

# Guide des sports

et des activités sportives

2021-2022



#OrleansMetropole



RENSEIGNEMENTS  
[www.orleans-metropole.fr](http://www.orleans-metropole.fr)  
02 38 79 22 22



Orléans  
Mairie

## Orléans fait équipe avec le sport

Chères sportives et chers sportifs orléanais,

La crise sanitaire que nous continuons de traverser, avec les contraintes qui s'imposent à tous, a fragilisé notre tissu associatif, socle du sport orléanais.

C'est pourquoi, vous le savez, je suis de près avec l'ensemble de la Direction des sports la situation de chacune de vos associations et clubs. Depuis plus d'un an déjà, je suis persuadé que c'est par l'écoute et l'échange que nous pourrons répondre au mieux à vos attentes ou préoccupations pour pérenniser vos activités sportives.

Malgré la crise, vous avez pu constater que de nombreux événements sportifs de haut niveau ont pu se tenir : Basket 3x3, football professionnel, volleyball féminin international... Le rayonnement induit par ces événements pour notre ville est un axe fort de notre politique sportive. Outre les vertus économiques pour Orléans et ses commerces, je souhaite que nous soyons prêts pour être une place d'envergure nationale lors du redémarrage post COVID, pour l'ouverture du CO'MET et pour la préparation des JOP de Paris 2024.

Ensemble poursuivons la construction d'Orléans Ville Sportive, Ville Vivante !

Nous avons tous les atouts pour permettre ce formidable élan !

Faisons gagner Orléans !

Sportivement.



A handwritten signature in black ink, consisting of several overlapping, slanted lines.

**Thomas RENAULT**  
Adjoint au Maire pour les sports

# Guide des sports

et des animations sportives  
2021/2022

## SOMMAIRE

**LA POLITIQUE SPORTIVE** p 04

**ANIMATION SPORTIVE** p 06

**LES ÉQUIPEMENTS SPORTIFS** p 20

**LE SOUTIEN AUX CLUBS** p 30

Retrouvez toutes les informations de ce guide mises à jour régulièrement ainsi que l'actualité sportive orléanaise sur [www.orleans-metropole.fr](http://www.orleans-metropole.fr) et les réseaux sociaux [#orleansmetropole](https://twitter.com/orleansmetropole).

# LA POLITIQUE SPORTIVE

› La Direction des Sports et Loisirs

# LA DIRECTION DES SPORTS ET LOISIRS

La Direction des Sports et Loisirs s'organise autour des trois services suivants :

## **LE SERVICE "VIE SPORTIVE"**

Il assure les relations auprès des associations sportives dans le cadre de l'attribution d'aides financières ou matérielles. Il planifie et gère l'utilisation de l'ensemble des équipements sportifs de la Mairie d'Orléans, stades, gymnases, salles spécialisées. Il veille à la propreté, la sécurité, l'accueil des usagers et la maintenance des locaux.

## **LE SERVICE "ANIMATION SPORTIVE"**

Il regroupe des éducateurs terrestres et nautiques de la Mairie d'Orléans. Il met en place la politique d'animation qui s'articule autour des temps scolaires et périscolaires. Il gère les dispositifs suivants : l'EMIS, "Orléans Vous Coach" et "Orléans Mouv". Ce service est également composé du Pôle Manifestation qui intervient dans l'accompagnement et l'organisation de plus de 300 manifestations sportives par an.

## **LE SERVICE "ÉTABLISSEMENTS AQUATIQUES"**

Il regroupe des éducateurs aquatiques de la Mairie d'Orléans. Il planifie et gère l'utilisation de l'ensemble des piscines d'Orléans et de la zone de baignade de l'Île Charlemagne. Il veille à la l'hygiène, la sécurité, l'accueil des usagers, la maintenance des locaux et propose des événements toute l'année.

# **ANIMATION SPORTIVE**

- > Le sport à l'école**
- > Orléans Mouv'**
- > É.M.I.S.**
- > Orléans vous coach**
- > Sport Santé**
- > Manifestations sportives**

# LE SPORT À L'ÉCOLE

La Mairie d'Orléans souhaite favoriser la pratique sportive dans les écoles primaires aussi bien sur le temps scolaire que périscolaire. Ainsi, les éducateurs sportifs municipaux et certains clubs interviennent quotidiennement auprès des enseignants en leur apportant leur appui technique et pédagogique autour de l'éveil sportif.

## ORLÉANS MOUV'

Ce dispositif est destiné aux enfants âgés de 11 à 15 ans qui ne sont adhérents à aucune structure. A chaque période de vacances scolaires (sauf Noël), un partenariat entre la Mairie d'Orléans et diverses associations permet la mise en place de stages multisports pour les jeunes des quartiers de l'Argonne, de la Source et des Blossières, du lundi au vendredi de 10h à 12h30 et de 14h à 16h30. Une participation de 2 € est demandée à chaque stage. Les inscriptions se font le lundi matin de début de chaque stage.

Renseignements et inscriptions :  
[www.orleans-metropole.fr](http://www.orleans-metropole.fr), rubrique "Découvrir & Sortir"

# L'ÉCOLE MUNICIPALE D'INITIATION SPORTIVE (ÉMIS)

L'EMIS s'adresse selon les sections aux enfants et aux jeunes âgés de 4 à 16 ans pour leur permettre de découvrir et de s'initier à des activités sportives terrestres, nautiques ou aquatiques durant l'année scolaire.

L'objectif recherché par les éducateurs sportifs qui encadrent l'EMIS, repose avant tout sur l'acquisition d'une culture sportive alliant le plaisir de la pratique, l'approche sportive et ludique, les rencontres et les échanges entre jeunes. Les différentes sections sont décrites ci-après.

Les programmes des sections sont disponibles sur [www.orleans-metropole.fr](http://www.orleans-metropole.fr) (Section Découvrir et sortir / Activités Sportives / École Municipale d'Initiation Sportive)

Les tarifs sont établis en fonction du dernier quotient familial transmis par la famille dans son dossier administratif.

## > MODALITÉS D'INSCRIPTIONS SECTIONS 2021/2022

Inscriptions :

- En ligne, sous réserve de disposer d'un « compte famille »
- Auprès du guichet unique de la mairie
- En mairie de proximité

### **Date d'inscription du 7 au 14 SEPTEMBRE 2021\***

\*Demandes étudiées en commission d'attribution des places au regard des critères prévus au règlement à l'issue de cette période. Au-delà de cette date, les inscriptions sont toujours possibles mais les places sont attribuées dans la limite des disponibilités.

