

ACTIVITE ORGANISME	DESCRIPTIF HORAIRES	PUBLIC	CONTACTS
Aïkido			
Aïkido Aïkido Budo club Cognin Gymnase Henry Bordeaux Route de l'Epine 73160 Cognin	Art martial pour tous - sans compétition - Enseignement adapté à tous les âges - Voie de l'harmonie, gestion du conflit. Entraînements au gymnase Henri Bordeaux de Cognin, Dojo au 1er étage. le mardi : jeune/enfant de 18h30 à 19h30 et adulte/jeune de 19h30 à 21h30 le jeudi : adulte/jeune de 19h30 à 21h30 L'activité a lieu également lors des vacances scolaires.	Mixte - Tous les âges Les pratiquants occasionnels en possession d'une licence/assurance sont acceptés.	04 79 96 96 73 06 87 27 06 81 cd.legros@wanadoo.fr
Athlétisme			
Athlétisme Entente Athlétique de Chambéry Maison des Associations 67 rue Saint François de Sales 73000 Chambéry	L' EAC permet de pratiquer toutes les disciplines de l'Athlétisme : courses sur piste et hors stade, les sauts et les lancers, en compétition, avec des entraîneurs diplômés. Permanences au siège le lundi, mardi, jeudi et vendredi de 14h30 à 16h30 et au stade du Mas Barral le mardi et jeudi de 18h à 20h. Des entraînements ont lieu tous les jours selon les âges (catégories) et les disciplines. L'activité a lieu lors des vacances scolaires pour les cadets à vétérans.	Mixte - Tous les âges à partir de 8 ans	04 79 85 64 44 e.a.c.@wanadoo.fr www.eachambery.com
Basket Ball			
Basket Ball Cognin La Motte Savoie Basket Halle des Sports Didier Parpillon 360 rue du Cheminet 73290 La Motte-Servolex	Club affilié à la FFBB. Niveau de compétition de départemental à national. Le club propose également une section Basket loisir. Entraînements à la Halle des Sports Didier Parpillon et au gymnase de l'Epine à La Motte Servolex, au gymnase du collège Henry Bordeaux et au gymnase du Levant à Cognin tous les jours entre 17h et 22h 30. L'activité a également lieu pendant les vacances scolaires.	Mixte - à partir de 6 ans (babybasket à illimité)	04 79 25 96 22 jpcs@neuf.fr www.cmsb73.net
Basket ball Jeunesse Sportive Chambérienne Foyer JSC 21 avenue du Général Cartier 73160 Cognin	Pratique du sport collectif dans un esprit sportif, éducatif, associatif et convivial. Entraînements au Stade Mager et au Stade de Charrière Neuve à Bissy. Permanences le lundi de 19h à 22h, 21 avenue du Général Cartier à Cognin. Entraînements au gymnase du collège de Bissy tous les soirs de la semaine de 18h à 20h30. L'activité a également lieu pendant les vacances scolaires sauf pour la trêve des vacances d'été.	Mixte - à partir de 6 ans	09 64 34 04 91 jschambery@orange.fr www.jsc73.fr
Bien-être et relaxation			
Relaxation Association le Brin d'Air Montagny 73230 Saint-Jean-d'Arvey	Apprendre en quelques séances les différents gestes et enchaînements afin de pouvoir donner un massage complet (dans le cadre familial). Chacun à son tour sera masseur et massé pour en apprécier les bienfaits. Initiation pour les parents au massage bébé. Entraînements à l'AQCV, rue du Laurier et au domicile des parents pour le massage bébé. Séances le jeudi de 18h15 à 20h30, d'autres horaires possibles en contactant le 04 79 28 40 77	Mixte - Adultes Activité accessible toute l'année, pratiquants occasionnels acceptés (8€ la séance).	04 79 28 40 77 06 25 11 04 59 ysiel4@aol.com

