investit pour le sport :

■ **La rénovation des équipements sportifs outdoor au square de la Marne**

Rénovation du terrain multisport et des tables de ping-pong, installation d'une zone de street workout en libre accès.

Ouverture : mai 2023

■ **L'installation d'1 bulle pour 2 terrains de tennis et la réfection du terrain synthétique** pour le football, le frisbee et le rugby au stade Maurice Arnoux

Une direction et une équipe

La Direction des sports et de la vie associative de la Ville de Montrouge assure le recrutement, la formation permanente et la rémunération des agents municipaux.



52 agents pour gérer les installations sportives et animer les activités municipales

En coulisse, ils entretiennent et mettent les équipements sportifs à disposition des différents publics.

dont



1 directeur

Il coordonne l'action du service et contribue à la mise en œuvre de la politique sportive de la ville



1 coordinatrice des installations sportives responsable de la fréquentation des équipements sportifs

Elle veille au remplacement du matériel, instruit les demandes d'installations, programme les événements et les compétitions en relation avec les divers utilisateurs.



1 responsable de secteurs

Il coordonne le travail des agents et veille de façon générale au bon fonctionnement de ces installations.



1 directeur de l'École municipale des sports

Il coordonne les activités physiques et sportives.



26 éducateurs sportifs

Ils animent l'École municipale des sports, les interventions en milieu scolaire, les Dimanches Sportifs...

UNE NOUVELLE DYNAMIQUE SPORTIVE

Pour affirmer son approche globale et affiner encore sa politique sportive, la Ville de Montrouge a lancé en septembre 2021 une grande consultation « Pratique physique et sportive » auprès de tous les Montrougiens. Les objectifs ? Dresser un état des lieux de la demande à Montrouge, évaluer votre satisfaction par rapport à l'offre actuelle, faire émerger vos attentes afin d'améliorer et d'enrichir la « nouvelle » offre à développer sur le terrain.

La consultation s'est traduite par :

- des entretiens avec les agents municipaux du service des sports
- des rencontres avec les associations locales et salles de sports privées
- des groupes de travail réunissant toutes les générations, pratiquants ou non avec l'appui des Comités de quartier
- un questionnaire envoyé à tous les Montrougiens par courrier

Les premiers résultats confirment que l'offre sportive est riche et diversifiée sur Montrouge. Mais aussi la tendance est à la baisse concernant la pratique du sport de compétition, et la demande plus forte en terme de sport santé, du sport loisir et de découverte de nouvelles disciplines et de pratique libre. La Ville de Montrouge veut et va imaginer des formules souples, ouvertes, accessibles, plus larges et plus exhaustives tout en intégrant un plan de rénovation des équipements existants. Ce grand plan d'envergure vous sera présenté prochainement.





26 – LES 3 STADES

28 – LES 8 GYMNASES

30 – LA PISCINE DE L'AQUAPOL

35 – LES ACTIVITÉS OUTDOOR
EN PRATIQUE LIBRE

**DÉCOUVRIR
LES INSTALLATIONS SPORTIVES**

Les 3 stades

Stade Paul Montay du Cercle Athlétique de Montrouge (CAM)

60, avenue Marx Dormoy

3 hectares de loisir

- 17 courts de tennis dont 16 en terre battue
- 1 terrain synthétique de hockey-sur-gazon
- 1 pelouse de jeu avec 2 courts de mini tennis
- 1 restaurant/club house avec terrasse arborée devant le court central de tennis

Stade Jean Lezer

2, rue Chateaubriand

Terrain d'entraînement et des matchs du Montrouge Football Club (MFC92).

Peut accueillir 395 spectateurs dont 9 à mobilité réduite et en situation de handicap

- 1 terrain de foot en gazon synthétique
- 1 tribune de 395 spectateurs



QUELLES ACTIVITÉS Y PRATIQUER ?

- **Hockey-sur-gazon** • Page 49
- **Tennis** • Page 55

QUELLES ACTIVITÉS Y PRATIQUER ?

- **Football** • Page 47

Stade Maurice Arnoux

107, rue Maurice Arnoux

- 1 terrain de football en gazon synthétique
- 1 piste d'athlétisme
- 1 plateau multisports
- 1 boulodrome
- 1 gymnase
- 1 dojo
- 1 salle de musculation
- 1 salle de boxe
- 1 octogone
- 1 salle de motricité
- 5 terrains de tennis extérieurs (4 en green set et 1 en dur)
- 3 terrains de tennis couverts (green set)

QUELLES ACTIVITÉS Y PRATIQUER ?

- **Aïkido** • Page 39
- **Athlétisme** • Page 40
- **Badminton** • Page 41
- **Baby gym** • Page 41
- **Basket-ball** • Page 42
- **Boxe** • Page 42
- **Éveil omnisports** • Page 46
- **Fitness/Musculation** • Page 47
- **Football** • Page 47
- **Judo/Ju-jitsu** • Page 50
- **Karaté** • Page 50
- **Pétanque** • Page 51
- **Rugby** • Page 54
- **Sport adapté** • Page 54
- **Tennis** • Page 55
- **Ultimate Frisbee** • Page 56
- **Yoga** • Page 56-57



Les 8 gymnases

Gymnase Maurice Arnoux

107 rue Maurice Arnoux

QUELLES ACTIVITÉS Y PRATIQUER ?

- Badminton • Page 41
- Basket-ball • Page 42

Gymnase Henri Ginoux (réouverture en septembre 2023)

91 avenue Henri Ginoux

QUELLES ACTIVITÉS Y PRATIQUER ?

- Basket-ball • Page 42
- Krav Maga • Page 51
- Tennis • Page 55
- Ultimate Frisbee • Page 56
- Volley-ball • Page 56

Gymnase Buffalo

41 rue Victor Basch

QUELLES ACTIVITÉS Y PRATIQUER ?

- Danse moderne jazz • Page 44
- Gymnastique adultes • Page 48
- Taekwondo • Page 54
- Tennis • Page 55

Gymnase Renaudel

1 rue Jules Guesde

QUELLES ACTIVITÉS Y PRATIQUER ?

- Basket-ball • Page 42
- Escrime • Page 46
- Handball • Page 49

Gymnase Maurice Genevoix

11 rue d'Arcueil

QUELLES ACTIVITÉS Y PRATIQUER ?

