



HORAIRES D'ACCUEIL

De septembre à décembre :

Du lundi au jeudi

9h30 – 11h30 / 13h30 – 17h30

De janvier à juin:

Lundi, mardi et jeudi

13h30 – 17h30

Mercredi :

9h30 – 11h30 / 13h30 – 17h30

Fermé les vendredis, pendant les vacances scolaires et les jours fériés



TARIF LICENCE FCD

MEMBRE DE DROIT : 47 €

MEMBRE ASSOCIÉ : 82 €

MEMBRE ASSOCIÉ (2^e inscrit) : 62 €



STAGIAIRES

ECOLE DU GENIE

LICENCE*: 47 € + 10€ PAR ACTIVITE

Les activités à 10€ : Badminton, Close combat, Krav Maga, Natation, Musculation, Self défense féminine, Taï jitsu.

Documents à fournir obligatoirement :

- Bulletin d'adhésion complété, daté et signé
- Attestation de santé, VMP ou certificat médical (pour un CM il faut préciser l'activité pratiqué)
- Photocopie de la carte d'identité militaire ou civil de la défense
- Une photo d'identité

**La licence FCD est nationale et elle est valable dans tous les clubs de la Défense de septembre à août*

AQUAGYM

- * Cette activité se déroule le vendredi de 10h00 à 11h00
- * Tarif ayant droit : 35 €
- * Tarif membre associé : 50€
- * Les places sont limitées à 70 personnes
- * Age minimum : 16 ans
- * Responsable : M. MARQUE Frédéric
- * ☎ 02.41.24.83.99





BABY KARATE JUTSU

- * La pratique du baby karaté est réservée aux enfants de 3 à 7 ans
- * Les séances se déroulent le mercredi de 16h00 à 16h30
- * Les parents ou accompagnants doivent obligatoirement arriver 10 minutes avant le cours et rester sur place.
- * Montant de la cotisation section : 32 €
- * Responsable : Mme BEAUVAIS Isabelle
☎ 06.03.10.92.16
✉ isabellebeauvais@hotmail.com



BADMINTON

- * Cette activité se déroule les jours suivants :

- Le lundi, mercredi et jeudi de 17h30 à 19h30

- * Montant de la cotisation section : 35 €

- * Age minimum : 16 ans

- * Responsable : M. THOMAS Bernard

✉ angersbadcsad@gmail.com



BRICOLAGE PETITS TISSUS

- * Cette activité se déroule le mercredi de 13h30 à 17h00
- * Montant de la cotisation section : 30 €
- * Age minimum 18 ans
- * Places limitées à 10 personnes avec des connaissances (bases) en couture
- * Responsable de la section : Mme BRACHET Mireille
☎ 07.83.29.18.97
j-pierre.brachet@orange.fr



CLOSE COMBAT

- * Cette activité se déroule :
 - Mardi de 19h00 à 20h30
 - Jeudi de 20h00 à 21h30
 - Vendredi de 12h00 à 13h30
- * Montant de la cotisation section : 37 €
- * Pack « sports de combat » (accès à tous les sports de combat) : 150€ (licence FFK incluse)
- * Age minimum : 18 ans
- * Volet n°3 du casier judiciaire à fournir
- * Responsable : M. MELHLI Naji
 - ☎ 06.76.83.65.72
 - ✉ naji.melhli@orange.fr



COUTURE



- * Cette activité se déroule le jeudi de 14h00 à 17h00
- * Places limitées à 6 personnes
- * Montant de la cotisation section : 70 €
- * Responsable de la section : Mme VOINDROT Monique
- * Contact : Secrétariat du CSAD : 02.41.24.83.99

ÉMAUX

- * Cette activité se déroule le lundi de 13h45 à 16h45
- * Montant de la cotisation section : 45 €
- * Responsable de la section :
Mme COUTANT Louise
☎ 02.41.59.62.33
kharalou@gmail.com



ÉQUITATION

- * Pratique de l'équitation pour le loisir, en compétition, préparation des galops.
- * Les places sont limitées.
- * Pour plus de renseignements, vous pouvez contacter la responsable de section ou son adjoint :