ACTIVITE ORGANISME	DESCRIPTIF HORAIRES	PUBLIC	CONTACTS
Sophrologie Gingko Biloba Maison des Associations 67 rue Saint François de Sales 73000 Chambéry	Permanences et entraînements le lundi entre 11h et 13h15, de 16h à 17h30, de 18h à 20h, le mercredi de 20h à 21h30, le jeudi de 9h15 à 10h30, de 18h15 à 19h15 et de 19h30 à 21h.	Mixte - adolescents - adultes	04 79 71 51 20 agnes.cath@neuf.fr
Sophrologie Cabinet de sophrologie N. Guillot 1 rue Jean Moulin 73000 Chambéry	Sophrologue diplômé (Fondation Caycedo). Prévention - Entraînement personnel (ou mini groupe) - Relaxations dynamiques - Contemplations - Méditations. Entraînement aussi Petite salle polyvalente de Barberaz, le 1er samedi du mois. Séances du lundi au vendredi.	Mixte - Adulte - Enfant - Femme enceinte (les pratiquants occasionnels sont acceptés sur rdv, en couple ou mini groupe)	06 08 98 85 80
Sophrologie Cabinet de Sophrologie 66 rue Pierre et Marie Curie 73000 Chambéry	Préserver sa santé, sa vitalité et son harmonie. La sophrologie permet de se libérer de ses tensions, de se détendre, de prendre confiance en soi. Chaque séance est composée d'exercices, de relaxation et de visualisation. Séances le lundi de 17h15 à 18h15, le mardi de 12h30 à 13h15 et de 19h à 20h et le jeudi de 17h15 à 18h15.	Mixte - ados et adultes Les pratiquants occasionnels sont acceptés.	06 74 59 84 09 / 04 56 08 12 14 www.sophroanalyse-73.com
Sophrologie Delparte Arlette 123 Place Saint Léger 73000 CHAMBERY	Pour se ressourcer, se dynamiser. Aide au développement personnel. Séance individuelle. L'activité a également lieu pendant les vacances scolaires.	Mixte – tout âge	06 81 67 83 54 (sur rendez-vous) a.delparte@wanadoo.fr
Boxe			
Boxe Anglaise Chambéry 73 Le Stadium 275 route de Saint Saturnin 73000 Chambéry	Cours collectif avec encadrement diplômé d'Etat. Entraînements au Stadium, Parc d'Activités de Côte Rousse. Permanences du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 21h. L'activité a également lieu lors des vacances scolaires.	Mixte - à partir de 8 ans	04 79 85 26 13 chamberyfoot73@cegetel.net chamberyfoot73.footeo.com
Boxe Thaïlandaise Chambéry 73 Le Stadium 275 route de Saint Saturnin 73000 Chambéry	Les entraînements sont encadrés par des éducateurs diplômés. Entraînements au Stadium, Parc d'Activités de Côte Rousse. Permanences du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 21h	Mixte - à partir de 16 ans	04 79 85 26 13 chamberyfoot73@cegetel.net http://chamberyfoot73.footeo.com

ACTIVITE ORGANISME	DESCRIPTIF HORAIRES	PUBLIC	CONTACTS
Canyoning			
Canyoning Club Alpin Français de Chambéry 176 faubourg Maché 73000 Chambéry	Permanences : du mardi au jeudi de 16h30 à 19h les vendredis de 17h à 19h30 les samedis de 9h30 à 11h30.	Mixte - tout public	04 79 68 20 77 info@cafchambery.com www.cafchambery.com
Cascade de glace			
Cascade de glace Club Alpin Français de Chambéry 176 faubourg Maché 73000 Chambéry	2 niveaux de sorties proposés : Initiation pour découvrir les sensations de l'escalade sur glace et Perfectionnement destiné aux grimpeurs qui souhaitent devenir autonomes dans des cascades d'une ou plusieurs longueurs. Permanences : du mardi au jeudi de 16h30 à 19h les vendredis de 17h à 19h30 les samedis de 9h30 à 11h30.	Mixte - tout public	04 79 68 20 77 info@cafchambery.com www.cafchambery.com
