

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 espace piscine, 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 Verzele**  
Maire-adjoint délégué à la Vie associative  
et aux Sports (à droite)

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



## 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, 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 leur 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.



**1. VIVRE LE SPORT À MONTROUGE** p.6

---

**2. DÉCOUVRIR  
LES INSTALLATIONS SPORTIVES** p.24

---

**3. TROUVER SON OU SES ACTIVITÉS  
SPORTIVES** p.36

---

**4. CONTACTER LES ASSOCIATIONS  
ET LES CLUBS PRIVÉS** p.58

---



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

22 – UNE NOUVELLE DYNAMIQUE  
SPORTIVE



**VIVRE LE SPORT  
À MONTROUGE**

# LES 6 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, séniors... 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 leur manifestation, 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 aux 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 aux Montrougiens.

### Les trois plus grandes associations sportives

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

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

Montrouge Football Club 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, sur 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 !



La Coupe d'Europe d'Hockey-sur-gazon au CAM en avril 2022

### 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 au Montrougiens de 12h à 13h30 et de 19h à 22h.**

**Il est ouvert à tous !**

(lire page 40)



### 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.

Dans ce cadre, la Mairie organise 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.



### 8 écoles montrougiennes 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 les 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), 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.

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).



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, etc. 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 (lire page 55).

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<sup>ème</sup> 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. Sur présentation des factures, elle a ainsi attribué 49 037 euros au cours de la saison 2021-2022.



### 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.

## LE SAVIEZ-VOUS ?

Le terrain de hockey-sur-gazon du CAM a été complètement rénové par la Mairie ainsi que celui du stade Jean Lezer pour permettre aux équipes des clubs d'évoluer dans leurs championnats et de répondre aux exigences de chaque fédération sportive.



**La Mairie a acheté en 2022 le terrain du Cercle Athlétique de Montrouge au Conseil départemental des Hauts-de-Seine.**

L'objectif est d'intégrer ces 2,5 hectares dans le nouveau projet sportif de la Municipalité et développer une offre toujours plus en adéquation avec les attentes et besoins des Montrougiens.

## Offrir des équipements de qualité pour les amateurs et professionnels

Montrouge est une ville sportive. Et pour preuve, 18 % de la population montrougienne dispose d'une licence sportive. De plus, Montrouge compte 47 installations sportives municipales. **C'est la Mairie de Montrouge qui assure la construction, l'entretien, la maintenance et l'exploitation de ces 47 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.

## 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.

## **Le Cercle Athlétique de Montrouge (CAM) se prépare (déjà) pour 2024 !**

Depuis le 11 octobre 2022, la Mairie est officiellement propriétaire du site du (CAM).

C'est 17 courts de tennis (dont 16 en terre battue), un terrain de hockey-sur-gazon en synthétique, un pro-shop tennis, une pelouse de jeu avec deux mini-courts de tennis, une salle de musculation, et bien plus encore. Le CAM bénéficie d'un espace de 3 hectares dédiés au loisir !

L'approche de la Municipalité, en collaboration avec le club, est également de s'inscrire dans la perspective des JO de 2024. Montrouge a obtenu le label Terre de Jeux qui permet aux collectivités de participer à ce grand mouvement olympique national. Le CAM sera d'ailleurs un centre de préparation pour les sportifs pour le tennis... Mais le hockey n'est pas en reste : la Mairie va faire construire des tribunes pour les compétitions de hockey-sur-gazon ! De quoi se mettre en bonne condition pour les JO 2024.

## **Le Stade Jean Lezer, nouvelle terre du ballon rond**

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.

En visuel Il a été agrandi passant de 103 à 105 mètres en longueur, et de 65 à 68 mètres en largeur. Cette transformation lui permet aujourd'hui, d'être homologué catégorie 4 par la Fédération !

1,2 millions d'euros de réhabilitation/rénovation

Nouvelle superficie du stade : 7140 m<sup>2</sup>

## 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 rénovations 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

#### QUELLES ACTIVITÉS Y PRATIQUER ?

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

#### 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 ?

- 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 ?