- Acro Danse • Page 39
- Badminton • Page 41
- Danse moderne jazz • Page 44
- Gymnastique artistique • Page 48
- Tennis • Page 55

Gymnase Rabelais

Rue du cadran solaire/passage Draeger
(accessible au niveau du 50, avenue Henri
Ginoux)

**Le gymnase sera fermé pendant 2 ans
à partir de septembre 2022
en raison de la rénovation de l'école
Rabelais et de son gymnase.**

Gymnase de la Vanne

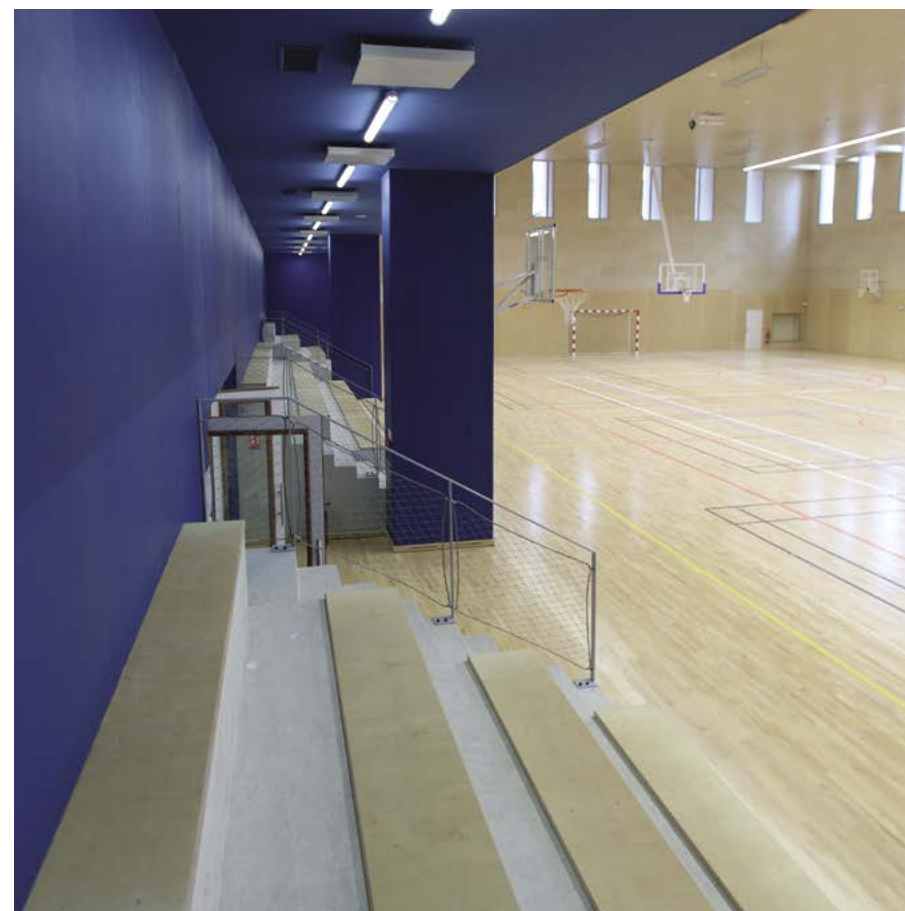
31 rue de la Vanne

QUELLES ACTIVITÉS Y PRATIQUER ?

- Badminton • Page 41
- Basket-ball • Page 42

Gymnase Robert Doisneau (gymnase départemental)

97 boulevard Romain Rolland





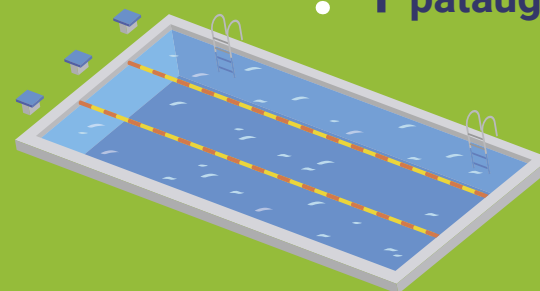
La piscine de l'Aquapol

(Fermée pour travaux avec une réouverture prévue en septembre 2023)

Gérée par Vallée Sud - Grand Paris, la piscine de Montrouge appelée Aquapol est conçue pour répondre aux besoins des familles, des sportifs et même des bébés nageurs ! Un solarium est également ouvert aux beaux jours.

La piscine comprend

- 1 bassin sportif de 25 mètres
- 1 bassin ludique (geysers, contre-courant, etc.)
- 1 pataugeoire



Le centre de remise en forme comprend

- 1 salle de fitness (espace cardio / musculation)
- 1 espace de bien-être (hammam, sauna)

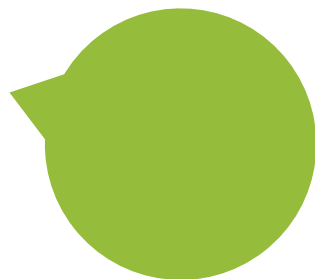
Toutes les informations sur les tarifs et les formules sur www.valleesud.fr/fr/aquapol-de-montrouge

Horaires de l'Aquapol

Ouverture des bassins	Période scolaire (du 9 au 27 juin)	Petites vacances scolaire	Grandes vacances scolaires (à partir du 28 juin)
Lundi	12H - 14H et 17H - 19H30	9H - 19H	9H30 - 20H
Mardi	6H45 - 8H30, 12H - 14H et 19H30 - 22H	6H45 - 22H	9H30 - 22H
Mercredi	10H - 18H30	9H - 19H	9H30 - 20H
jeudi	6H45 - 8H30, 12H - 14H et 17H- 19H30	6H45 - 19H	6H45 - 20H
Vendredi	12H - 14H et 19H30 - 22H	9H - 22H	9H30 - 20H
Samedi *	9H - 12H30 et 14H - 18H	9H - 12H30 et 14H - 18H	9H - 19H
Dimanche et jours fériés **	9H - 12H30 et 14H - 18H	9H - 12H30 et 14H - 18H	9H - 19H

**QUELLES ACTIVITÉS
Y PRATIQUER ?**

- Aquagym • Page 39
- Aquajogging - Aquapalmes • Page 39
- Aquatonic • Page 40
- Aquatraining • Page 40
- Coaching Aquaphobie • Page 43



Horaires de la salle de remise en forme

Salle de remise en forme	Période scolaire (du 9 au 27 juin)	Petites vacances scolaire	Grandes vacances scolaires (à partir du 28 juin)
Lundi	10H - 21H	9H - 21H	9H- 21H
Mardi	6H45 - 22H	6H45 - 22H	9H - 22H
Mercredi	10H - 21H	9H - 21H	9H - 21H
jeudi	6H45 - 21H	6H45 - 21H	6H45 - 21H
Vendredi	10H - 22H	9H - 22H	9H - 22H
Samedi	9H - 12H30 et 14H - 18H	9H - 12H30 et 14H - 18H	9H - 19H
Dimanche et jours fériés **	9H - 12H30 et 14H - 18H	9H - 12H30 et 14H - 18H	9H - 22H

ATTENTION : en dehors des heures d'ouverture des bassins au public, l'accès au centre de remise en forme n'est autorisé qu'aux détenteurs d'une carte d'abonnement.

