

# L'OMNISPORTS FAIT SA RENTRÉE

L'ASPTT : pour vous, pour tous, tout le temps

SAISON 2021-22

Des activités  
selon mes envies

1 club Omnisports  
plus de 30 activités

## INFORMATIONS / INSCRIPTIONS

**ASPTT ROUEN**  
18 rue Maladrerie  
76 035 - ROUEN Cedex

02.35.12.65.40  
rouen@asptt.com

L'OMNISPORTS FAIT SA RENTRÉE BY ASPTT  
L'ASPTT : POUR VOUS, POUR TOUS, TOUT LE TEMPS

Des activités selon mes envies

## ATHLÉTISME



École d'athlétisme pour enfants à partir de 5 ans : **GIUGIA Thomas 06 40 89 45 67**  
Adultes (16 ans et plus) : **DESJARDINS Florian 06 20 66 67 27**  
**info-aspttrouenathle@orange.fr**  
Lieux multiples (Rouen, Canteleu, Bihorel)  
→ À partir de 150€

## BABYSPORT



Éveil corporel et sportif pour un enfant de 18 mois à 3 ans, accompagné par un parent  
**rouen@asptt.com**  
**02 35 12 65 44**  
Gymnase Nelson Mandela, Rouen  
→ 165€

## BODY-FORME



Renforcement musculaire, cardio-training et fitness  
**rouen@asptt.com**  
Secrétariat Omnisports : **02 35 12 65 40**  
Gymnase Nelson Mandela, Dojo des Cotonniers Rouen  
→ 170€

## COLLECTIF DES FEMMES



Gymnastique, aquagym et musculation 100% féminin sur les Hauts de Rouen  
**rouen@asptt.com**  
**HAFID Amina 06 24 40 31 29**  
Salle du Bellay, Rouen (piscine de l'île Lacroix pour l'aquagym)

## FOOTBALL



À partir de 7 ans  
**501527@lfnfoot.com**  
**BOHÈRE Stéphane 06 83 24 58 90**  
Centre sportif de la Petite-Bouverie, Rouen  
→ 120€

## ATHLÉTISME LOISIRS



Marche nordique, remise en forme, nordicfit et running  
**info-aspttrouenathle@orange.fr**  
**MICHAUD Jean-Pascal 06 60 73 64 57**  
Lieux multiples (Rouen, Canteleu, Bihorel)  
→ Running 150€  
→ Athlé loisirs 180€

## BASKET-BALL



École de basket, compétition et loisirs  
**aspttrouenbasket@orange.fr**  
**ARLIN Jean-Claude 02 35 12 65 42**  
Gymnase Mandela ou Gymnase Jeanne d'Arc, Rouen  
→ École de basket 130€, entre 110€ et 180€ 11 ans et +

## CHANBARA



Initiation aux combats de samouraïs avec des armes factices en mousse  
Cours spécifique autisme le jeudi  
**asptt.rouen.judo@gmail.com**  
**VIGNAUX Philippe 06 40 60 57 40**  
Gymnase Nelson Mandela, Rouen  
→ 120€

## E-SPORT



Encadrement et accompagnement sur consoles ou PC, loisirs et/ou compétition  
**esportrouen@asptt.com**  
**CADINOT David 02.35.12.65.41**  
Gaming house, 94 rue Beauvoisine, Rouen  
→ À partir de 7€ l'entrée et 20€ par mois l'adhésion annuelle

## GOLF



Sorties, tournois internes et accompagnement pour joueurs confirmés, de février à novembre  
**rouen@asptt.com**  
**PELLERIN Benoist 06 70 76 91 10**  
Golfs normands et ouest parisien  
→ À partir de 60€

Avec l'ASPTT Rouen,  
des activités pour tous,  
à tout âge de la vie !

**ASPTT**  
FEDERATION  
OMNISPORTS  
cultivons vos envies

**ASPTT ROUEN**  
CLUB OMNISPORTS  
cultivons vos envies

rouen.asptt.com





## GYM ACTIV BIEN-ÊTRE



Gym douce et santé, en musique, pour un public adulte et séniors  
**rouen@asptt.com**  
**Secrétariat Omnisports : 02 35 12 65 40**  
*Salle Debussy, Salle Deve Rue du Docteur Dévé, Dojo des Cotonniers, Rouen*  
 → 110€

## KIDISPORT ENFANTS



Découverte multisports de 3 à 12 ans  
**rouen@asptt.com**  
**02 35 12 65 44**  
*Gymnase Nelson Mandela, Rouen*  
 → KidiSPORT (3-6 ans) et KidiSPORT+ (7-9 ans) : 140€  
 → KidiSPORT MAX (10 – 12 ans) : 160€