- **Aikido** • Page 39
- **Athlétisme** • Page 40
- **Badminton** • Page 42
- **Basket-ball** • Page 42
- **Baby gym** • Page 42
- **Boxe/MMA/Grappling** • 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 54
- **Ultimate Frisbee** • Page 55
- **Yoga** • Page 57



## Les 8 gymnases

### Gymnase Maurice Arnoux

107 rue Maurice arnoux

#### QUELLES ACTIVITÉS Y PRATIQUER ?

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

### Gymnase Renaudel

1 rue Jules Guesde

#### QUELLES ACTIVITÉS Y PRATIQUER ?

- Basket-ball • Page 42
- Escrime • Page 46
- Handball • Page 48

### Gymnase Henri Ginoux

91 avenue Henri Ginoux

#### QUELLES ACTIVITÉS Y PRATIQUER ?

- Basket-ball • Page 42
- Krav Maga • Page 50
- Tennis • Page 54
- Ultimate Frisbee • Page 55
- Volley-ball • Page 55

### Gymnase Maurice Genevoix

11 rue d'Arcueil

#### QUELLES ACTIVITÉS Y PRATIQUER ?

- Acro Danse • Page 42
- Badminton • Page 41
- Danse moderne jazz • Page 44
- Gymnastique artistique • Page 46
- Tennis • Page 54