#### COMPTE FAMILLE

Créer ou mettre à jour son dossier administratif sur [moncompte.orleans-metropole.fr](http://moncompte.orleans-metropole.fr) ou auprès de "l'Espace Famille" (en Mairie ou Mairies de Proximité d'Orléans).

#### **PIECES JUSTIFICATIVES A JOINDRE :**

- Brevet de natation de 25 m pour les sections nautiques.
- Considérant que les dispositifs sportifs municipaux n'ont pas vocation à la pratique de la compétition et qu'aucune licence n'est délivrée, l'adhésion à l'EMIS n'est plus soumise à la production d'un certificat médical de non contre-indication à la pratique sportive. A ce titre, la Mairie d'Orléans décline toute responsabilité en cas d'accident lié à l'état de santé de l'adhérent.

**TOUTE INSCRIPTION N'EST PRISE QUE SI LE DOSSIER EST COMPLET.**



## LA FACTURATION

La facture est envoyée et gérée par la Régie Monétique Centrale. Elle doit être réglée, soit auprès d'une mairie de proximité ou auprès de l'Espace Famille de la Mairie. Moyens de paiement acceptés : Paiement en ligne, carte bancaire (uniquement auprès de l'Espace Famille), chèque bancaire, coupons sports, chèque vacances, espèces, tickets C.A.F.

## > STAGES SPORTIFS

L'Ecole Municipale d'Initiation Sportive propose aussi des stages pendant les vacances scolaires.

Retrouvez les informations sur [www.orleans-metropole.fr](http://www.orleans-metropole.fr), rubrique "Découvrir & sortir" - Activités sportives. Et créez une inscription depuis votre compte famille sur [moncompte.orleans-metropole.fr](http://moncompte.orleans-metropole.fr)

Le dossier administratif doit être créé ou mis à jour à l'Espace Famille du Centre Municipal.

Les fiches de souhaits sont à retirer auprès du référent périscolaire, les mairies de proximité, la Mairie Centrale.

## > BESOINS SPÉCIFIQUES

Les enfants avec des besoins spécifiques liés à une particularité de santé, une situation de handicap ou autre, sont les bienvenus à l'Ecole Municipale d'Initiation Sportive.

Le parent est invité à porter à la connaissance de la Direction des Sports et des Loisirs, les éléments spécifiques à l'accueil de l'enfant sur la fiche de souhaits ou sur le bulletin en ligne ([moncompte.orleans-metropole.fr](http://moncompte.orleans-metropole.fr)).

Un rendez-vous sera organisé avec les membres de l'équipe de l'EMIS pour évoquer les besoins spécifiques de l'enfant. Vous pouvez joindre à ce sujet la Direction des Sports et des Loisirs au 02.38.79.25.22.

## DÉMARRAGE DES SECTIONS ANNUELLES : LE 7 SEPTEMBRE 2021

Retrouvez les informations concernant l'E.M.I.S. sur [www.orleans-metropole.fr](http://www.orleans-metropole.fr), rubrique "Découvrir & sortir" - Activités sportives.  
Et créez une inscription à l'EMIS depuis votre compte famille sur [moncompte.orleans-metropole.fr](http://moncompte.orleans-metropole.fr)

# ORLÉANS VOUS COACH

Au moment où chacun s'engage vers de bonnes résolutions et définit ses objectifs pour l'année, la Mairie d'Orléans, pour la dixième année consécutive, met en place un dispositif "Orléans Vous Coach" destiné aux adultes, aux jeunes à partir de 16 ans et aux familles avec des enfants âgés de 7 ans minimum, excepté pour les bébés nageurs (à partir de 6 mois)

Si vous souhaitez vous détendre, vous sentir en meilleure forme, vous préparer à un rendez-vous sportif ou à un concours, nul doute que vous trouverez au sein des activités proposées de quoi bâtir votre programme.

Dans toutes les sections, les éducateurs de la Mairie d'Orléans vous proposeront un programme adapté à vos attentes et si besoin, un programme personnalisé pour vos entraînements libres.

Au-delà, l'inscription ne sera possible dans la limite des places disponibles.

## ► MODALITÉS D'INSCRIPTIONS AUX SECTIONS POUR 2021/2022

Pour simplifier vos démarches, mettez à jour votre dossier administratif et complétez votre demande d'inscription en ligne à partir de : [moncompte.orleans-metropole.fr](http://moncompte.orleans-metropole.fr)

À défaut : complétez et signez votre dossier administratif et votre demande de pré-inscription puis retournez-les :

- au Guichet Unique de la Mairie d'Orléans (place de l'Étape)
- ou en Mairie de Proximité (Orléans)
- ou par mail à [emis-ovc@orleans-metropole.fr](mailto:emis-ovc@orleans-metropole.fr)

### **PIECES JUSTIFICATIVES À JOINDRE :**

- Brevet de natation de 50 m pour les sections natation.
- Brevet de natation de 25 m pour les sections "Kayak/ Paddle", "Kayak".
- La copie des vaccins à jour pour l'enfant et pour les sections Bébés Nageurs.
- Un certificat médical de non contre-indication à la pratique de l'activité Bébés Nageurs.

**TOUTE INSCRIPTION N'EST PRISE QUE SI LE DOSSIER EST COMPLET.**

**\*Rappel :** En cas de demandes d'inscriptions trop nombreuses sur des activités, celles-ci seront examinées par une commission d'attribution suivant les critères de priorité indiqués dans le règlement intérieur d'Orléans Vous Coach (OVC). La décision de la commission d'attribution vous sera communiquée par mail ou courrier. Toute réponse favorable vaut validation d'inscription. Toute demande d'annulation quel que soit le motif ne donnera lieu à aucun remboursement.

Considérant que les dispositifs sportifs municipaux n'ont pas vocation à la pratique de la compétition et qu'aucune licence n'est délivrée, l'adhésion à OVC n'est pas soumise à la production d'un certificat médical de non contre-indication à la pratique sportive. A ce titre, la Mairie d'Orléans décline toute responsabilité en cas d'accident lié à l'état de santé de l'adhérent.

## > TARIFS

	1 <sup>ère</sup> activité	Activité supplémentaire
Orléanais	46 euros*	10,30 euros*
Hors Commune	76,60 euros*	15,40 euros*
Activité en famille (inscription conjointe obligatoire d'un parent avec son enfant)		
	Parent	Enfant
Orléanais	46 euros*	10,30 euros*
Hors Commune	76,60 euros*	15,40 euros*

\*une dégressivité de 30% est appliquée pour toute demande d'inscription après le 1<sup>er</sup> janvier de la saison sportive en cours.

