

1898-2023  
**125** ANS  
DE SPORTS  
by ASPTT

SAISON 2023/24

**ASPTT ROUEN**  
CLUB OMNISPORTS  
cultivons vos envies



ASPTT Rouen,  
1 club, plus de  
30 activités  
pour tous !

# L'ASPTT ROUEN FAIT SA RENTRÉE

De 18 mois  
à 99 ans

En loisir comme  
en compétition

Avec ma licence ASPTT  
**PREMIUM**, je pratique  
selon mes envies !



**ASPTT**  
FEDERATION  
OMNISPORTS  
cultivons vos envies

PARTENAIRE MAJEUR



INFORMATIONS / INSCRIPTIONS

**ASPTT Rouen**

18 rue Maladrerie  
76 000 Rouen

rouen@asptt.com  
02.35.12.65.40

Creation: welke.fr

Retrouvez nous sur [rouen.asptt.com](http://rouen.asptt.com)



L'OMNISPORTS FAIT SA

# RENTRÉE

Avec ma licence ASPTT PREMIUM, je pratique selon mes envies !

## ATHLÉTISME

École d'athlétisme à partir de 4 ans : **GIUGIA Thomas**  
**06 40 89 45 67**

Adultes (16 ans et +) : **DESJARDINS Florian** **06 20 66 67 27**

**info-aspttrouenathle@orange.fr**

Lieux multiples (Rouen, Canteleu, Bihorel)

→ À partir de 160€

## 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 à partir de 160€

→ Athlé loisirs à partir de 130€



## AQUA'PALMES / TRAINING

Deux cours par semaine: 1 aqua-palmes et 1 aqua-training

**rouen@asptt.com**

**Secrétariat Omnisports : 02 35 12 65 40**

Piscine Denis Diderot, Rouen

→ 255€ (les 2 cours)

## BABYSPORT (DÈS 18 MOIS)

Éveil corporel et sportif pour un enfant de 18 mois à 3 ans, accompagné par un parent

**rouen@asptt.com**

**Secrétariat Omnisports : 02 35 12 65 40**

Gymnase Nelson Mandela, Rouen

→ 170€



## BADMINTON

À partir de 8 ans

**rouen@asptt.com**

**Secrétariat Omnisports : 02 35 12 65 40**

Gymnases Claudel et Boieldieu

→ 100€ pour un mineur, 120€ pour un adulte



## BASKET-BALL

École de basket, compétition et loisirs dès 3 ans

**contact.aspttrouenbasket@gmail.com**

**LEFEVRE Clément** **06.28.63.30.54**

Gymnase Mandela et autres

→ À partir de 140€ mini-basket, 150 à 210€ école de basket et séniors, 125€ loisirs



## 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

→ 185€

## CHANBARA

À partir de 7 ans, initiation aux combats de samouraïs avec des armes factices en mousse

**rouen@asptt.com**

**VIGNAUX Philippe** **06 40 60 57 40**

Gymnase Nelson Mandela, Rouen

→ 60€

## ESPORT



Encadrement et accompagnement sur consoles ou PC, bonnes pratiques numériques (en attente de réouverture)

**esportrouen@asptt.com**

**LEFEBVRE Nathan** **07 70 78 85 58**

→ Plusieurs formules d'abonnement

## FOOTBALL

À partir de 7 ans

**501527@lfnfoot.com**

**BOHÈRE Stéphane** **06 83 24 58 90**

Centre sportif de la Petite-Bouverie, Rouen

→ 130€



## 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€

## 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**

Lieux multiples à Rouen (Debussy, Dévé, Cotonniers)

→ 120€



## COLLECTIF SPORTIF DES FEMMES HDR

Silhouette Halter' et aquagym 100% féminin sur les Hauts de Rouen

**rouen@asptt.com**

**HAFID Amina 06 24 40 31 29**

Salle du Bellay, Rouen (île Lacroix pour l'aquagym)

→ À partir de 50€



## JUDO / JUJITSU

Dès 4 ans (judo) / 13 ans (jujitsu)

**rouen@asptt.com**

**VIGNAUX Philippe 06 40 60 57 40**

Gymnase Nelson Mandela, Gymnase Jean Giraudoux, Centre Simone Veil, Maison du Plateau, Rouen

→ À partir de 150€ (judo) / 190€ (jujitsu)