** Sauf les 1^{er} janvier, 1^{er} mai et 25 décembre


BON À SAVOIR ET CONSIGNES À RESPECTER :

- Tout enfant de moins de 10 ans doit être accompagné par un adulte ou par une personne majeure.
- Les tenues adaptées (slip de bain et bonnet de bain) sont obligatoires (en vente sur place). Les shorts, caleçons et bermudas ne sont pas autorisés.
- Une pièce de 1€ ou 1 jeton de caddie est nécessaire pour les casiers.
- Les poussettes, trottinettes et vélos sont interdits à l'intérieur de l'Aquapol. Il est nécessaire de prévoir un antivol pour les attacher à l'extérieur du bâtiment.

Tarifs et formules de l'Aquapol

Entrées et abonnements

Entrées individuelles	
Gratuité : enfant de moins de 4 ans, accompagnateur handicapé (sur présentation d'une carte d'invalidité ou professionnel), centre de loisirs du territoire, animateur centre de loisirs (dans la limite des taux d'encadrement légaux)	0 €
Tarif réduit : de 4 à 18 ans, handicapé avec carte 80 %, étudiant, lycéen, séniors, demandeurs d'emploi	2,80 €
Adulte	4,40 €
Espace Fitness + piscine (réservé aux + 18 ans)	10,70 €
Carte perdue ou volée	5 €
Cartes	
Carte 10 heures	
Tarif unique	27 €
Carte 10 entrées	
Tarif réduit : de 4 à 18 ans, handicapé avec carte 80 %, étudiant, lycéen, séniors, demandeurs d'emploi	24 €
Adulte	38,80 €
Carte 10 entrées espace Fitness (réservé aux + 18 ans)	
Tarif unique	95 €
Abonnements annuels	
Piscine tarif réduit : de 4 à 18 ans, handicapé avec carte 80 %, étudiant, lycéen, séniors, demandeurs d'emploi	199 €
Piscine adulte	249 €
Espace Forme + piscine (réservé aux + 18 ans)	430,40 €
Espace Forme + piscine payable au mois (réservé aux + 18 ans)	40,80 €

Les activités outdoor en pratique libre

Parc Jean Loup Metton

Avenue Jean Jaurès

QUELLES ACTIVITÉS
Y PRATIQUER ?

- Parcours sportif
- Pétanque
- Ping-pong

Parc Jean Moulin

105 avenue Aristide Briand

QUELLES ACTIVITÉS
Y PRATIQUER ?

- Ping-pong

Parc Renaudel

118 avenue Jean Jaurès

QUELLES ACTIVITÉS
Y PRATIQUER ?

- Basket
- Football
- Handball
- Jogging

Square du Général de Gaulle

15 boulevard du Général de Gaulle

QUELLES ACTIVITÉS
Y PRATIQUER ?

- Baby-foot
- Basket-ball

Square Maurice Arnoux

102 rue Maurice Arnoux

QUELLES ACTIVITÉS
Y PRATIQUER ?

- Baby-foot
- Ping-pong

Stade Maurice Arnoux

107 rue Maurice Arnoux

QUELLES ACTIVITÉS
Y PRATIQUER ?

- Jogging

Square de la Marne

57 avenue de la Marne

QUELLES ACTIVITÉS
Y PRATIQUER ?

- Basket-ball
- Ping-pong
- Street-Workout



3

38 – LE CHOIX D'UNE ACTIVITÉ SPORTIVE

39 – LES ACTIVITÉS EN CLUB ET LIBRES
EN EXTÉRIEUR

**TROUVER SON OU SES
ACTIVITÉS SPORTIVES**

LE CHOIX D'UNE ACTIVITÉ SPORTIVE

Le choix d'une activité sportive répond à de multiples critères, le premier étant l'appétence pour une discipline sportive. La fréquence des activités, leurs horaires, leurs niveaux et les lieux où elles se pratiquent ont aussi leur importance. Les associations sportives de Montrouge vous donneront toutes ces informations. Les médecins du Centre municipal de santé (CMS) peuvent vous recommander un sport en fonction de l'âge de vos enfants, de leur état de santé et de leurs besoins.

Bien choisir l'activité de ses enfants

6 ANS

Âge à partir duquel l'enfant peut débiter une réelle pratique sportive



Avant 7 ANS

Le sport favorise l'éveil moteur et la psychomotricité



À partir de 7 ANS

L'enfant peut s'investir dans une pratique physique régulière



Renseignements : Centre municipal de santé

5/7, rue Amaury Duval - Ouvert du lundi au vendredi de 8h à 19h

Tél. : 01 46 12 74 09 - Tout sur 92120.fr

Les activités en club

Acro Danse

De 4 à 8 ans

Salle de Gymnastique Maurice Genevoix - 11 rue d'Arcueil

Contact : SMM - Secrétariat général au Stade Maurice Arnoux
105, rue Maurice Arnoux - 01 42 53 70 88 - smm92.fr

Aïkido

Dès 7 ans

Dojo Maurice Arnoux - 107 rue Maurice Arnoux

Contact : SMM - Secrétariat général au Stade Maurice Arnoux
105, rue Maurice Arnoux - 01 42 53 70 88 - smm92.fr

Aquagym (Reprise Septembre 2023)

Aquapol - 91 avenue Henri Ginoux

Contact : SMM - Secrétariat général au Stade Maurice Arnoux
105, rue Maurice Arnoux - 01 42 53 70 88 - smm92.fr

Aquajogging - Aquapalmes (Reprise Septembre 2023)

Dès 18 ans

Aquapol - 91 avenue Henri Ginoux

Contact : 01 70 68 98 08 - aquapol@valleesud.fr - valleesud.fr

ASTUCE ?
REPÉREZ LES LIEUX
DES ACTIVITÉS
SUR LA CARTE EN
FIN DE GUIDE.

LE SAVIEZ-VOUS ?