## LA FACTURATION

Elle est gérée par la Régie Monétique Centrale de la Mairie d'Orléans. Elle est envoyée après confirmation de l'inscription. Elle peut être réglée en ligne ([moncompte.orleans-metropole.fr](http://moncompte.orleans-metropole.fr)), auprès d'une mairie de proximité ou directement auprès de l'Espace Famille de la Mairie Centrale.

Moyens de paiement acceptés : carte bancaire (en ligne ou auprès de l'Espace Famille), chèque bancaire, coupons sports, espèces.

Renseignements : 02 38 79 22 22

# SPORT / SANTÉ

## ACTIVITE PHYSIQUE / SANTÉ ORLÉANS

### **UNE OFFRE DIVERSIFIÉE ET ACCESSIBLE**

Ce recensement comporte les associations et les clubs qui ont souhaité d'y figurer. Il ne saurait donc être considéré comme exhaustif. Cette liste a été réalisée sur la foi des déclarations des associations et clubs qui y figurent. La Mairie d'Orléans ne saurait être considérée comme garante desdites informations, ni de leur exactitude ou de la licéité des activités effectives.

**Les jours et les heures de pratique dans les établissements sportifs de la Mairie d'Orléans sont donnés à titre indicatif, ils pourront être modifiés en fonction de l'évolution de la crise sanitaire du COVID 19.**

### **ALLIANCE ORLÉANS NATATION**

#### **Objet : Natation Santé**

Lieux : CNS.

Ces activités sont dispensées par des éducateurs formés Éducateurs Aqua-Santé et des éducateurs sensibilisés.

Créneaux, Voir le site internet : [www.aonation.fr](http://www.aonation.fr)

Contact : Nicolas Martin (Nagez Forme Santé) 07 81 50 16 43.

### **AMEO45 - ARTS DE SANTÉ, BIEN-ÊTRE ET MARTIAUX**

#### **Objet : Santé et Bien-être !**

#### **1) Les cours collectifs "Sport-Santé" sont "tout public", et sans limite d'âge:**

- Yang Sheng qigong = gymnastique chinoise
- Tai Chi Chuan = Art martial en douceur
- Self défense = Apprendre à se défendre (à partir de 11 ans)
- Dacheng Quan = boxe chinoise

Lieux des cours: Bord de Loire au Pont de l'Europe et Aselqo Madeleine

#### **2) Le coaching " Santé et Bien-être" en séance individuelle**

- Bien-être et Nutrition
- Arts martiaux et self défense
- Life coaching et thérapie

Lieux du coaching: en cabinet, à domicile et en extérieur

Contact: Mr CORTINHEIRO David

Mail: [ameo45@gmail.com](mailto:ameo45@gmail.com)

Tél: 06.73.97.08.07

Site Web: [www.ameo45.com](http://www.ameo45.com)

Siège social: Maisons des associations rue st Catherine Orléans

### **ASKO - ASSOCIATION SHOTOKAN KARATÉ ORLÉANS**

#### **Objet : Patients atteints de BPCO (bronchopneumopathie chronique obstructive)**

Cours de karaté santé (En concertation avec le service de pneumologie du Centre Hospitalier d'Orléans et l'Association "RESPI R 45")

**Objet : Personnes en situation d'obésité**

Cours de Karaté Santé (En lien avec le Centre Hospitalier d'Orléans et l'Association Diabolo-Appui Santé Loiret)

Lieu : Espace Olympe de Gouges 45100 Orléans

Samedi de 14h à 15h

Dispensé par : Marc Fontorbe, professeur (DEJEPS) formé Karaté Santé au sein de la Fédération Française de Karaté (spécialités souffle, obésité, cancer du sein)

Contact : Marc Fontorbe - ASPTT ORLEANS KARATE

Tél: 06.31.45.34.96 - mail: marcofontorbe@orange.fr

**AVIRON CLUB ORLÉANS OLIVET****Objet : Personnes atteintes de maladie chronique / Handicap Physique et/ou mental / Après un cancer / Trouver un soutien en équipe / Améliorer son bien-être**

Descriptif : Ateliers Aviron Santé Bien-être. L'aviron est un sport non traumatisant, complet qui plus est de plein air. Il est recommandé par le milieu médical pour l'amélioration de la condition physique. Il vous est proposé de les rejoindre pour un projet adapté et encadré s'inscrivant sur le long terme, après conseil et avis de votre médecin (en partenariat avec des structures médicales, associations,...).

Un certificat médical est nécessaire pour la participation et l'inscription.

Reprise en 2022

Section Aviron Santé : Créneaux consultables sur le site

<https://www.aviron-orleans-olivets.org/>, dispensée par un coach aviron santé

Lieu : Aviron Club d'Orléans Olivet

Contacts : ACOO secrétariat 02 38 63 38 73

Présidente ACOO Isabelle LEPETIT tel 06 11 40 60 86 - [acoo.aviron@gmail.com](mailto:acoo.aviron@gmail.com)

**CERCLE D'ESCRIME ORLÉANAIS****Objet : Pour les femmes ayant été traitées chirurgicalement pour un cancer du sein.**

Descriptif : Proposer une activité physique aux femmes après chirurgie pour cancer du sein en lien avec oncologues et chirurgiens, médecins du sport, kinésithérapeutes et psychologues. Réduire l'impact psychologique engendré par la maladie, et permettre la réappropriation de son nouveau corps.

Lieu : Salle d'Armes Christian d'Oriola - Rue Fernand Pelloutier - 45000 - ORLEANS

Dispensé par : Maître Jeanne LASSALLE

Contact : CERCLE D'ESCRIME ORLEANAIS - 02 38 88 13 66 - [escrimeorleans@wanadoo.fr](mailto:escrimeorleans@wanadoo.fr)

**CERCLE MICHELET ORLÉANS HALTÉROPHILIE MUSCULATION SANTÉ****Objet : Prévention de l'ostéoporose / diabète / Surpoids-obésité / Ecole du renforcement du dos**

Descriptif : En plus de la remise en forme générale et des cours de gymnastique collectifs, des séances spécifiques sont assurées.

Ces séances sont dispensées par des kinésithérapeutes, des étudiants en APA de l'Université d'Orléans et/ou selon le degré d'atteinte pathologique par des éducateurs sportifs diplômés "coach musculation santé".

Contact : Accueil-secrétariat : 09.54.69.51.20

[www.cercle-michelet.com](http://www.cercle-michelet.com)

Accueil de personne en situation de handicap, à titre individuel autonomes et en groupe.