### Gymnase Buffalo

41 rue Victor Basch

#### QUELLES ACTIVITÉS Y PRATIQUER ?

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

### Gymnase Rabelais

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

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

**Gymnase de la Vanne**

31 rue de la Vanne

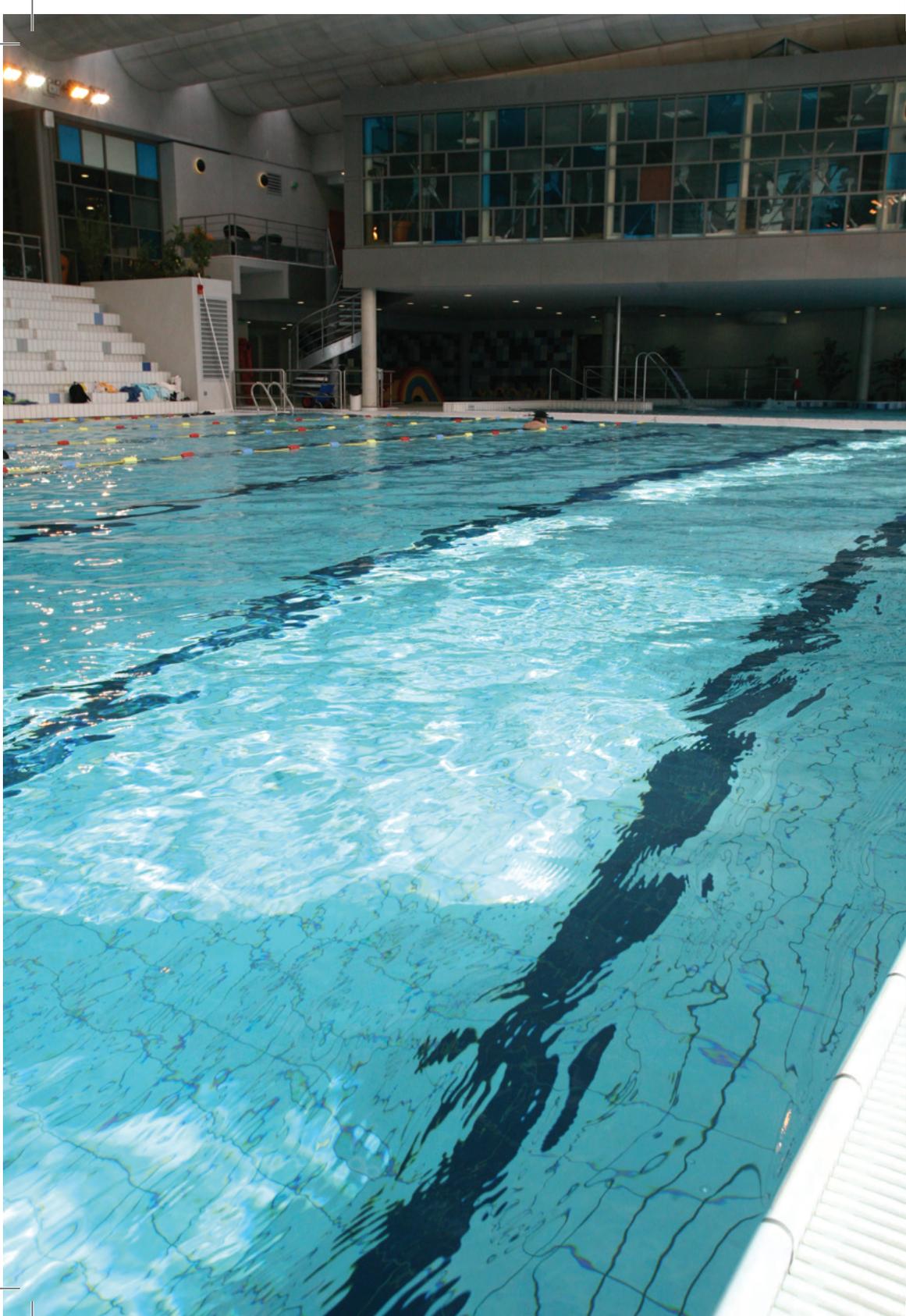
**QUELLES ACTIVITÉS  
Y PRATIQUER ?**

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

**Gymnase Robert Doisneau  
(gymnase départemental)**

97 boulevard Romain Rolland



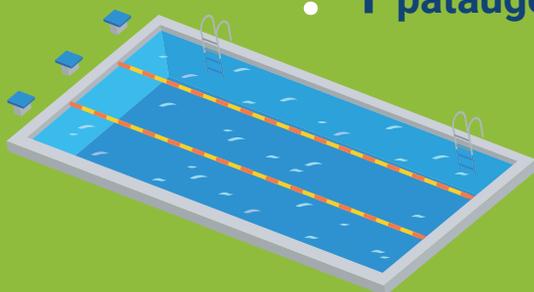


### La piscine de l'Aquapol

Gérée par Vallée Sud Grand - Paris, la piscine de Montrouge appelée Aquapol est conçue pour répondre aux besoins des bébés nageurs, des familles et des sportifs. 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)

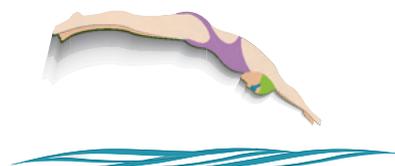
Toutes les informations sur les tarifs et les formules sur [www.valleesud.fr/fr/aquapol-de-montrouge](http://www.valleesud.fr/fr/aquapol-de-montrouge)

## 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
- Aquabike • Page 39
- Aquajogging - Aquapalmes • Page 39
- Aquatonic • Page 40
- Aquatraining • Page 40
- Coaching Aquaphobie • Page 42



**À NOTER :**  
L'Aquapol fermera  
pour travaux  
jusqu'en  
Septembre 2023.

Consultez les autres  
piscines sur  
[92120.fr](http://92120.fr)

## 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<sup>er</sup> janvier, 1<sup>er</sup> 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



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](http://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](http://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](http://smm92.fr)

### Aquajogging - Aquapalmes (Reprise Septembre 2023)

Dès 18 ans

Aquapol - 91 avenue Henri Ginoux

Contact : 01 70 68 98 08 - [aquapol@valleesud.fr](mailto:aquapol@valleesud.fr) - [valleesud.fr](http://valleesud.fr)

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

**Aquatonic** (Reprise Septembre 2023)**Dès 18 ans****Aquapol - 91 avenue Henri Ginoux****Contact** : 01 70 68 98 08 - [aquapol@valleesud.fr](mailto:aquapol@valleesud.fr) - [valleesud.fr](http://valleesud.fr)**Aquatrainig** (Reprise Septembre 2023)**Dès 18 ans****Aquapol - 91 avenue Henri Ginoux****Contact** : 01 70 68 98 08 - [aquapol@valleesud.fr](mailto:aquapol@valleesud.fr) - [valleesud.fr](http://valleesud.fr)**Athlétisme****Dès 6 ans****Piste d'athlétisme - 107 rue Maurice Arnoux****Contact** : SMM - Secrétariat général au Stade Maurice Arnoux105, rue Maurice Arnoux - 01 42 53 70 88 - [smm92.fr](http://smm92.fr)**BON À SAVOIR :**