➤ Mme NADAUD Marion

☎ 02.41.68.75.24

Ou

➤ M. BRAUD Thomas

☎ 02.41.68.80.70

e-mail : equitation.csadangers@gmail.com



ESCRIME

- * Pratique de l'escrime à partir de 7 ans
- * Pour plus de renseignements, vous pouvez contacter le responsable de la section escrime :
- * M. MASSON Philippe
 - ☎ 06.26.31.93.76
 - ✉ ph-masson@neuf.fr



ESCRIME ARTISTIQUE

- * Cette activité se déroule le vendredi de 17h30 à 19h00

- * Montant de la cotisation section : 52€

- * Montant de la licence FFE (obligatoire) : 28€

- * Pack « sports de combat » (accès à tous les sports de combat) : 150€

- * Age minimum : 18 ans

- * Responsable : M. KERVOELEN Philippe

☎ 06.48.28.42.90

✉ csdd2014@gmail.com



FUTSAL

- * Cette activité se déroule le vendredi de 20h00 à 22h30
- * Le futsal se pratique pour le loisir
- * Tous les niveaux physiques et techniques sont les bienvenus
- * Montant de la cotisation section : 5 €
- * Age minimum : 15 ans
- * Responsable : M. VELLA François-Joseph
☎ 06.79.14.23.27



GOLF

* Pour tout renseignement, vous pouvez contacter le responsable de la section golf :

* M. JOURDAN Jean-Louis

☎ 06.35.91.40.03

✉ jourdan.jl@free.fr



KARATÉ ENFANTS

- * La pratique du karaté ludique est réservée aux enfants de 7 à 14 ans
- * Les séances se déroulent le mercredi de 16h45 à 17h45
- * Montant de la cotisation section : 37 €
- * Responsable : Mme BEAUVAIS Isabelle
 - ☎ 06.03.10.92.16
 - ✉ isabellebeauvais@hotmail.com



KRAV-MAGA

- * Cette activité se déroule le mercredi de 19h15 à 20h45
- * Montant de la cotisation section : 72 €
- * Montant de la licence FFKAMA (obligatoire) : 39€
- * Pack « sports de combat » (accès à tous les sports de combat) : 150€ (licence FFK incluse)
- * Age minimum : 15 ans
- * Volet n°3 du casier judiciaire à fournir
- * Responsable : Mme BOURGEAIS Maud
- *  sectionsportsdecombatcsad@gmail.com



LOISIRS CREATIFS

- * Cette activité se déroule le mardi de 9h00 à 17h00
- * Cette activité abordera différent thème.
Exemples : décoration de Noël, mosaïque, tricot, petits travaux de couture, cartonnage etc...
- * Montant de la cotisation section : 20 €
- * Age minimum 18 ans
- * Responsable de la section :
Mme MASSON Patricia
 02.41.24.83.99



MARCHE

- * Cette activité se déroule :
 - Tous les 15 jours le jeudi matin
 - Des sorties sont également organisées à la journée
- * Montant de la cotisation section : 25 €
- * Responsable : M. HERBRETEAU Jacques
☎ 06.82.01.78.30



MEDITATION

- * Cette activité se déroule :
 - Le vendredi de 15h00 à 16h15
- * Montant de la cotisation section : 35 €
- * Responsable : Mme VIOT Catherine
☎ 06.58.52.93.19



MUSCULATION

* La salle de musculation est ouverte :

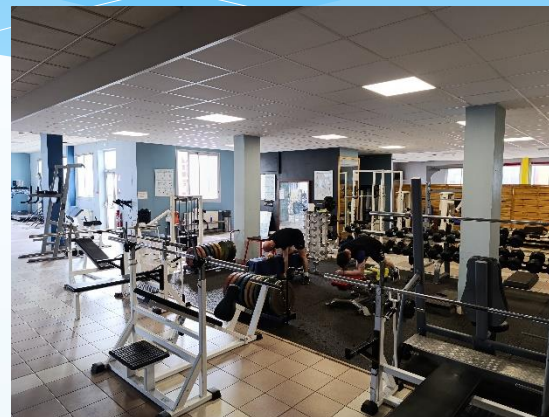
- Lundi, mardi et jeudi : 10h00 à 19h30
- Mercredi : 10h00 à 17h30
- Vendredi : 10h00 à 12h00