## ASSOCIATION DYNA GYM ORLEANS

### Objet : Activités de prévention santé

Descriptif : Mise en place d'un parcours d'accompagnement personnalisé par petit groupe

- Programme Gym séniors-bien vieillir au dojo Madeleine.
- QI GONG SANTE au dojo Madeleine.
- Retrouvez la forme après un COVID long au Palais des Sports.
- Marche nordique.
- Marche Afghane et gym respiratoire au Parc Pasteur.
- Gym douce au Gymnase Fouillade
- Pilates : 7 cours débutants à disposition dans les différents quartiers d'Orléans

Tous les cours proposés sont dispensés par des animatrices formées.

L'association Dyna Gym Orléans, chartée Club Sports santé Bien être est affiliée à la Fédération Française Sports pour tous.

Contact : [infos@dynagym-orleans.fr](mailto:infos@dynagym-orleans.fr)

06.89.16.22.54 - Présidente

Site : [www.dynagym-orleans.fr](http://www.dynagym-orleans.fr)

Facebook : [dynagym orleans](https://www.facebook.com/dynagym-orleans)

## ECO-CJF ATHLÉTISME

### Objet : Activités de prévention santé

#### Marche Nordique

Mardi de 10h à 11h30

Lieux planifiés au trimestre

Jeudi de 10h à 11h30

Lieux planifiés au trimestre

Vendredi de 14h à 15h30

Lieux planifiés au trimestre

#### Renforcement Musculaire

Mercredi de 14h30 à 16h

Stade de la Vallée

Mercredi de 16h45 à 18h15

Stade La Source

Jeudi de 12h15 à 13h30

Stade de la Vallée

#### Renforcement Musculaire & Marche Nordique ou Running

Vendredi de 18h à 19h30

Stade de La Source

Contact : ECO-CJF Athlétisme - 02.38.23.65.99 ou [secretariat@eco-cjf.com](mailto:secretariat@eco-cjf.com).

## L'ECOLE DU TAÏ JI

### Objet : Personnes atteintes d'Affection de longue durée (ALD : cardio-vasculaire, cancers, troubles respiratoires, métaboliques etc...) ou COVID long

Qi Gong et Taï Ji Quan : Arts chinois de santé, opèrent un rééquilibrage global qui améliore notablement le confort et la qualité de vie au quotidien ; reconnus depuis 2013 par l'Académie de Médecine Française comme thérapies complémentaires, utilisés en milieu hospitalier.

Sur demande, interventions et groupes spécifiques.

### Objet : groupe spécifique ALD troubles respiratoires ( BPCO, Asthme, DDB, etc...) et COVID long

Le mardi 15h à la Maison des Arts martiaux de la Madeleine.

**Objet : Culture santé pour tous et prévention du vieillissement**

Qi Gong et Tai Ji Quan : Arts chinois de santé multiséculaires, constituent un outil majeur de prévention par un meilleur équilibre, une respiration profonde, une posture équilibrée et un mental apaisé. Ces activités sont dispensées par des moniteurs qualifiés supervisés par un enseignant diplômé d'Etat (DEJEPS).

Contact : Eric Conte 06.87.17.40.46 - contact@ecoledutaiji.eu

www.ecoledutaiji.eu - Facebook : ecoledutaiji.eu - www.faemc.fr

Youtube : ecole du tai ji orleans .

**ÉCOLE SEON RANG - ARTS MARTIAUX CORÉENS (QUARTIER SAINT MARCEAU)**

**Objets : Pour tous publics. Personnes atteintes de maladies métaboliques (diabète, obésité) / maladies respiratoires (Asthme...) / prévention des effets du vieillissement et des chutes / maladies cardio-vasculaires.**

Descriptif : Proposition de Taekwondo adapté à la pathologie, séances sur 3 axes :

- 1) Motricité (travail de renforcement musculaire, de la mobilité, de la stabilité, de la coordination, cardio-vasculaire),
- 2) Cognitif (travail de répétition, d'enchaînement de combinaison, de mémorisation),
- 3) Social (rencontre entre la culture coréenne et les cultures des différents pratiquant(e)s, cela favorise l'inclusion sociale)

Deux lieux :

- Rue Gréffier 45100 Orléans

- Salle de sport Harismendy et Geymond à ORLEANS 45100 (AVENUE ALAIN SAVARY)

Dispensé par un entraîneur expérimenté et diplômé d'état en perfectionnement sportif, sport santé adapté.

Affiliation Fédération Française de Taekwondo et disciplines Associées.

Contact : Hugues Boussamba (responsable sportif) 06.59.06.88.28

e.seonrang@gmail.com

**ASSOCIATION LES PIEDS BLANCS LES AYDES**

**Objet : Pour les personnes avançant en âge**

Descriptif : Cours de maintien en forme

Lieu : Pieds Blanc Les Aydes, 16 rue Masse 45000 Orléans

Lundi de 16h à 17h

Mercredi de 10h45 à 11h45

Descriptif : Randonnée 5 kilomètres

Lieu : Pour le départ Rendez-vous au Pieds Blanc Les Aydes, 16 rue Masse 45000 Orléans

Jeudi matin 9h

**Objet : Pathologies chroniques**

Descriptif : Cours de Sport Santé Sénior

Lieu : Pieds Blanc Les Aydes, 16 rue Masse 45000 Orléans

Vendredi de 10h45 à 11h45

Activités dispensées par une Animatrice formée pour la Santé par l'activité physique.

Contact : 02 38 43 33 00 - Présidente, Martine Levèque.

## MAIRIE D'ORLÉANS - RÉSIDENCES AUTONOMIES

### **Objet : Activités de prévention santé - Travail de l'équilibre - Publics Séniors (60 ans et +)**

- Cours de maintien en forme - Gym sur chaise
  - Tai ji quan
  - Danse intuitive
  - Gym mémoire
  - Gym séniors - en fonction de la période scolaire : gym mémoire, équilibre, prévention des chutes, gym d'entretien, gym oxygène - parcours complet possible à l'année
- Contacts : du lundi au vendredi de 9h à 12h uniquement :
- Résidence Alice Lemesle, 36 rue du 11 novembre 45000 Orléans - 02 38 61 12 49
  - Résidence Isabelle Romée, 7 rue du Puits de Linières 45000 Orléans - 02 38 53 10 62

## SAINT MARCEAU ORLÉANS TENNIS DE TABLE

### **Objet : Pour tous publics, et plus particulièrement : Personnes atteintes de maladies métaboliques (diabète, obésité) / cancers (prostate, sein, colon, poumons) / greffées, insuffisants rénaux / Retraités, en prévention des effets du vieillissement, aide à l'équilibre / Salariés sédentaires ou inactifs.**

Descriptif : "Ping Santé" : Ping Pong en salle qui développe les qualités d'analyse, améliore les réflexes, maintient le cerveau actif car il faut rester vigilant et concentré, a des vertus cardio-vasculaires avec des déplacements courts mais répétitifs, permet une meilleure coordination des mouvements et permet une mixité sociale.