- LA PISTE D'ATHLÉTISME EST OUVERTE GRATUITEMENT  
À TOUS LES MONTRUGIENS 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

## Baby danse

Dès 3 ans

Espace Colucci - 88 rue Racine

Contact : 01 46 55 77 77 - [espacecolucci.aniapp.fr/activites](http://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](http://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](http://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](http://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](mailto:association-rds@live.fr) - [association-rds.com](http://association-rds.com)

## Basket-ball

### En club dès 3 ans

Gymnase Maurice Arnoux - 107 rue Maurice Arnoux

Gymnase Henri Ginoux – Association LCI - 107 rue Maurice Arnoux

Gymnase Renaudel - 1 rue Jules Guesde

Gymnase de la Vanne - 31 rue de la Vanne

Contact : SMM - Secrétariat général au Stade Maurice Arnoux

105, rue Maurice Arnoux - 01 42 53 70 88 - [smm92.fr](http://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 - 57 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](mailto:association-rds@live.fr) - [association-rds.com](http://association-rds.com)

## Boxe anglaise et thaïlandaise

### Dès 7 ans

Association Lutte Cobat Intégral (LCI) - Dojo au 91 avenue Henri Ginoux

Contact : 07 84 73 97 02 - [danquo@hotmail.fr](mailto:danquo@hotmail.fr) - [teamquoniam.fr](http://teamquoniam.fr)

### Break dance

Dès 9 ans

Espace Colucci - 88 rue Racine

Contact : 01 46 55 77 77 - [espacecolucci.aniapp.fr/activites](https://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](mailto:aquapol@valleesud.fr) - [valleesud.fr](https://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](mailto:aquapol@valleesud.fr) - [valleesud.fr](https://valleesud.fr)

### Cyclisme

Dès 12 ans

Contact : SMM - Secrétariat général au Stade Maurice Arnoux  
105, rue Maurice Arnoux - 01 42 53 70 88 - [smm92.fr](https://smm92.fr)



### Danse africaine

Free Sons d'Afrique - 151 avenue Jean Jaurès

Contact : 06 65 01 35 91 - [freesonsdafrique.com](https://freesonsdafrique.com)

Dès 16 ans

R'danses - 18/20 avenue Émile Boutroux

Contact : 06 65 06 76 45

[association-rds@live.fr](mailto:association-rds@live.fr) - [association-rds.com](https://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](http://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](http://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](mailto:association-rds@live.fr) - [association-rds.com](http://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](http://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](mailto:aslmmontrouge92.e-monsite.com)

**Dès 6 ans****Espace Colucci - 88 rue Racine**

**Contact :** 01 46 55 77 77 - [espacecolucci.aniapp.fr/activites](http://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](mailto:ems@ville-montrouge.fr)

Inscription en juin via l'Espace citoyens

## Danse orientale

**Dès 4 ans et adultes**

**R'danses - 18/20 avenue Émile Boutroux**

**Contact :** 06 65 06 76 45

[association-rds@live.fr](mailto:association-rds@live.fr)

[association-rds.com](http://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](http://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](http://espacecolucci.aniapp.fr/activites)

## Éveil danse

**De 5 à 7 ans**

**R'danses - 18/20 avenue Émile Boutroux**

**Contact :** 06 65 06 76 45

[association-rds@live.fr](mailto:association-rds@live.fr) - [association-rds.com](http://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](http://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](mailto:aslmmontrouge92.e-monsite.com)**Escalade****Dès 9 ans****Espace Colucci - 88 rue Racine****Contact** : 01 46 55 77 77 - [espacecolucci.aniapp.fr/activites](http://espacecolucci.aniapp.fr/activites)**Fitness****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](http://smm92.fr)**Dès 16 ans****Espace Colucci - 88 rue Racine****Contact** : 01 46 55 77 77 - [espacecolucci.aniapp.fr/activites](http://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](http://mfc92.fr)**Dès 18 ans****Stade Maurice Arnoux - 107 rue Maurice Arnoux****Contact** : GSM (Groupe Sportif de Montrouge) - 06 89 86 91 71  
gsmontrouge@lipff.com - [gsmontrouge.footeo.com](http://gsmontrouge.footeo.com)**Dès 19 à 77 ans****Contact** : GSM (Groupe Sportif de Montrouge) - 06 89 86 91 71  
gsmontrouge@lipff.com - [gsmontrouge.footeo.com](http://gsmontrouge.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](http://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 - [aslmmontrouge92.e-monsite.com](http://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](http://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](http://smm92.fr)