Cyclisme - Cyclotourisme			
Cyclisme Chambéry Cyclisme Compétition 211 chemin des Ecureuils 73000 Chambéry	Entraînement et encadrement de sections cyclistes. De l'école de vélo à la catégorie senior, le CCC propose à chaque licencié de l'accompagner vers le meilleur niveau de performance possible. Rendez-vous de départ pour les sorties au lycée Monge et au siège du club. Permanences le lundi de 10h à 12h et de 14h à 19h, le mardi de 14h à 16h30, le mercredi de 14h à 16h30 et le jeudi de 14h à 16h. Entraînements le mercredi de 14h à 17h et le samedi de 14h à 17h. L'activité a également lieu lors des vacances scolaires.	Mixte - De 7 ans à illimité	04 79 60 06 45 www.chambery-cyclisme.com
Cyclotourisme Cyclotouristes Chambériens Maison des Associations Boite Q7 67 rue Saint François de Sales 73000 Chambéry	Balade en vélo, tourisme, voyage, séjour. Licence obligatoire. Permanences : le mardi à 20h15 à la Maison des Associations. Entraînements le mercredi à 13h30, le samedi matin et après-midi, le dimanche matin et sur la journée. L'activité a lieu également pendant les vacances scolaires.	Mixte - Age indifférent Les pratiquants occasionnels sont acceptés pour 3 sorties uniquement (avec assurance).	04 79 60 06 62 / 04 79 33 58 01 andre.lechuga@numericable.com http://lescycloschamberiens.free.fr
Danse			
Baby danse AEB Gym Chambéry 728 avenue de La Motte-Servolex 73000 Chambéry	Découverte de la gymnastique rythmique et éveil musical. Entraînements au gymnase de Bissy et de la Palestre. Permanences le mardi et le jeudi au gymnase de Bissy à partir de 17h, tout le mois de septembre. L'activité a lieu pendant les vacances sous forme de stage payant multi-activités.	Mixte - De 3 à 5 ans	06 16 48 76 50 aebgym.chambery@wanadoo.fr

ACTIVITE ORGANISME	DESCRIPTIF HORAIRES	PUBLIC	CONTACTS
Dance Mambo Rock Club 3 route de la Peyssse 73000 Barberaz	Pratique de la danse en couple ou individuelle Permanences et entraînements du lundi au vendredi de 14h à 23h.	Mixte - De 3 à 77 ans	04 79 75 01 88 danse@mambo-rock.com www.mambo-rock.com
Danse Schayane Ecole de danse contemporaine 95 allée des Bauges 73000 Chambéry	Ateliers de création Danse. Cours à l'année le lundi et le mardi, cours individuels tous les jours sur rendez-vous.	Mixte - Adolescents - Adultes Les pratiquants occasionnels sont acceptés sans aucune condition particulière.	06 27 28 31 70 schayanedanse@orange.fr
Danse Africaine Les Gentianes Bleues Gymnase Notre Dame du Rocher 2 montée de Haute Bise 73000 Chambéry	Découverte de la danse africaine au travers de gestuelles traditionnelles. Accompagnement musical par un percussionniste.	Mixte - adolescents et adultes	04 79 60 03 60 gentianesbleues@wanadoo.fr www.lesgentianesbleues.com
Danse Africaine Compagnie Joseph Aka Espace Jeune 86 avenue Daniel-Rops 73000 Chambéry	La gestuelle puise ses racines dans les danses traditionnelles africaines, chargées de sens, puis le chorégraphe les déforme puis les reforme pour aboutir à un mouvement épuré ajusté aux émotions de son siècle, soutenu par celles de ses ancêtres. Entraînements à L'Espace Jeunes (86 avenue Daniel Rops) à Chambéry-le-Haut et à la salle mosaïque (les chataigniers - 165 rue J.P Sartre) Permanences au 06 58 00 86 45 le mardi, le mercredi et le jeudi de 9h à 17h. Entraînements le lundi de 19h à 20h30 à l'Espace jeunes pour les débutants et le lundi de 20h30 à 22h pour les confirmés.	Mixte - Ados/Adultes	06 58 00 86 45 06 08 05 73 60 info@abissa.org www.josephaka.com