## LUTTE



À partir de 3 ans  
 Centre Colette Besson, 76100 Rouen  
**rouen@asptt.com**  
**JOVENIN Jocelyne 06 80 84 12 09**  
 → Lutte à partir de 120€  
 → 170€ Grappling et 130€ Wrestling fitness

## MULTI-ACTIVITÉS GRAMMONT



Enfants : Hip-hop, KidiSPORT, natation  
 Adultes (16 ans) : aquagym, fitness, natation, sophrologie, yoga.  
**rouen@asptt.com**  
**BANCE Benjamin 06 15 94 77 43**  
 Centre socio-culturel Simone Veil, Rouen  
 → De 40€ à 120€

## MUSCULATION



Salle de musculation à partir de 16 ans  
 Se rendre directement sur place pour infos  
**rouen@asptt.com**  
**Secrétariat Omnisports : 02 35 12 65 40**  
*Salle du Bellay, Rouen*  
 → 90€ (80€ étudiants), horaires à retrouver sur notre site internet

## JUDO - JUJITSU



**asptt.rouen.judo@gmail.com**  
**VIGNAUX Philippe 06 40 60 57 40**  
 Gymnase Nelson Mandela, Rouen  
 + Gymnase Jean Giraudoux (judo enfants)  
 → De 140€ à 190€ (judo) et de 170€ à 190€ (jujitsu)

## KUNG-FU



Cours de kung-fu adultes  
**rouen@asptt.com**  
**Bruno Vasselin 06 87 34 06 21**  
*Gymnase Nelson Mandela, Rouen*  
 → 186€

## MÉDITATION / TAI-CHI GI-GONG



Cours de Tai-chi Gi-gong et/ou de méditation  
**rouen@asptt.com**  
**Secrétariat Omnisports : 02 35 12 65 40**  
*Gymnase Nelson Mandela, Rouen*  
 → Tai-chi qi-gong 170€ / Méditation 85€

## MULTISPORTS ADULTES



À partir de 15 ans, découverte multisports sans compétition  
**rouen@asptt.com**  
**Secrétariat Omnisports : 02 35 12 65 40**  
*Gymnase Nelson Mandela, Rouen*  
 → 130€

## NATATION



Perfectionnement adultes / carte piscine avec accès illimité aux piscines Rouennaises  
**rouen@asptt.com**  
**Secrétariat Omnisports : 02 35 12 65 40**  
*Piscine Denis Diderot, Rouen*  
 → Enfants / adultes : à partir de 205€



## OFFRE AQUA

Deux cours par semaine: Aquapalm et aqua-training / carte piscine  
**rouen@asptt.com**  
**Secrétariat Omnisports : 02 35 12 65 40**  
*Piscine Denis Diderot, Rouen*  
 → À partir de 245€



## RANDONNÉE PÉDESTRE

Randonnées en semaine et le week-end, en 1/2 journée ou journée entière. Lieux variés (76 et 27). Organisation de week-ends. Marche nordique les lundis dès nov. 2021  
**c.bellenger76@gmail.com**  
**BELLENGER Corinne 06 70 11 49 00**  
 → À partir de 25€



## TENNIS

Réservation de terrains mis à disposition, PAS DE COURS  
**regis.guedot@wanadoo.fr**  
**GUEDOT Régis 06 86 06 93 48**  
*Centre sportif de la Petite-Bouverie, Rouen*  
 → À partir de 90€ pour un enfant et 100€ pour un adulte



## VOLLEY-BALL

À partir de 4 ans, loisirs ou compétition  
 Lieux divers : Rouen (Gymnase Thuilleau) et Mont-Saint-Aignan  
**volleyrouen@gmail.com**  
**BRUNNENKANT Marc 06 50 50 55 15**  
 → De 90€ à 205€



## PASS MULTISPORTS

Plus de 25 activités, 3 options : une activité semaine / illimité / achat de jetons  
 Adaptable à votre emploi du temps  
**rouen@asptt.com**  
**CADINOT David 02 35 12 65 41**  
 → À partir de 19€ par mois (sur la base d'un abonnement annuel)



## SELF-DÉFENSE

Apprentissage des techniques et gestes d'auto-défense  
**asptt.rouen.judo@gmail.com**  
**VIGNAUX Philippe 06 40 60 57 40**  
*Gymnase Nelson Mandela, Rouen*  
 → 160€



## VOILE

Pratique le samedi après-midi, de mars à novembre  
**didier.duclos3@wanadoo.fr**  
**DUDLOS Didier 06 82 56 37 87**  
*Base nautique d'Hénouville, Hénouville*  
 → À partir de 80€



## YOGA - PILÂTES

Tous les mercredis après-midi  
**rouen@asptt.com**  
**Secrétariat Omnisports : 02 35 12 65 40**  
*Gymnase Nelson Mandela, Rouen*  
 → Une activité : 190€  
 → Les deux activités : 350€



## STAGES MULTISPORTS

Pendant les vacances, viens t'amuser avec tes copains !