## Gymnastique douce

Dès 18 ans

**Espace Colucci - 88 rue Racine**

**Contact :** 01 46 55 77 77 - [espacecolucci.aniapp.fr/activites](http://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](http://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](http://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](http://smm92.fr)



## Hip Hop

Dès 4 ans

R'danses - 18/20 avenue Émile Boutroux

Contact : 06 65 06 76 45  
[association-rds@live.fr](mailto:association-rds@live.fr) - [association-rds.com](http://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](http://espacecolucci.aniapp.fr/activites)

## Hockey / Floorball

Dès 6 ans

Espace Colucci - 88 rue Racine

Contact : 01 46 55 77 77  
[espacecolucci.aniapp.fr/activites](http://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](http://camontrouge.fr)

## House Dance

Dès 13 ans

Espace Colucci - 88 rue Racine

Contact : 01 46 55 77 77 - [espacecolucci.aniapp.fr/activites](http://espacecolucci.aniapp.fr/activites)

## Jogging

Pratique libre

Parc Renaudel - 118 avenue Jean Jaurès (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](http://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](http://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](http://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

Contact : Krav Maga - 06 78 91 23 40 - [kmpo.fr](http://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](http://teamquoniam.fr)

## Marche nordique

Dès 16 ans

Espace Colucci - 88 rue Racine

Contact : 01 46 55 77 77 - [espacecolucci.aniapp.fr/activites](http://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](http://cammontrouge.fr)

## Pétanque

Pratique Libre

Parc Jean-Loup Metton - Les Allées 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](mailto:smm92.fr)**Pilates****Dès 16 ans****Espace Colucci - 88 rue Racine****Contact** : 01 46 55 77 77 - [espacecolucci.aniapp.fr/activites](http://espacecolucci.aniapp.fr/activites)**Dès 16 ans****R'danse - 18/20 avenue Émile Boutroux****Contact** : 06 65 06 76 45 - [association-rds@live.fr](mailto:association-rds@live.fr) - [association-rds.com](http://association-rds.com)**Dès 55 ans****Club Jules Ferry - 61 place Jules Ferry****Contact** : 01 46 57 04 70 - [club-jules-ferry-montrouge.fr](http://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](http://montrougeplongee.com)

## Qi gong

Dès 16 ans

Espace Colucci - 88 rue Racine

Contact : 01 46 55 77 77 - [espacecolucci.aniapp.fr/activites](http://espacecolucci.aniapp.fr/activites)

R'danses - 18/20 avenue Émile Boutroux

Contact : 06 65 06 76 45 - [association-rds@live.fr](mailto:association-rds@live.fr) - [association-rds.com](http://association-rds.com)

Dès 55 ans

Club Jules Ferry - 61 place Jules Ferry

Contact : 01 46 57 04 70 - [club-jules-ferry-montrouge.fr](http://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](http://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](http://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](http://club-jules-ferry-montrouge.fr)

Dès 16 ans

Espace Colucci - 88 rue Racine

Contact : 01 46 55 77 77 - [espacecolucci.aniapp.fr/activites](http://espacecolucci.aniapp.fr/activites)

## Rugby

Dès 16 ans

Stade Maurice Arnoux - 107 rue Maurice Arnoux -

Contact : Racing club Montrouge - 06 18 05 21 18 - [rcmontrouge@gmail.com](mailto:rcmontrouge@gmail.com)  
[racingclubmontrouge.clubeo.com](http://racingclubmontrouge.clubeo.com)

## Sophrologie

Dès 55 ans

Club Jules Ferry - 61, place Jules Ferry

Contact : 01 46 57 04 70 - [club-jules-ferry-montrouge.fr](http://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.frt](http://smm92.frt)

## 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.frt](http://smm92.frt)

## Stretching postural

Dès 16 ans

Espace Colucci - 88 rue Racine

Contact : 01 46 55 77 77  
[espacecolucci.aniapp.fr/activites](http://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](mailto:atkdmontrouge@gmail.com) - [ceb.blogspot.fr](http://ceb.blogspot.fr)