- La piste d'athlétisme est ouverte gratuitement à tous les Montrougiens de 12h à 13h30 et de 19h à 22h
- Elle est ouverte aux entreprises sur règlement d'une cotisation de 12h à 13h30 et de 19h à 22h



Aquatonic (Reprise septembre 2023)

Dès 18 ans

Aquapol - 91 avenue Henri Ginoux

Contact :

01 70 68 98 08

aquapol@valleesud.fr - valleesud.fr

Aquatraining (Reprise septembre 2023)

Dès 18 ans

Aquapol - 91 avenue Henri Ginoux

Contact :

01 70 68 98 08

aquapol@valleesud.fr - valleesud.fr

Athlétisme

Dès 6 ans

Piste d'athlétisme - 107 rue Maurice Arnoux

Contact : SMM - Secrétariat général au

Stade Maurice Arnoux

105, rue Maurice Arnoux

01 42 53 70 88 - smm92.fr

Baby danse

Dès 3 ans

Espace Colucci - 88 rue Racine

Contact : 01 46 55 77 77 - espacecolucci.aniapp.fr/activites

Baby Gym

De 3 à 5 ans

Salle de motricité - 107 rue Maurice Arnoux

Contact : SMM - Secrétariat général au Stade Maurice Arnoux

105, rue Maurice Arnoux - 01 42 53 70 88 - smm92.fr

Baby Foot

Pratique libre

Square du Général de Gaulle - 15 boulevard du général de Gaulle

Square Maurice Arnoux - 102, rue Maurice Arnoux

Baby Tennis

De 3 ans

Stade Paul Montay - 60 avenue Marx Dormoy

Contact : CAM - 01 46 57 59 00 - cammontrouge.fr

Badminton

Dès 6 ans

Gymnase Maurice Arnoux - 107 rue Maurice Arnoux

Gymnase de la Vanne - 31 rue de la Vanne

Gymnase Maurice Genevoix - 11 rue d'Arcueil

Contact : SMM - Secrétariat général au Stade Maurice Arnoux

105, rue Maurice Arnoux - 01 42 53 70 88 - smm92.fr

Barre au sol**Adultes dès 16 ans****R'danses - 18/20 avenue Émile Boutroux****Contact :** 06 65 06 76 45 - association-rds@live.fr - association-rds.com**Basket-ball****En club dès 3 ans****Gymnase Maurice Arnoux - 107 rue Maurice Arnoux****Gymnase Henri Ginoux - 91 avenue Henri Ginoux (Réouverture septembre 2023)****Gymnase Renaudel - 1 rue Jules Guesde****Gymnase de la Vanne - 31 rue de la Vanne****Contact :** SMM - Secrétariat général105, rue Maurice Arnoux - 01 42 53 70 88 - smm92.fr**Pratique libre****Parc Renaudel - 118 avenue Jean Jaurès****Square du Général de Gaulle - 15 boulevard du Général de Gaulle****Square de la Marne - 54 avenue de la Marne****Bollywood****Dès 16 ans****R'danses - 18/20 avenue Émile Boutroux****Contact :** 06 65 06 76 45 - association-rds@live.fr - association-rds.com**Boxe anglaise et thaïlandaise****Dès 7 ans****Association Lutte Combat Intégral (LCI) - 107 rue Maurice Arnoux****Contact :** 07 84 73 97 02 - danquo@hotmail.fr - teamquoniam.fr**Break dance****Dès 9 ans****Espace Colucci - 88 rue Racine****Contact :** 01 46 55 77 77 - espacecolucci.aniapp.fr/activites**Coaching Aquaphobie (Reprise Septembre 2023)****Dès 18 ans****Aquapol - 91 avenue Henri Ginoux****Contact :** 01 70 68 98 08 - aquapol@valleesud.fr - valleesud.fr**Coaching Natation enfant (Reprise Septembre 2023)****Dès 6 ans****Aquapol - 91 avenue Henri Ginoux****Contact :** 01 70 68 98 08 - aquapol@valleesud.fr - valleesud.fr**Cyclisme****Dès 12 ans****Contact :** SMM - Secrétariat général au Stade Maurice Arnoux105, rue Maurice Arnoux - 01 42 53 70 88 - smm92.fr**Danse africaine****Free Sons d'Afrique - 151 avenue Jean Jaurès****Contact :** 06 65 01 35 91 - freesonsdafrique.com**Dès 16 ans****R'danses - 18/20 avenue Émile Boutroux****Contact :** 06 65 06 76 45association-rds@live.fr - association-rds.com

Danse classique

Dès 6 ans

Conservatoire Raoul Pugno - 6 rue Racine

Contact : Mairie de Montrouge

Conservatoire - 01 46 12 74 74

Inscriptions en septembre - Réinscription en juin



Dès 6 ans

Espace Colucci - 88 rue Racine

Contact : 01 46 55 77 77 - espacecolucci.aniapp.fr/activites

Danse contemporaine

De 8 à 10 ans

Espace Colucci - 88 rue Racine

Contact : 01 46 55 77 77 - espacecolucci.aniapp.fr/activites

Danses de salon

Dès 16 ans

R'danses - 18/20 avenue Émile Boutroux

Contact : 06 65 06 76 45

association-rds@live.fr - association-rds.com

Danse en ligne

Dès 55 ans

Club Jules Ferry - 61 place Jules Ferry

Contact : 01 46 57 04 70 - club-jules-ferry-montrouge.fr

Danse modern jazz

Dès 4 ans

Salle de Danse Maurice Genevoix - 11 rue d'Arcueil

Contact : Association Danse Modern'Jazz - 06 12 79 08 66



Gymnase Buffalo - 41 rue Victor Basch

Contact : Sports Loisirs Montrouge - 06 16 60 21 34

aslm@dbmail.com - aslmmontrouge92.e-monsite.com

Dès 6 ans

Espace Colucci - 88 rue Racine

Contact : 01 46 55 77 77 - espacecolucci.aniapp.fr/activites

Dès 8 ans

Conservatoire Raoul Pugno - 6 rue Racine

Contact : Mairie de Montrouge Conservatoire - 01 46 12 74 74

Inscriptions en septembre - Réinscription en juin

Danses classique, contemporaine

Dès 4 ans

Salle de danse - 107 avenue Aristide Briand

(passage reliant l'avenue Aristide Briand à la rue de la Vanne)

Contact : Association Danses Plurielles - 06 62 80 16 16

École municipale des sports

De 7 à 10 ans

Arts du cirque

Athlétisme

Badminton

Basketball

Boxe pied/poing

Expression acrobatique

Football

Frisbee

Gymnastique

Handball

Hockey sur gazon

Judo

Natation

Rugby " touch "