**Quartier Grammont**  
 (différentes tranches d'âge)  
 Benjamin Bance  
 06.15.94.77.43

**Quartier Mandela**  
 (6 - 12 ans)  
 Brigitte Charvieux  
 02.35.12.65.44

**Gaming House / E-sport**  
 (12 - 17 ans)  
 ASPTT Omnisports  
 02.35.12.65.41



## NOS LABELS :



Dès 18 mois, pour s'exprimer et interagir avec l'environnement et développer ses sens et ses capacités motrices



L'éveil multisports pour les 3-6 ans. Découverte d'activités sportives ludiques et variées à chaque cycle scolaire



Activité d'éveil multisports pour les 7-9 ans, dans la continuité du KidiSPORT



Multisports pour les 10-12 ans. Pratique d'activités sportives variées, sans compétition



Pour s'offrir une pause sportive durant la journée, se défouler, décompresser et affronter plus sereinement sa journée



Pratique sportive adaptée aux personnes sédentaires ou atteintes de pathologies légères



Pratique sportive adaptée aux personnes ayant un handicap



Offre sportive avec tarifs adaptés à destination des associations œuvrant auprès de publics en situation de grande précarité



Pratique sportive adaptée aux personnes atteintes de troubles du spectre autistique



Offre sportive à destination des personnes issues des Quartiers Prioritaires de la Ville



## PASS MULTISPORTS :

Découvrez le *PASS Multisports*, qui permet à son détenteur de pratiquer une ou plusieurs activités sportives par semaine au choix, selon ses envies. Avec le *PASS Multisports*, c'est VOUS qui avez la main !



**Simple :** En 2 clics sur smartphone grâce à une application

**Varié :** + de 25 activités disponibles chaque semaine

**Adapté :** À mon emploi du temps et à mes envies

**Pratique :** Quand j'en ai besoin

À PARTIR DE :

**19€ PAR MOIS\***

1 ACTIVITÉ / SEMAINE

\*sur la base d'un abonnement annuel

**29€ PAR MOIS\***

ILLIMITÉ / SEMAINE

**OFFRE AU JETON**

À LA SÉANCE

## E-SPORT :

Notre objectif est d'accompagner enfants et parents sur les bonnes pratiques du jeu vidéo en favorisant une approche sereine et responsable.



**Offre loisirs :** Session gaming de 2h, deux fois par semaine

**Kid'e-sport :** Temps d'enseignement aux bonnes pratiques pour les 8-12 ans

**Offre compétition :** Session coaching de 2h, pour travailler technique et tactique

**Créer ton jeu :** Découvrir la programmation avec la création d'un jeu vidéo

**Du virtuel au réel :** 1 créneau e-sport = 1 créneau sport dans la même semaine

À PARTIR DE :

**20€ PAR MOIS\***

\*sur la base d'un abonnement annuel

## PACK FAMILY :

Grâce au **Pack Family**, pratiquez une activité physique aux mêmes créneaux horaires et sur le même lieu que votre enfant. Une bonne occasion pour **gagner du temps** tout en **prenant du temps pour soi** !



## NOS ÉVÉNEMENTS :



25 & 26 SEPTEMBRE 2021  
ROUEN BOUGE AVEC TOI  
Courses gratuites pour les 6-14 ans



25 SEPTEMBRE 2021  
SEINE-MARATHON 76  
Événement course à pied de la rentrée !



DÉCEMBRE 2021  
CAP SUR L'HANDI  
Événement gratuit pour les structures spécialisées



MARS 2022  
LE SPORT DONNE DES ELLES  
Événement gratuit 100% féminin



JUIN 2022  
LES JO DE L'AUTISME  
Journée sportive pour personnes TSA et leurs familles



JUIN 2022  
LE DÉFI JEUNES  
Challenges sportifs pour les jeunes



ÉTÉ 2022  
LE SPORT DONNE LA FORME  
Pour un été sport et bien-être



AOÛT 2022  
SUMMER FIT CAMP  
Cours de fitness à petits prix durant les vacances d'été