Tous niveaux.

Lieu : Salle Harismendy, Avenue Alain Savary 45100 Orléans

Dispensé par un entraîneur expérimenté.

Affiliation Fédération Française de Sport Adapté.

Contact : Marylène LABLEE, Présidente 02.38.51.91.60

Entraîneur : Sébastien Guilbert - 06 26 68 37 64 - stmarceau.tt@free.fr

## TANGO PORTENO - TANGO ARGENTIN À ORLÉANS

### **Objet : Personnes atteintes de la Maladie de Parkinson (Tango Thérapie)**

Descriptif : Tango Porteño - Le Tango Argentin à Orléans - prévention santé par le tango argentin (En lien avec l'Association Assopark).

Lieu : Salle ASELQO Saint Marceau - 26 rue Coursimault 45100 Orléans

Contact : ASSOPARK 06.18.31.23.15

### **Objet : Personnes atteintes de la Maladie d'Alzheimer (Tango Thérapie)**

Descriptif : Tango Porteño - Le Tango Argentin à Orléans - prévention santé par le tango argentin (En lien avec l'Association France Alzheimer).

Lieu : Salle ASELQO Saint Marceau - 26 rue Coursimault 45100 Orléans

Contact : France Alzheimer 02.38.62.05.47

Pas de cours pendant les petites et grandes vacances scolaires.

Contact: François ROBIN 06 98 22 38 47

<https://www.tango-argentin-orleans.fr/tango-therapie/>

<https://www.facebook.com/tango.a.orleans>



## **USO JUDO JUJITSU**

**Objet : Après une maladie / Personnes âgée / Tout public / Prévention des chutes, apprendre à chuter sans se blesser**

Descriptif : TAÏSO - Renforcement musculaire et gymnastique douce sur un tapis de judo - préparation du corps à l'effort - Reprendre ou commencer le sport en douceur - Se réconcilier avec son corps - Augmenter sa souplesse et se relaxer.

Dispensé par un professeur diplômé d'Etat

Affiliation Fédération Française de Sport Adapté et FFJDA.

Contact : Pour tout renseignement Secrétariat 06 35 10 86 98 - uso-judo@sfr.fr

## **USO TAI CHI CHUAN ET QI GONG**

**Objets : Stress / Problèmes de sommeil / douleurs musculaires / Après de lourdes pathologies**

Descriptif: La pratique de ces 2 disciplines, dissociables mais cependant complémentaires apporte des bienfaits en permettant de développer la coordination, combattre le stress et les tensions, favoriser le sommeil par le retour au calme, fortifier les muscles, les tendons et les os, renforcer la mémoire par l'apprentissage des mouvements de la "Longue Forme, succession de combats imaginaires"- entre autres enchaînements-. Cours de niveaux, débutants et initiés.

4h30 de Tai-chi Chuan style Yang, art martial interne,

2 séances hebdomadaires de 1 heure de Qi Gong, art énergétique, niveaux débutants et initiés.

Lieu : Salle de danse du Complexe de l'Argonaute, 73 Bd Marie Stuart - 45000 Orléans

Dispensé par : Enseignant diplômé d'Etat, formé auprès grands Maîtres japonais et chinois.

Contact : Présidente, Valérie Vacher - 06.28.28.08.20

## QU'EST-CE LE SPORT SANTE SUR ORDONNANCE ?

Les effets positifs de l'activité physique sur la santé sont multiples et validés par de nombreuses études scientifiques. Elle contribue à réduire les risques de maladies chroniques, notamment cardio-vasculaires, elle diminue d'environ un tiers le risque de récurrence du cancer du sein... La Haute Autorité de Santé parle de "thérapeutique non médicamenteuse".

### **Le Sport Santé Sur Ordonnance est plus spécifique.**

Notion introduite par la Loi de Santé du 26 janvier 2016, elle a été précisée par le Décret n°2016-1990 du 30 décembre 2016.

Ce dispositif s'adresse aux **patients atteints d'une ALD** (affection longue durée) et est différencié de la rééducation.

*"En accord avec le patient atteint d'une affection longue durée, et au vu de sa pathologie, et de ses capacités physique et du risque médical qu'il présente, le médecin traitant peut lui prescrire une activité physique(...)"* (Article D.1172-2). Le médecin traitant doit remplir un formulaire spécifique différent du certificat médical.

Il convient de préciser qu'à ce jour ce dispositif **n'ouvre pas droit à remboursement de ces activités.**

*Si vous figurez sur cette liste, conformément à la loi n° 78-17 du 6/01/1978, dite informatique et libertés, vous disposez d'un droit d'accès, de modification, de rectification et de suppression des données vous concernant. Pour l'exercice du droit d'accès et de rectification des informations, il convient de vous adresser, en justifiant de votre identité, à la Mairie d'Orléans - Place de l'Etape.*

# MANIFESTATIONS SPORTIVES SAISON 2021-2022

**PRINCIPALES MANIFESTATIONS SPORTIVES ORGANISÉES ET/OU SOUTENUES  
PAR LA MAIRIE D'ORLÉANS POUR LA SAISON 2021-2022**

**RENTÉE EN FÊTE** - 5 septembre 2021

**OPEN D'ORLÉANS - Internationaux de Tennis ATP** - du 27 septembre au 3 octobre 2021

**COUPE DU MONDE SABRE DAMES** - les 12 et 13 novembre 2021

**ORLÉANS MASTERS DE BADMINTON** - du 29 mars au 3 avril 2022

**LES FOULÉES D'ORLÉANS** - 4 avril 2022

**TOURNÉE DES SABLES - OPEN BEACH** - juin 2022

**OPEN PLUS ORLÉANS BASKET 3x3** - juillet 2022

**CHALLENGE EMILIANO SALA** - juillet 2022

LA MAIRIE D'ORLÉANS ORGANISE

# RENTÉE en fête

de 11h à 19h  
**LE 5 SEPTEMBRE 2021**

FAITES LE PLEIN D'ACTIVITÉS POUR L'ANNÉE

Près de 500 ASSOCIATIONS  
VOUS ACCUEILLENT EN CENTRE VILLE

LES ACTIVITÉS SPORTIVES POUR ACCÉDER À UN SPORT SÛR:  
PORT DU MASQUE OBLIGATOIRE SUR TONSTALLS DE BASKETBALL

PARKINGS HALLES-CHÂTELET, CATHÉDRALE, CHEVAL ROUGE ET HALLES-CHARPENTRIÈRE OUVERTS DE 8H30 À 20H30

Crédit Mutuel | | | |

PLUS D'INFOS SUR [www.orleans-metropole.fr](http://www.orleans-metropole.fr)