## Tai chi

**Dès 16 ans**

Espace Colucci - 88 rue Racine

Contact : 01 46 55 77 77 - [espacecolucci.aniapp.fr/activites](http://espacecolucci.aniapp.fr/activites)

**Dès 16 ans**

R'danses - 18/20 avenue Émile Boutroux

Contact : 06 65 06 76 45 - [association-rds@live.fr](mailto:association-rds@live.fr) - [association-rds.com](http://association-rds.com)

**Dès 55 ans**

Club Jules Ferry - 61 place Jules Ferry

01 46 57 04 70 - [club-jules-ferry-montrouge.fr](http://club-jules-ferry-montrouge.fr)

## Tennis

Gymnase Buffalo - 41 rue Victor Basch

Gymnase Maurice Genevoix - 11 rue d'Arcueil

Gymnase Henri Ginoux - 91 avenue Henri Ginoux

**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](http://smm92.fr)

**Dès 6 ans**

Stade Paul Montay - 60 avenue Marx Dormoy

Contact : CAM - 01 46 57 59 00 - [camontrouge.fr](http://camontrouge.fr)

**Dès 6 ans**

Gymnase Buffalo - 41 rue Victor Basch

Contact : Sports Loisirs Montrouge - 06 16 60 21 34  
[aslm@dbmail.com](mailto:aslm@dbmail.com) - [aslmmontrouge92.e-monsite.com](http://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](http://smm92.fr)

### 10-17 ans

**Futsal, tennis de table, danse, tir à l'arc, golf, basket, badminton...**

À chaque période de vacances scolaires et pendant l'été  
Du lundi au vendredi de 9h30 à 12h et de 14h à 18h. Gratuit.

**Stade Maurice Arnoux - 107 rue Maurice Arnoux**

Infos au 06 45 92 68 23 et [ticketsports@ville-montrouge.fr](mailto:ticketsports@ville-montrouge.fr)

### Pratique libre

**Parc Jean-Loup Metton - Les allées Jean Jaurès**

**Parc Jean Moulin - 105 avenue Aristide Briand**

**Square Maurice Arnoux - 108 rue Maurice Arnoux**

**Square de la Marne - 57 avenue de la Marne**

## Ultimate Frisbee

### Dès 16 ans

**Espace Colucci - 88 rue Racine**

**Contact** : 01 46 55 77 77 - [espacecolucci.aniapp.fr/activites](http://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](http://phoenix-montrouge.fr)

**Gymnase Henri Ginoux - 91 avenue Henri Ginoux**

**Contact** : Phoenix de Montrouge - 06 28 95 50 71 - [phoenix-montrouge.fr](http://phoenix-montrouge.fr)

## Volley-ball

### Dès 18 ans

**Gymnase Henri Ginoux - 91 avenue Henri Ginoux**

**Contact** : Phoenix de Montrouge - 06 28 95 50 71 - [phoenix-montrouge.fr](http://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](http://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](http://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](mailto:association-rds@live.fr) - [association-rds.com](http://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](mailto:association-rds@live.fr) - [association-rds.com](http://association-rds.com)





Retrouvez la liste  
des associations sportives  
sur [92120.fr](http://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](http://acadanse-paris.com)

### Cercle Athlétique de Montrouge

60 avenue Marx Dormoy  
01 46 57 59 00  
[accueil@camontrouge.fr](mailto:accueil@camontrouge.fr)  
[camontrouge.fr](http://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](mailto:clubjulesferry@orange.fr)  
[club-jules-ferry-montrouge.fr](http://club-jules-ferry-montrouge.fr)

### Club Sportif de Montrouge

06 28 57 57 22  
[csm.montrouge@yahoo.fr](mailto:csm.montrouge@yahoo.fr)  
[cs-montrouge.ffct.org](http://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](mailto:danse.montrouge@gmail.com)  
[danse-modernjazz.com](http://danse-modernjazz.com)

### Danses Plurielles

107 avenue Aristide Briand  
06 62 80 16 16  
[danse.plurielles@gmail.com](mailto:danse.plurielles@gmail.com)  
[atelier-danse.fr](http://atelier-danse.fr)

### Embruns

26 rue Paul Bert  
06 11 36 38 66  
[courrier@embruns.asso.fr](mailto:courrier@embruns.asso.fr)  
[embruns.asso.fr](http://embruns.asso.fr)