Rugby

Sports collectifs

Tennis de table

Vélo/sports collectifs



Direction des sports et de la vie associative

École Municipale des Sports

Info au 01 46 12 72 45 - ems@ville-montrouge.fr

Inscription en juin via l'Espace citoyens

Danse orientale

Dès 4 ans et adultes

R'dances - 18/20 avenue Émile Boutroux

Contact : 06 65 06 76 45

association-rds@live.fr

association-rds.com



Escrime

Dès 4 ans

Gymnase Renaudel - 1 rue Jules Guesde

Contact : Le Masque de Fer Montrouge

01 42 78 59 72 - escrime-montrouge.com

Éveil corporel à la danse

Dès 4 ans

Espace Colucci - 88 rue Racine

Contact : 01 46 55 77 77 - espacecolucci.aniapp.fr/activites

Éveil danse

De 5 à 7 ans

R'dances - 18/20 avenue Émile Boutroux

Contact : 06 65 06 76 45 - association-rds@live.fr - association-rds.com

Éveil Omnisports

Dès 3 ans

Salle de motricité - 107 rue Maurice Arnoux

Contact : SMM - Secrétariat général au Stade Maurice Arnoux

105, rue Maurice Arnoux - 01 42 53 70 88 - smm92.fr

Dès 4 ans

Gymnase Buffalo - 41 rue Victor Basch

Contact : Sports Loisirs Montrouge - 06 16 60 21 34

aslm@dbmail.com - aslmmontrouge92.e-monsite.com

Escalade

Dès 9 ans

Espace Colucci - 88 rue Racine

Contact : 01 46 55 77 77 - espacecolucci.aniapp.fr/activites

Fitness / Musculation

Dès 18 ans

Salle de fitness - 107 rue Maurice Arnoux

Contact : SMM - Secrétariat général au Stade Maurice Arnoux

105, rue Maurice Arnoux - 01 42 53 70 88 - smm92.fr

Dès 16 ans

Espace Colucci - 88 rue Racine

Contact : 01 46 55 77 77 - espacecolucci.aniapp.fr/activites

Football

Dès 5 ans

Stade Jean Lezer - 2 rue Chateaubriand

Contact : Montrouge Football Club 09 61 28 87 54 - mfc92.fr

Dès 18 ans

Stade Maurice Arnoux - 107 rue Maurice Arnoux

Contact : GSM (Groupe Sportif de Montrouge) - 06 89 86 91 71

gsmmontrouge@lipff.com - gsmmontrouge.footeo.com

Dès 19 à 77 ans

Contact : GSM (Groupe Sportif de Montrouge) - 06 89 86 91 71

gsmmontrouge@lipff.com - gsmmontrouge.footeo.com

Golf

Dès 18 ans

Golf swing Montrouge - 30 rue Barbès

Contact : 06 77 81 70 25 - montrouge@golf-swing.fr - montrouge.golf-swing.fr



Gymnastique

Dès 4 ans

Gymnase Buffalo - 41 rue Victor Basch

Contact : Sports Loisirs Montrouge - 06 16 60 21 34
aslm@dbmail.com - aslm@dbmail.com - aslmmontrouge92.e-monsite.com

Dès 16 ans

Salle polyvalente - 103 rue Maurice Arnoux

Contact : SMM - Secrétariat général au Stade Maurice Arnoux
105, rue Maurice Arnoux - 01 42 53 70 88 - smm92.fr

Gymnastique artistique

Dès 6 ans

Salle de Gymnastique Maurice Genevoix - 11 rue d'Arcueil

Contact : SMM - Secrétariat général au Stade Maurice Arnoux
105, rue Maurice Arnoux - 01 42 53 70 88 - smm92.fr



Gymnastique douce

Dès 18 ans

Espace Colucci - 88 rue Racine

Contact : 01 46 55 77 77 - espacecolucci.aniapp.fr/activites

Dès 55 ans

Club Jules Ferry - 61 place Jules Ferry

Contact : 01 46 57 04 70 - club-jules-ferry-montrouge.fr

Gymnastique sportive

Dès 55 ans

Club Jules Ferry - 61 place Jules Ferry

Contact : 01 46 57 04 70 - club-jules-ferry-montrouge.fr

Handball

Dès 6 ans

Gymnase Renaudel - 1 rue Jules Guesde

Contact : SMM - Secrétariat général au Stade Maurice Arnoux
105, rue Maurice Arnoux - 01 42 53 70 88 - smm92.fr



Hip Hop

Dès 4 ans

R'danses - 18/20 avenue Émile Boutroux

Contact : 06 65 06 76 45
association-rds@live.fr - association-rds.com

Dès 8 ans

Conservatoire Raoul Pugno - 6 rue Racine

Contact : Mairie de Montrouge - Conservatoire - 01 46 12 74 74
Inscriptions en septembre - Réinscription en juin

Dès 8 ans

Espace Colucci - 88 rue Racine

Contact : 01 46 55 77 77 - espacecolucci.aniapp.fr/activites

Hockey / Floorball

Dès 6 ans

Espace Colucci - 88 rue Racine

Contact : 01 46 55 77 77
espacecolucci.aniapp.fr/activites

Hockey sur gazon

Dès 5 ans

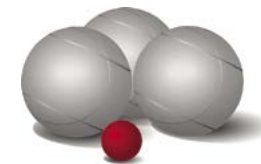
Stade Paul Montay - 60 avenue Marx Dormoy

Contact : CAM - 01 46 57 59 00 - camontrouge.fr



House Dance**Dès 13 ans****Espace Colucci - 88 rue Racine****Contact** : 01 46 55 77 77 - espacecolucci.aniapp.fr/activites**Jogging****Pratique libre****Stade Maurice Arnoux - 107 rue Maurice Arnoux**

(Voir aussi Athlétisme page 40).

Judo**Dès 4 ans****Dojo Maurice Arnoux - 107 rue Maurice Arnoux****Contact** : SMM - Secrétariat général au Stade Maurice Arnoux
105, rue Maurice Arnoux - 01 42 53 70 88 - smm92.fr**Ju-Jitsu****Dès 12 ans****Dojo Maurice Arnoux - 107 rue Maurice Arnoux****Contact** : SMM - Secrétariat général au Stade Maurice Arnoux
105, rue Maurice Arnoux - 01 42 53 70 88 - smm92.fr**Karaté****Dès 6 ans****Dojo Maurice Arnoux - 107 rue Maurice Arnoux****Contact** : SMM - Secrétariat général au Stade Maurice Arnoux
105, rue Maurice Arnoux - 01 42 53 70 88 - smm92.fr**Krav Maga****Dès 16 ans****Salle de motricité - 107 rue Maurice Arnoux****Dojo - Bunglaow - 103 rue Maurice Arnoux (accès au 107)****Gymnase Henri Ginoux - 91 avenue Henri Ginoux (Réouverture septembre 2023)****Contact** : Krav Maga - 06 78 91 23 40 - kmpo.fr**Lutte combat intégral****Dès 16 ans****Salle de boxe et octogone - 107 rue Maurice Arnoux****Contact** : Académie Quoniam - 07 78 91 23 40 - teamquoniam.fr**Marche nordique****Dès 16 ans****Espace Colucci - 88 rue Racine****Contact** : 01 46 55 77 77 - espacecolucci.aniapp.fr/activites**Mini Tennis****Dès 5 ans****Stade Paul Montay - 60 avenue Marx Dormoy****Contact** : CAM - 01 46 57 59 00 - cammontrouge.fr**Pétanque****Pratique Libre****Parc Jean-Loup Metton - avenue Jean Jaurès****Guinguette de la Marne - 70 avenue de la Marne****En club : dès 9 ans****Stade Maurice Arnoux - 107 rue Maurice Arnoux****Boulodrome - entrée face au n° 65 rue Racine****Contact** : SMM - Secrétariat général au Stade Maurice Arnoux
105, rue Maurice Arnoux - 01 42 53 70 88 - smm92.fr