Orléans  
Mairie



**Dates modifiables en fonction  
de la situation sanitaire**

**TOUTES LES DATES SONT À RETROUVER  
SUR [sortir.orleans-metropole.fr](http://sortir.orleans-metropole.fr)**

# LES ÉQUIPEMENTS SPORTIFS

- › Les piscines
- › La base de loisirs
- › La patinoire d'Orléans
- › Les adresses

# LES PISCINES

## Centre-ville

### Centre aqualudique l'O

1 bassin de 25 x 15 m  
 1 bassin polyvalent  
 (Jets de massage, banquettes  
 bouillonnantes, cols de cygnes)  
 1 pentagliss  
 1 simulateur de glisse  
 1 splash pad  
 1 espace santé et bien-être  
 55, bd Guy-Marie RIOBE  
 Tél : 02 79 41 00 67  
 Ligne TAO : 4 ou 18 - Arrêt bel air - l'O

## Orléans Blossières

### Piscine Victor Fouillade

1 bassin de 18 x 9 m  
 Rue Jean Bouin  
 Tél : 02 38 88 37 62

## Orléans-La Source

### Complexe Nautique

1 bassin nordique de 50 x 20 m  
 1 bassin sportif de 25 x 15 m  
 1 bassin d'apprentissage de 20 x 13 m  
 1 fosse de plongée de 6 m de profondeur  
 Tél : 02 38 63 48 17  
 Lignes TAO : 13 ou 24  
 Arrêt Beaumarchais  
 Tramway A : Arrêt Indien

## ► TARIFS COMPLEXE NAUTIQUE DE LA SOURCE (au 1<sup>er</sup> septembre 2021)

CATÉGORIES	1 ticket	Abonnement 20 entrées
Plein tarif	4 €	62,20 €
Tarif réduit (sur présentation du justificatif) : <ul style="list-style-type: none"> <li>• Jeune à partir de 5 ans jusqu'à 26 ans</li> <li>• Orléanais de + de 65 ans</li> <li>• Titulaire de la carte d'invalidité GIG ou GIC</li> <li>• Titulaire de la carte de Quotient Familial dans les catégories 1 ou 2</li> </ul>	2,30 €	32,20 €
Tarif famille <ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 adulte et 2 enfants</li> <li>• 2 adultes et 2 enfants</li> </ul>		8,10 € 10,10 €
Achats de tickets en nombre pour les comités d'entreprises et les particuliers : par 100 tickets <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pass semestriel (accès illimité - validité 182 jours)</li> <li>• Pass annuel (accès illimité - validité 365 jours)</li> </ul>		259,30 €  137,20 € (plein tarif) 68,10 € (tarif réduit)  228,40 € (plein tarif) 114,90 € (tarif réduit)
Enfant moins de 5 ans		gratuit

► **TARIFS CENTRE AQUALUDIQUE L'O** (jusqu'au 31 décembre 2021)

CATÉGORIES	1 ticket	Abonnement 12 entrées
Plein tarif	4,90 €	49 €
Tarif réduit (sur présentation du justificatif) : <ul style="list-style-type: none"> <li>• Jeune à partir de 5 ans jusqu'à 26 ans</li> <li>• Orléanais de + de 65 ans</li> <li>• Titulaire de la carte d'invalidité GIG ou GIC</li> <li>• Titulaire de la carte de Quotient Familial dans les catégories 1 ou 2</li> </ul>	3,90 €	39 €
Tarif famille <ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 adulte et 2 enfants</li> <li>• 2 adultes et 2 enfants</li> </ul>		10,50 € 13,60 €
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pass mensuel Aquaforme (piscine + aquagym)*</li> <li>• Pass mensuel Liberté (Aquaforme + 1 séance hebdo Aquabike ou E-natation+ accès parking)*</li> <li>• Pass mensuel Liberté+ (Liberté + espace Bien-être)*</li> </ul>		45 € / mois 70 € / mois 80 € / mois
*frais d'adhésion 45 €		
Enfant moins de 3 ans		gratuit

► **LECONS DE NATATION**

- Complexe nautique de la Source et BAF FOUILLADE : Forfait apprentissage, forfait de 10 leçons de 30 mn : **117,50 €**, entrées comprises.

► **STAGE DE NATATION EVEIL**

- Vacances scolaires : BAF FOUILLADE

► **COURS D'AQUAGYM, AQUABIKE, AQUAJUMP**

- Complexe Nautique de la Source
- L'O

► **HORAIRES D'OUVERTURE DES PISCINES**

L'O		
Jour	Période scolaire	Petites vacances scolaires
<b>Lundi</b>	7h-8h30 11h30-13h30 16h30-21h	7h30-8h30 10h-21h
<b>Mardi</b>	11h30-13h30 16h30-21h	10h-21h
<b>Mercredi</b>	10h-21h	10h-21h
<b>Jeudi</b>	11h30-13h30 16h30-21h	10h-21h
<b>Vendredi</b>	7h-8h30 11h30-13h30 16h30-21h	7h30-8h30 10h-21h
<b>Samedi</b>	9h-18h	9h-18h
<b>Dimanche</b>	9h-18h	9h-18h

## COMPLEXE NAUTIQUE DE LA SOURCE

Jour	Période scolaire	Petites vacances scolaires
<b>Lundi</b>	12h-20h	fermée
<b>Mardi</b>	7h30-20h	12h-20h
<b>Mercredi</b>	12h-20h	12h-20h
<b>Jeudi</b>	7h30-20h	12h-20h
<b>Vendredi</b>	12h-16h 17h-22h	12h-20h
<b>Samedi</b>	10h-17h	12h-20h
<b>Dimanche</b>	10h-13h	fermée

Pendant la période scolaire	Pendant les vacances scolaires
<p><b>Mercredi</b> 15h30-16h30</p>	<p><b>Du lundi au vendredi</b> 13h30-15h ou 13h30-16h30 (selon les réservations des ALSH)</p>



# LA BASE DE LOISIRS DE L'ÎLE CHARLEMAGNE



Le projet de parc de Loire, porté par Orléans Métropole, vise à créer un parc naturel urbain de plus de 340 hectares, entre la levée des Capucins et le Bois de l'île. Il s'appuie sur ce qui fait sa force : la Loire, l'écosystème lié à la forêt, aux étangs, et les activités. Au cœur de cet espace situé sur les communes d'Orléans, de Saint-Jean le Blanc et de Saint-Denis en Val, se trouve notamment la base de loisirs de l'île Charlemagne, d'une superficie de 70 hectares, permettant la pratique d'activités comme les sports nautiques, la course à pied ou encore le VTT.