### Évasion Loisirs Aventure Nature (ELAN)

104 avenue Aristide Briand  
06 03 57 38 91  
[elan.sport92@gmail.com](mailto:elan.sport92@gmail.com)  
[assoc-elan.fr](http://assoc-elan.fr)

### France Maillets Gateball Montrouge

06 78 93 04 20  
[francemaillets@gmail.com](mailto: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](http://freesonsdafrique.com)

### Golf swing Montrouge

30 rue Barbès  
06 77 81 70 25  
[montrouge@golf-swing.fr](mailto:montrouge@golf-swing.fr)  
[montrouge.golf-swing.fr](http://montrouge.golf-swing.fr)

**Groupe Sportif de Montrouge (GSM)**

Stade 107 rue Maurice Arnoux

06 89 86 91 71

[gsmmontrouge@lipff.com](mailto:gsmmontrouge@lipff.com)[gsmmontrouge.footeo.com](http://gsmmontrouge.footeo.com)**Krav Maga**

91 avenue Henri Ginoux

06 78 91 23 40

[accobadia@hotmail.com](mailto:accobadia@hotmail.com)[kmpo.fr](http://kmpo.fr)**Le Masque de Fer Montrouge**

Gymnase Renaudel

1 rue Jules Chéret

01 42 78 59 72

[info@escrime-montrouge.com](mailto:info@escrime-montrouge.com)[escrime-montrouge.com](http://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](http://parisud.amis-nature.org)**Les amis du Taekwondo**

Gymnase Buffalo

41 rue Victor Basch

06 58 26 84 57

[atkdmontrouge@gmail.com](mailto:atkdmontrouge@gmail.com)[webtkd.com/ceb](http://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](mailto:phoenix.montrouge@gmail.com)[phoenix-montrouge.fr](http://phoenix-montrouge.fr)**Lotus Yoga**

32 rue Fénélon

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](mailto:danquo@hotmail.fr) - [teamquoniam.fr](http://teamquoniam.fr)**Montrouge Association Sub  
Aquatique (MASA)**

91 avenue Henri Ginoux

06 60 92 80 96

[secretariat@montrougeplongee.com](mailto:secretariat@montrougeplongee.com)[montrougeplongee.com](http://montrougeplongee.com)**Montrouge Football Club 92  
(MFC 92)**

Stade Jean Lezer

2 rue Châteaubriand

09 61 28 87 54

[mfc92@lipff.fr](mailto:mfc92@lipff.fr) - [mfc92.fr](http://mfc92.fr)

**Odoriko****06 29 07 63 49**

[odoriko.danse@gmail.com](mailto: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](mailto:laid.biou16dz@laposte.fr)  
[plus-oxygene.org](http://plus-oxygene.org)

**Qi gong et sourire****06 10 02 08 59**

[marie pierre.darmon@gmail.com](mailto:marie pierre.darmon@gmail.com)

**Racing Club de Montrouge****Stade Maurice Arnoux****107 rue Maurice Arnoux****06 18 05 21 18**

[racingclubmontrouge.clubeo.com](http://racingclubmontrouge.clubeo.com)

**R'danses****18/20 avenue Emile Boutroux****06 65 06 76 45**

[association-rds@live.fr](mailto:association-rds@live.fr)  
[association-rds.com](http://association-rds.com)

**R'Fusion**

**Espace Acadanse - 25 bis avenue  
 de la République**

**06 86 60 88 20**

[natty.rfusion@gmail.com](mailto: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](mailto:contact@smm92.fr)  
[smm92.fr](http://smm92.fr)

**Sports Loisirs de Montrouge****51 rue Carvès****06 16 60 21 34**

[aslm@dbmail.com](mailto:aslm@dbmail.com)  
[aslmmontrouge92.e-monsite.com](http://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**







ey Club Trophy I  
MONTROUGE 2022

Euro Hockey Club Trophy I  
MONTROUGE 2022

Euro Hockey Club Trophy I  
MONTROUGE 2022

*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 Chateaubrian

## 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**  
57 avenue de la Marne

## Les clubs privés

- 23 **L'Orange bleu**  
46 rue Périer
- 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.paris.fr/92120)





“ 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...