Pilates**Dès 16 ans****Espace Colucci - 88 rue Racine****Contact :** 01 46 55 77 77 - espacecolucci.aniapp.fr/activites**Dès 16 ans****R'danse - 18/20 avenue Émile Boutroux****Contact :** 06 65 06 76 45 - association-rds@live.fr - association-rds.com**Dès 55 ans****Club Jules Ferry - 61 place Jules Ferry****Contact :** 01 46 57 04 70 - club-jules-ferry-montrouge.fr**Plongée****Montrouge Association Sub Aquatique (MASA) - 91 avenue Henri Ginoux****Contact :** 06 60 92 80 96secretariat@montrougeplongee.com - montrougeplongee.com**Qi gong****Dès 16 ans****Espace Colucci - 88 rue Racine****Contact :** 01 46 55 77 77 - espacecolucci.aniapp.fr/activites**R'danses - 18/20 avenue Émile Boutroux****Contact :** 06 65 06 76 45 - association-rds@live.fr - association-rds.com**Dès 55 ans****Club Jules Ferry - 61 place Jules Ferry****Contact :** 01 46 57 04 70 - club-jules-ferry-montrouge.fr**Randonnée****Dès 7 ans****Les amis de la nature (Paris Sud)****Maison des associations - 105, avenue aristide Briand****Contact :** 01 46 64 30 44 - parisud.amis-nature.org**Dès 55 ans****Club Jules Ferry - 61 place Jules Ferry****Contact :** 01 46 57 04 70 - club-jules-ferry-montrouge.fr**Relaxation****Dès 55 ans****Club Jules Ferry - 61 place Jules Ferry****Contact :** 01 46 57 04 70 - club-jules-ferry-montrouge.fr**Dès 16 ans****Espace Colucci - 88 rue Racine****Contact :** 01 46 55 77 77 - espacecolucci.aniapp.fr/activites**Rugby****Dès 16 ans****Stade Maurice Arnoux - 107 rue Maurice Arnoux -****Contact :** Racing club Montrouge06 18 05 21 18 - rcmontrouge@gmail.comracingclubmontrouge.clubeo.com**Sophrologie****Dès 55 ans****Club Jules Ferry - 61, place Jules Ferry****Contact :** 01 46 57 04 70 - club-jules-ferry-montrouge.fr

Sports adaptés aux enfants handicapés

Dès 6 ans

Salle de motricité - 107 rue Maurice Arnoux

Contact : SMM - Secrétariat général au Stade Maurice Arnoux
105, rue Maurice Arnoux - 01 42 53 70 88 - smm92.fr

Sport Santé

Salle de motricité - 107 rue Maurice Arnoux

Contact : SMM - Secrétariat général au Stade Maurice Arnoux
105, rue Maurice Arnoux - 01 42 53 70 88 - smm92.fr

Stretching postural

Dès 16 ans

Espace Colucci - 88 rue Racine

Contact : 01 46 55 77 77 - espacecolucci.aniapp.fr/activites



Taekwondo

Dès 7 ans

Gymnase Buffalo - 41 rue Victor Basch

Contact : Les Amis du Taekwondo de Montrouge - 06 58 26 84 57
atkdmontrouge@gmail.com - ceb.blogspot.fr

Tai chi

Dès 16 ans

Espace Colucci - 88 rue Racine

Contact : 01 46 55 77 77 - espacecolucci.aniapp.fr/activites

R'danses - 18/20 avenue Émile Boutroux

Contact : 06 65 06 76 45 - association-rds@live.fr - association-rds.com

Dès 55 ans

Club Jules Ferry - 61 place Jules Ferry

01 46 57 04 70 - club-jules-ferry-montrouge.fr

Tennis

Dès 4 ans

Terrain de tennis Maurice Arnoux - 107 rue Maurice Arnoux

Contact : SMM - Secrétariat tennis au Stade Maurice Arnoux
105, rue Maurice Arnoux - 01 40 92 97 79 - smm92.fr

Dès 6 ans

Stade Paul Montay - 60 avenue Marx Dormoy

Contact : CAM - 01 46 57 59 00 - camontrouge.fr

Dès 6 ans

Gymnase Buffalo - 41 rue Victor Basch

Contact : Sports Loisirs Montrouge
06 16 60 21 34 - aslm@dbmail.com
aslmmontrouge92.e-monsite.com



Tennis de table

Dès 8 ans

Salle Tennis de Table - Avenue Aristide Briand

Contact : SMM - Secrétariat général au Stade Maurice Arnoux
105, rue Maurice Arnoux - 01 42 53 70 88 - smm92.fr

Pratique libre

Parc Jean-Loup Metton - avenue Jean Jaurès

Parc Jean Moulin - 105 avenue Aristide Briand

Square Maurice Arnoux - 108 rue Maurice Arnoux

Square de la Marne - 54 avenue de la Marne



Ultimate Frisbee

Dès 16 ans

Espace Colucci - 88 rue Racine

Contact : 01 46 55 77 77 - espacecolucci.aniapp.fr/activites

Dès 20 ans

Stade Maurice Arnoux - 107 rue Maurice Arnoux

Contact : Phoenix de Montrouge - 06 28 95 50 71 - phoenix-montrouge.fr

Gymnase Henri Ginoux - 91 avenue Henri Ginoux (Réouverture sept. 2023)

Contact : Phoenix de Montrouge - 06 28 95 50 71 - phoenix-montrouge.fr

Volley-ball

Dès 18 ans

Gymnase Henri Ginoux - 91 avenue Henri Ginoux (Réouverture sept. 2023)