* Tarif : 50 €

* Age minimum : 16 ans

* Responsable de la section : M. OURSELIN Germain

* ☎ 02.41.24.83.99



NATATION ENFANTS

- * Les cours de natation pour les enfants se déroulent le mercredi après-midi (places limitées)
- * 13H45 – 14H20 Groupe 1 : initiation et apprentissage des bases (enfants débutants âgés entre de 6 et 10 ans)
- * 14h30 – 15h15 Groupe 2 : apprentissage et perfectionnement des 3 nages (enfants âgés entre 8 et 15 ans)
- * Tarif ayant droit : 40 €
- * Tarif membre associé : 55 €
- * Responsable : M. MARQUE Frédéric
☎ 02.41.24.83.99



NATATION

- * L'activité natation pour les adultes (nage libre) se déroule les jours suivants :
 - lundi, le mardi et le jeudi de 18h00 à 19h00
 - le dimanche de 10h00 à 11h30
- * A partir de 16 ans
- * Tarif ayant droit : 40 €
- * Tarif membre associé : 55 €
- * Responsable : M. MARQUE Frédéric
☎ 02.41.24.83.99



PEINTURE SUR PORCELAINE

- * Cette activité se déroule le jeudi de 14h00 à 17h00
 - * Montant de la cotisation section : 30 €
 - * Age minimum 18 ans
 - * Responsable de la section : Mme HERMANN Lucette
- ☎ 02.41.34.78.06
06.08.85.31.65



PLONGÉE

* Pour plus de renseignements, vous pouvez vous mettre en relation avec le responsable de la section plongée :

* M BOISSEAU Patrick

✉ csadplongee49@gmail.com

Tel : 06.84.44.83.84



QI GONG

- * Créneau : mardi : 18h00 – 19h30
 - * Montant de la cotisation section : 60€
 - * Responsable de la section : Mme MALISAN Nathalie
- ☎ 06.86.28.92.16
- ✉ nathalie.malisan@orange.fr



RÉFLEXOLOGIE SOPHROLOGIE

- * Les séances de réflexologie se déroulent uniquement sur rendez-vous :
- du lundi au vendredi
- * Elles sont ouvertes à tous les adhérents du CSAD à jour de leur licence FCD
- * Age minimum :
Réflexologie : 12 ans
Sophrologie : 7 ans
- * Tarifs : Réflexologie : 15 € par séance
Sophrologie : 30€ par séance
- * Responsable : Mme DELATTRE Christiane
☎ 06.20.16.87.80
✉ chrisyann49@sfr.fr



SELF DÉFENSE FÉMININE

- * L'activité se déroule le mercredi de 18h15 à 19h15
- * Elle est réservée aux femmes
- * Age minimum 14 ans
- * Volet n°3 du casier judiciaire à fournir
- * Montant de la cotisation section : 37 €
- * Pack « sports de combat » (accès à tous les sports de combat) : 150€ (licence FFK incluse)
- * Responsable de la section :
 - * Mme BEAUVAIS Isabelle
 - ☎ 06.03.10.92.16
 - ✉ isabellebeauvais@hotmail.com



TAI JITSU



- * Cette activité se déroule le lundi et le jeudi de 18h00 à 20h00
 - * Montant de la cotisation adulte : 57 €
 - * Montant de la cotisation enfant et étudiant : 32€
 - * Pack « sports de combat » (accès à tous les sports de combat) : 150€ (licence FFK incluse)
 - * Age minimum : 14 ans
 - * Volet n°3 du casier judiciaire à fournir
 - * Responsable de la section :
 - * Mme BEAUVAIS Isabelle
- ☎ 06.03.10.92.16
- ✉ isabellebeauvais@hotmail.com





TIR GROS CALIBRE

- * Cette activité se déroule le samedi de 9h30 à 11h30
- * Ouvert uniquement à la communauté défense
- * 18 ans minimum

- * Montant de la cotisation section : 46€
- * Montant de la licence FFTIR : 93€

- * Responsable de la section : M. ARTAUD Jean-Philippe
☎ 06.81.40.54.33
✉ clubtir1.eg@orange.fr





TRIATHLON

- * Nous sommes en partenariat avec le SCO Triathlon
- * En tant que membre de la communauté Défense, vous pouvez obtenir un tarif préférentiel sur la licence de triathlon si vous êtes inscrit au CSAD
- * Responsable de la section : Mme OLIVE MARCHESI Christelle
☎ secrétariat CSAD : 02.41.24.83.99