## KIDISPORT

Découverte multisports de 3 à 12 ans

**rouen@asptt.com**

**BRUNNENKANT Marc 02 35 12 65 43**

Gymnase Nelson Mandela, Rouen

→ KidiSPORT (3-6 ans) et KidiSPORT + (7-9 ans) : 145€

→ KidiSPORT MAX (10 - 12 ans) : 165€

## KUNG-FU

Cours de kung-fu à partir de 13 ans

**rouen@asptt.com**

**Bruno Vasselin 06 87 34 06 21**

Gymnase Nelson Mandela, Rouen

→ À partir de 140€

## LUTTE / GRAPPLING

À partir de 3 ans

**rouen@asptt.com**

**JOVENIN Jocelyne 06 80 84 12 09**

Centre Colette Besson, 76100 Rouen

→ Lutte à partir de 120€

→ Grappling 170€ et Renforcement musculaire 130€



## MULTI-ACTIVITÉS GRAMMONT

Aquagym, natation, pilâtes, remise en forme, yoga

**rouen@asptt.com**

**LANGLOIS Baptiste 06 73 41 49 76**

Centre socio-culturel Simone Veil, Rouen

→ De 50€ à 140€



## MULTI'ADOS

Découverte multisports loisir pour les ados de 13 à 15 ans

**rouen@asptt.com**

**02 35 12 65 43**

Gymnase Nelson Mandela, Rouen

→ 165€

## MULTI'SPORTS ADULTES

À partir de 15 ans, découverte multisports sans compétition

**rouen@asptt.com**

**Secrétariat Omnisports : 02 35 12 65 40**

Gymnase Nelson Mandela, Rouen

→ 145€

## MULTI'SPORTS SANTÉ

Activité de remise en forme / fitness sur prescription médicale, maximum 10 personnes par groupe.

**rouen@asptt.com**

**Secrétariat Omnisports : 02 35 12 65 40**

Gymnase Nelson Mandela, Rouen

→ 220€

## MUSCULATION

Salle de musculation à partir de 16 ans. Se rendre directement sur place pour infos

**lbasille@asptt.com**

**Secrétariat Omnisports : 02 35 12 65 40**

Salle du Bellay, Rouen

→ À partir de 90€ l'année, horaires à retrouver en ligne



## NATATION

Perfectionnement adultes / carte piscine avec accès illimité aux piscines Rouennaises

[rouen@asptt.com](mailto:rouen@asptt.com)

**Secrétariat Omnisports : 02 35 12 65 40**

Piscine Denis Diderot, Rouen

→ Cours adultes : à partir de 235€

→ Carte piscine : à partir de 115€

## PASS ASPTT

Plus de 25 activités au choix, chaque semaine !  
Réservation via appli mobile.

[passmultisportsrouen@asptt.com](mailto:passmultisportsrouen@asptt.com)

**CADINOT David 02 35 12 65 41**

→ À partir de 28€ par mois (sur la base d'un abonnement annuel)

## PILATES



Le mercredi de 13h30 à 14h45

[rouen@asptt.com](mailto:rouen@asptt.com)

**Secrétariat Omnisports : 02 35 12 65 40**

Gymnase Nelson Mandela, Rouen

→ 210€

## 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

[c.bellenger76@gmail.com](mailto:c.bellenger76@gmail.com)

**BELLENGER Corinne 06 70 11 49 00**

→ À partir de 46€



## STAGE MULTISPORTS

Quartier Mandela : multi-activités

**Dès 6 ans - 02 35 12 65 43**

Quartier Grammont : multi-activités

**Dès 6 ans - 06 73 41 49 76**

Gaming House : Du virtuel au Réel et Créé ton jeu vidéo

**Dès 10 ou 12 ans - 07 70 78 85 58**



## SELF-DÉFENSE

Apprentissage des techniques et gestes d'auto-défense dès 16 ans

[rouen@asptt.com](mailto:rouen@asptt.com)

**VIGNAUX Philippe 06 40 60 57 40**

Gymnase Nelson Mandela Centre Simone Veil, Maison du Plateau, Rouen

→ 160€

## SOPHROLOGIE

Les samedis matins, possibilité de coupler avec le tai-chi

[rouen@asptt.com](mailto:rouen@asptt.com)

**Secrétariat Omnisports : 02 35 12 65 40**

Gymnase Nelson Mandela, Rouen

→ Sophrologie : 155€

→ Sophrologie+ tai-chi : 225€

## TAI-CHI QI GONG

Les samedis matins, possibilité de coupler avec la sophrologie

[rouen@asptt.com](mailto:rouen@asptt.com)

**Secrétariat Omnisports : 02 35 12 65 40**

Gymnase Nelson Mandela, Rouen

→ Tai-chi : 180€

→ Tai-chi + sophrologie : 225€



## TENNIS

Réservation de terrains mis à disposition,  
PAS DE COURS

[regis.guedot@wanadoo.fr](mailto: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



## VOILE

Pratique le samedi après-midi, de mars à novembre

[didier.duclos3@wanadoo.fr](mailto:didier.duclos3@wanadoo.fr)

**DUCLOS Didier 06 82 56 37 87**

Base nautique d'Hénouville, Hénouville

→ À partir de 100€

## VOLLEY-BALL

À partir de 4 ans, loisirs ou compétition

[volleyrouen@gmail.com](mailto:volleyrouen@gmail.com)

**Secrétariat Omnisports : 02 35 12 65 40**

Lieux divers : Rouen (Gymnase Jeanne d'Arc)  
et Mont-Saint-Aignan

→ De 120€ à 240€

## YOGA

Le mercredi de 18h15 à 19h30

[rouen@asptt.com](mailto:rouen@asptt.com)

**Secrétariat Omnisports : 02 35 12 65 40**

Gymnase Nelson Mandela, Rouen

→ 210€