Contact : Phoenix de Montrouge - 06 28 95 50 71

phoenix-montrouge.fr



Yoga

Dès 16 ans

Salle de motricité - 107 rue Maurice Arnoux

Contact : Association ANWARYOGA - 06 88 18 62 10

Dès 16 ans

Espace Colucci - 88 rue Racine

Contact : 01 46 55 77 77 - espacecolucci.aniapp.fr/activites

Dès 55 ans

Club Jules Ferry - 61, place Jules Ferry

Contact : 01 46 57 04 70 - club-jules-ferry-montrouge.fr

Dès 6 ans

R'danses - 18/20 avenue Émile Boutroux

Contact : 06 65 06 76 45 - association-rds@live.fr - association-rds.com

Yoga Zumba

Dès 16 ans

Rythmes Danse et Sérénité - 18/20 avenue Émile Boutroux

Contact : 06 65 06 76 45 - association-rds@live.fr

association-rds.com

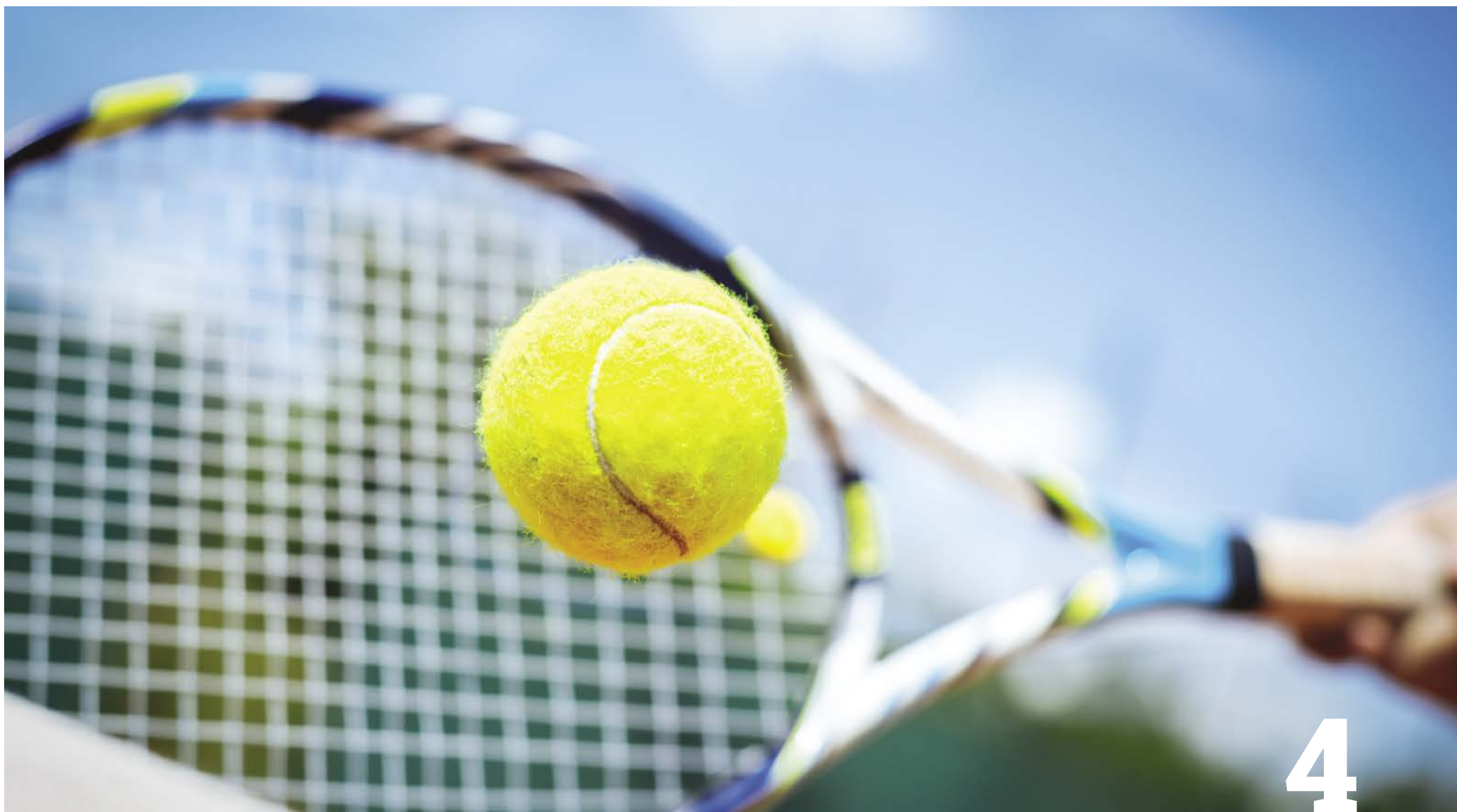
Zone workout (agrès sportifs)

Dès 16 ans

Parc Jean-Loup Metton - avenue Jean Jaurès

Square de la Marne - 54 avenue de la Marne





Retrouvez la liste
des associations sportives
sur 92120.fr



**CONTACTER LES ASSOCIATIONS
& LES CLUBS PRIVÉS**



ASSOCIATIONS :

**Comment disposer d'un équipement auprès de la Ville ?
Comment se faire connaître ?**

Pour participer à la vie sportive montrougeenne, une association doit s'adresser à la Direction des sports et de la vie associative. Elle peut bénéficier de subventions et d'une convention de mise à disposition d'un équipement (gratuit) pour les associations dont le siège social est à Montrouge.

Direction des sports et de la vie associative

16, rue Victor Hugo

Tél. : 01 46 12 72 43. Du lundi au vendredi de 8h30 à 12h et de 13h30 à 17h30.

Les associations

Association ANWARYOGA

Salle de motricité
107 rue Maurice Arnoux
06 88 18 62 10

Alisé Danse

25 bis avenue de la République
06 80 66 00 11
acadanse-paris.com

Cercle Athlétique de Montrouge

60 avenue Marx Dormoy
01 46 57 59 00
accueil@camontrouge.fr
camontrouge.fr

Club Jules Ferry

61 place Jules Ferry
01 46 55 25 38
ou Madame Huet (présidente) :
06 64 80 77 24
clubjulesferry@orange.fr
club-jules-ferry-montrouge.fr

Club Sportif de Montrouge

06 28 57 57 22
csm.montrouge@yahoo.fr
cs-montrouge.ffct.org

Danse Modern jazz

Salle de danse Maurice Genevoix
11 rue d'Arcueil - 06 12 79 08 66
danse.montrouge@gmail.com
danse-modernjazz.com

Danses Plurielles

107 avenue Aristide Briand
06 62 80 16 16
danse.plurielles@gmail.com
atelier-danse.fr


Embruns

26 rue Paul Bert
06 11 36 38 66
courrier@embruns.asso.fr
embruns.asso.fr

Évasion Loisirs Aventure Nature (ELAN)

104 avenue Aristide Briand
06 03 57 38 91
elan.sport92@gmail.com
assoc-elan.fr

France Maillets Gateball Montrouge

06 78 93 04 20
francemaillets@gmail.com
 [Association -France-Maillets](https://www.facebook.com/Association-France-Maillets)

Free Sons d'Afrique

151 avenue Jean Jaurès
06 65 01 35 91
freesonsdafrique.com

Golf swing Montrouge

30 rue Barbès
06 77 81 70 25
montrouge@golf-swing.fr
montrouge.golf-swing.fr

Groupe Sportif de Montrouge (GSM)

Stade 107 rue Maurice Arnoux
06 89 86 91 71
gsmmontrouge@lipff.com
gsmmontrouge.footeo.com