## LES ACTIVITÉS

L'île Charlemagne est une véritable base de loisirs, idéale pour flâner, se baigner, se promener, courir, regarder, s'oxygéner, se détendre..., l'île Charlemagne est un lieu privilégié où chacun peut découvrir et pratiquer un nombre toujours plus grand d'activités sportives et de loisirs. Y sont organisées, chaque année, différentes manifestations. L'île Charlemagne est le symbole de l'éternelle union entre Orléans et son fleuve. Une zone est prévue pour la baignade qui est autorisée et surveillée en juin et septembre : les mercredis, samedis et dimanches et jours fériés de 12h15 à 18h45, et en juillet et août tous les jours de 12h15 à 18h45. La qualité de l'eau y est régulièrement contrôlée.

Vous pouvez également vous initier ou vous perfectionner à la planche à voile, au dériveur, au catamaran ou au canoë-kayak ou encore louer du matériel nautique auprès de l'ASPTT Voile ou du Canoë-Kayak Club Orléanais.

Les éducateurs sportifs de la Mairie proposent également de l'initiation aux sports nautiques pour les enfants (voile, aviron, canoë-kayak) au sein de l'EMIS. La pêche se pratique par l'intermédiaire du Sandre Orléanais ([www.sandreorleanais.com](http://www.sandreorleanais.com)). Il existe également une activité de navi-modélisme et de sauvetage à l'eau via avec l'association Ternova.

Enfin, le site comprend une plaine de jeux pour les enfants âgés de 4 à 11 ans et de nombreux terrains autorisant la pratique du basketball, du handball, du mini-football, du baseball, de tennis de table, de la pétanque, du bicross, du VTT, du cerf-volant, du beach-volley.



# LA PATINOIRE D'ORLÉANS

## SAISON 2021/2022

**Public :** ouverture le 11 septembre 2021  
fermeture le 30 avril 2022

Standard téléphonique : 02 38 24 22 24

Mail : patinoire@orleansgestion.fr

Site Internet : www.patinoire-orleans.fr

## > HORAIRES D'OUVERTURE PATINOIRE

Jour	Hors vacances scolaires	Pendant les vacances scolaires
Lundi	Fermée au public	14h30-17h
Mardi	21h15-23h15	14h30-17h - 21h15-23h15
Mercredi	14h30-17h	10h-12h - 14h30-17h
Jeudi	Fermée au public	14h30-17h
Vendredi	21h15-23h15	14h30-17h - 21h15-23h15
Samedi	10h-12h 14h30-17h 21h15-23h15	10h-12h 14h30-17h 21h15-23h15
Dimanche	10h-12h - 14h30-17h	10h-12h - 14h30-17h

## > TARIFS (depuis le 1<sup>er</sup> septembre 2021)

Catégorie	1 entrée	Abonnement 5 entrées	Groupes CNAS - CE 9 personnes minimum
Plein tarif	4,60 €	20,50 €	3,50 €
Tarif réduit (sur présentation du justificatif) *	4,00 €	17,50 €	
Locations de patins	2,90 €	12,50 €	2,30 €
<b>Prestations diverses</b>			
Accompagnateur	1,50 €		
Location de luge	1,00 €		
Soirée exceptionnelle (entrée seule)	5,50 €	-	
Affûtage	5,40 €		-
Cours (30 minutes)	<b>1 cours</b>	<b>5 cours</b>	
- Particuliers	30 €	125 €	
- Stage de 4 jours	66 €	-	

\* **Tarif réduit :** réservé aux jeunes de moins de 18 ans, aux étudiants

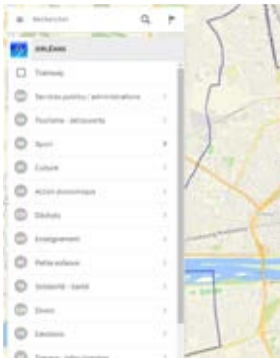
# LES ADRESSES

Les adresses des lieux d'activités sportives sont disponibles sur le plan interactif du site internet [www.orleans-metropole.fr](http://www.orleans-metropole.fr)

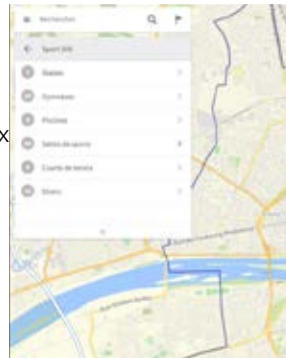
## 1 Onglet : PLAN DE LA VILLE



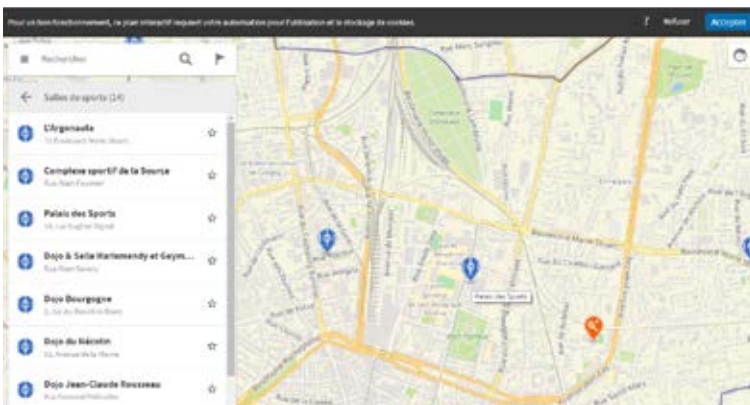
## 2 SPORTS



## 3 Type de lieux d'activité sportive



## 4 Liste des lieux



# **LE SOUTIEN AUX CLUBS**

- › **Les relations avec les clubs**
- › **Annuaire des clubs**

# LES RELATIONS AVEC LES CLUBS

La Mairie accompagne l'ensemble des associations sportives amateurs et de haut niveau, par des subventions, des mises à disposition d'équipements sportifs et par un soutien à l'organisation de manifestations.

La Mairie d'Orléans accompagne les clubs professionnels qui évoluent dans certains de ses équipements sportifs.

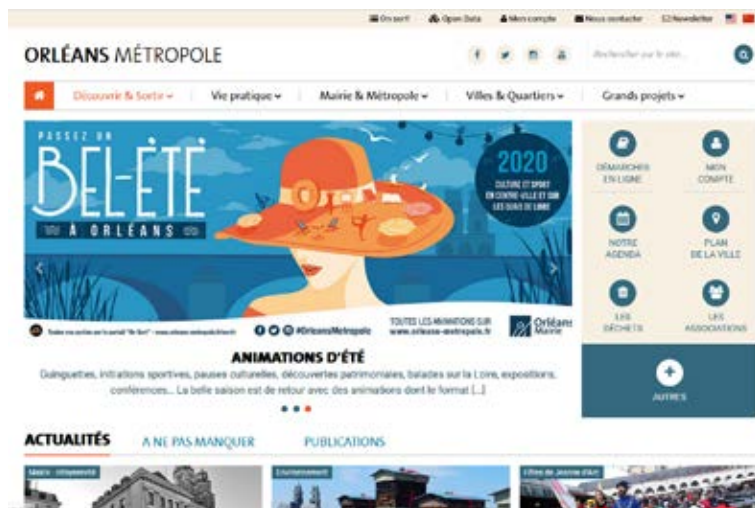
## > LES ASSOCIATIONS CONVENTIONNÉES

Les conventions d'objectifs consistent à accompagner, favoriser le développement du club. Plusieurs clubs bénéficient de conventions signées avec la Mairie d'Orléans. Sont notamment concernés par ce soutien les clubs de Haut Niveau.

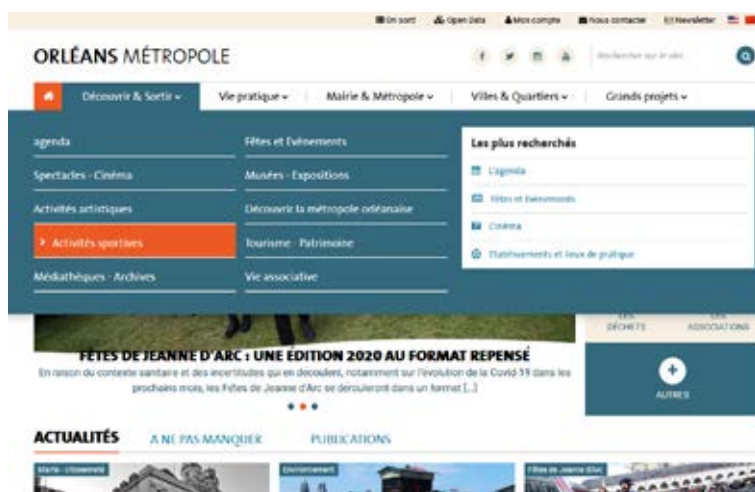
# ANNUAIRE DES CLUBS

L'annuaire des clubs est disponible sur le site internet [www.orleans-metropole.fr](http://www.orleans-metropole.fr)

## 1 Onglet : DECOUVRIR & SORTIR



## 2 Onglet : ACTIVITES SPORTIVES



### 3 Onglet : ANNUAIRE DES CLUBS SPORTIFS

The screenshot shows the 'ORLÉANS MÉTROPOLE' website with the 'ACTIVITÉS SPORTIVES' section. The navigation bar includes 'Découvrir & Sortir', 'Vie pratique', 'Mairie & Métropole', 'Villes & Quartiers', and 'Grands projets'. Below the navigation, there are four featured activities:

- Ecole municipale d'initiation sportive**: Encadrée par des éducateurs sportifs municipaux, l'EMIS (Ecole municipale d'initiation sportive) s'adresse aux...
- Orléans MouV'**: Activités multi-sports pour les adolescents des quartiers Argonne, Blossières et La Source.
- Orléans vous coach**: « Orléans vous coach » est destiné aux adultes et aux jeunes à partir de 16 ans.
- Annuaire des clubs sportifs**

### 4 Vous pouvez ensuite rechercher un club par son nom ou le type d'activité

The screenshot shows the 'ORLÉANS MÉTROPOLE' website with the 'LISTE DES ASSOCIATIONS' section. The navigation bar is the same as in the previous screenshot. Below the navigation, there are several association listings:

- USJO Roller Acro Roller**: 73 Boulevard Marie Stuart Complexe Sportif Rogeresta 45000 Orléans. Willes, l'USJO développe ses sections aléas, freestyle et aléas. Association affiliée à la FFRSJ. [...]
- Sport Parachute Orléanais**: Adressé au sport parachutisme. 5 place Sainte Beuve Maison des Associations la Source 45000 Orléans. Découverte et pratique dans une structure de proximité, et à taille humaine, du parachutisme aéroé. [...]
- USCIPOC. Toutes sections**: Divers. 6 rue Saint Yves 45000 Orléans. Basket - Cyclisme - Cyclo-tourisme - Football - Futsal - Tennis - Tennis de table - Marche - Badminton. [...]
- CKCO Aïma's/Toto/Carpe/Kayak**: Base de Loisirs Charlemagne 45650 Saint-Jean-le-Blanc. Organiser et développer la pratique du canoë et du kayak et des disciplines associées. Contribuer à [...]
- CFD Hockey Football**: 64 rue des Carmes 45000 Orléans. Réunion toute personne désirant jouer au football, enseigner et promouvoir ce sport, par cet objet. [...]
- ASPTT Orléans section Cheerleading**: Place Albert Camus 45100 Orléans. Intégrer à la Fédération Française de football américain, le cheerleading est une discipline qui comè. [...]

On the right side, there is a 'RECHERCHE' sidebar with a search bar and a list of categories and their counts:

- Culture (26)
- Sport (17)
- Santé handicap (18)
- BochB (11)
- International (10)
- Laboratoire animation (9)
- Solidarité sociale (7)
- Formation enseignement (7)
- Nature environnement (6)
- Divers (5)
- Mouvements sportifs (5)
- Anciens combattants et associations patriotiques (4)
- Jeunesse (4)
- Famille (2)
- Culture, Santé handicap (1)

# NOTES

**Mairie d'Orléans**

02 38 79 22 22

[www.orleans-metropole.fr](http://www.orleans-metropole.fr)



Mairie d'Orléans 2021 - patricegabin.com - crédits photos : Jérôme Grélet - imprimé sur papier recyclé

#OrleansMetropole



**RENSEIGNEMENTS**

[www.orleans-metropole.fr](http://www.orleans-metropole.fr)

02 38 79 22 22



**Orléans**  
Mairie