Krav Maga

91 avenue Henri Ginoux
06 78 91 23 40
accobadia@hotmail.com
kmpo.fr

Le Masque de Fer Montrouge

Gymnase Renaudel
1 rue Jules Chéret
01 42 78 59 72
info@escrime-montrouge.com
escrime-montrouge.com

Les amis de la nature (Paris Sud)

Maison des associations
105 avenue Aristide Briand
01 46 64 30 44
parisud.amis-nature.org

Les amis du Taekwondo

Gymnase Buffalo
41 rue Victor Basch
06 58 26 84 57
atkdmontrouge@gmail.com
webtkd.com/ceb

Le Phoenix de Montrouge

Ultimate frisbee
Stade Maurice Arnoux
107 rue Maurice Arnoux
06 28 95 50 71
phoenix.montrouge@gmail.com
phoenix-montrouge.fr

Lotus Yoga

32 rue Fénelon
01 46 55 06 89

Lutte Combat Intégral (LCI)

Académie Quoniam
Stade Maurice Arnoux -
107 rue Maurice Arnoux
07 84 73 97 02
danquo@hotmail.fr - teamquoniam.fr

**Montrouge Association Sub
Aquatique (MASA)**

91 avenue Henri Ginoux
06 60 92 80 96
secretariat@montrougeplongee.com
montrougeplongee.com

**Montrouge Football Club 92
(MFC 92)**

Stade Jean Lezer
2 rue Châteaubriand
09 61 28 87 54
mfc92@lpiff.fr - mfc92.fr

Odoriko

06 29 07 63 49
odoriko.danse@gmail.com
[odorikodanse.wixsite.com/
odoriko-asso-danse](http://odorikodanse.wixsite.com/odoriko-asso-danse)

Plus d'Oxygène

52 avenue Aristide Briand
09 54 85 01 68
laid.biou16dz@laposte.fr
plus-oxygene.org

Qi gong et sourire

06 10 02 08 59
marie pierre.darmon@gmail.com

Racing Club de Montrouge

Stade Maurice Arnoux
107 rue Maurice Arnoux
06 18 05 21 18
racingclubmontrouge.clubeo.com

R'dances

18/20 avenue Emile Boutroux
06 65 06 76 45
association-rds@live.fr
association-rds.com

R'Fusion

Espace Acadanse - 25 bis avenue
de la République
06 86 60 88 20
natty.rfusion@gmail.com

 [NattyRFusion](https://www.facebook.com/NattyRFusion)

**Stade Multisports de Montrouge
(SMM)**

Stade Maurice Arnoux
105 rue Maurice Arnoux
01 42 53 70 88
contact@smm92.fr
smm92.fr

Sports Loisirs de Montrouge

51 rue Carvès
06 16 60 21 34
aslm@dbmail.com
aslmmontrouge92.e-monsite.com

Les clubs privés**Keepcool**

4 rue Théophile Gautier

Les enfants de la barre

156 rue Maurice Arnoux

L'Orange bleue

46 rue Périer

Fitness Park

99 Avenue Verdier





Suivez-nous...
92120.fr



Ville de Montrouge



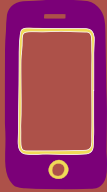
@Montrouge92



ville_de_montrouge



Ville de Montrouge



*Application mobile :
Montrouge Direct
en téléchargement sur*



Les stades

- 1 **Stade Paul Montay**
60 avenue Marx Dormoy
- 2 **Stade Maurice Arnoux**
107 rue Maurice Arnoux
- 3 **Stade Jean Lezer**
1 rue Chateaubriand

Les gymnases

- 4 **Gymnase Maurice Arnoux**
107 rue Maurice Arnoux
- 5 **Gymnase Henri Ginoux**
91 avenue Henri Ginoux
- 6 **Gymnase Maurice Genevoix**
11 rue d'Arcueil
- 7 **Gymnase Rabelais (Fermé jusqu'en 2024)**
Rue du cadran solaire - passage Draeger (accessible au niveau du 50 avenue Henri Ginoux)
- 8 **Gymnase Buffalo**
41 rue Victor Basch
- 9 **Gymnase Renaudel**
1 rue Jules Guesde
- 10 **Gymnase de la Vanne**
31 rue de la Vanne
- 11 **Gymnase Robert Doisneau**
95 boulevard Romain Rolland

La piscine et le centre de remise en forme

- 12 **Aquapol**
91 avenue Henri Ginoux

Les autres équipements sportifs

- 13 **Club Jules Ferry**
61 place Jules Ferry
- 14 **Espace Colucci**
88 rue Racine
- 15 **Conservatoire Raoul Pugno**
6 rue Racine

Les installations extérieures (pratique libre)

- 16 **Parc Jean Loup Metton**
Avenue Jean Jaurès
- 17 **Parc Jean Moulin**
105 avenue Aristide Briand
- 18 **Parc Renaudel**
118 avenue Jean Jaurès
- 19 **Plateau de la Solidarité**
7 rue de la Solidarité
- 20 **Square du Général de Gaulle**
15 boulevard du Général de Gaulle
- 21 **Square Maurice Arnoux**
107 rue Maurice Arnoux
- 22 **Square de la Marne**
54 avenue de la Marne

Les clubs privés

- 23 **L'Orange bleue**
46 rue Périér
- 24 **Keepcool**
4 rue Théophile Gautier
- 25 **Les enfants de la barre**
156 rue Maurice Arnoux
- 26 **Fitness Park**
99 Avenue Verdier



Retrouvez la carte interactive de nos équipements sportifs sur [92120.fr](https://www.montrouge.fr)



Conception et rédaction : Ville de Montrouge
Service de la communication. Mise en page : estelle-kalifa-freelance.com
Photographies : Ville de Montrouge, Nicolas Fagot, Blandine Jauffrineau, Mathieu Thomas, Johnny Yim
Impression : Imprimerie Grenier - Tirage : 2 000 exemplaires - Mars 2023
Les informations contenues dans cet imprimé sont non contractuelles.

“ Quel que soit votre âge, ce guide vous accompagne dans la découverte de l'ensemble des actions de la Ville de Montrouge en faveur de la pratique sportive. Vous y découvrirez aussi nos 25 associations sportives et les 30 disciplines qu'elles proposent ainsi qu'un panorama exhaustif des équipements présents sur la ville. Chacun trouvera la solution qui lui convient pour choisir son activité physique et sportive régulière. ”

Procurez-vous tous les guides thématiques pour en savoir plus sur la Ville de Montrouge.

Montrouge Mag' ● Guide de la saison culturelle ● Guide Place aux tout-petits ● Guide Cap sur la rentrée ● Mode d'emploi : Cours d'adultes ● Mode d'emploi : Stationnement ● Plan de la ville ● Plan des espaces verts et de l'agriculture urbaine ● Palette végétale...