Danse afro-contemporaine Compagnie Joseph Aka Espace Jeune 86 avenue Daniel-Rops 73000 Chambéry	Entraînements salle mosaïque, 143 rue Jean-Paul Sartre à Chambéry (tout niveau). Permanences au 06 58 00 86 45, le mardi, mercredi et le jeudi de 9h à 17h. Entraînements de 10h30 à 12h à la salle mosaïque.	Mixte - Ados/Adultes	06 58 00 86 45 06 08 05 73 60 info@abissa.org www.josephaka.com
Danse Bachata Merengue Centre de Danse Solange et Serge Moioli 201 rue Charles Cabaud 73290 La Motte-Servolex	Deux danses qui vont de paire avec la salsa. Vous aurez ainsi le panel complet pour évoluer dans les lieux branchés latino. Permanences du lundi au samedi. Cours débutants du lundi de 20h à 21h, le mardi de 20h30 à 21h30, le jeudi de 19h à 20h et le samedi de 11h à 12h.	Mixte - adultes	04 79 25 60 69 info@dansemoioli.com www.dansemoioli.com
Danse Balboa - Lindy Hop Centre de Danse Solange et Serge Moioli 201 rue Charles Cabaud 73290 La Motte-Servolex	Danser sur des rythmes Swing très rapides... "des jambes qui tricotent sous un corps au repos". Cette danse fait partie des cours de Lindy hop ; faites vous plaisir sur des musiques Swing, Jazz et New Orléans. Permanences du lundi au samedi. Cours débutant le jeudi de 21h à 22h.	Mixte - adultes	04 79 25 60 69 info@dansemoioli.com www.dansemoioli.com

ACTIVITE ORGANISME	DESCRIPTIF HORAIRES	PUBLIC	CONTACTS
Danse Boston - Fox Trott Centre de Danse Solange et Serge Moïoli 201 rue Charles Cabaud 73290 La Motte-Servolex	Spécialistes des danses en couples. Permanences du lundi au samedi.	Mixte - adultes	04 79 25 60 69 info@dansemoioli.com www.dansemoioli.com
Danse Cha-Cha Centre de Danse Solange et Serge Moïoli 201 rue Charles Cabaud 73290 La Motte-Servolex	Un cocktail de rythme et de bonne humeur par des spécialistes des danses en couple. Permanences du lundi au samedi.	Mixte - adultes	04 79 25 60 69 info@dansemoioli.com www.dansemoioli.com
Danse Classique Ecole de Danse Nadège Schenal-Braisaz 79 rue Pasteur 73000 Chambéry	Apprentissage de la danse classique, acquérir des compétences artistiques, corporelles et techniques pour accéder à la scène. Permanences du lundi au vendredi de 17h à 19h, entraînements le lundi de 17h à 21h, le mardi de 17h à 20h30, le mercredi de 10h à 18h et le samedi de 11h à 14h.	Mixte - A partir de 4 ans, enfants, adolescents et adultes.	04 79 33 51 11 braisaz.xavier@neuf.fr
Danse Classique Ecole de Danse Henriette Jambro 48 passage Henri Murger 73000 Chambéry	Permanences du lundi au jeudi de 16h à 19h.	Mixte - à partir de 3 ans jusqu'aux adultes Les pratiquants occasionnels sont acceptés à condition qu'ils arrivent en cours d'année en ayant déjà pratiquer des cours de danse.	04 79 33 33 01 hhenriette.jambro@dbmail.com
Danse Classique Alerte chambérienne Gymnase des Combes 99 rue Pasteur 73000 Chambéry	Entraînements au Gymanase de Combes à Chambéry le Haut.	Mixte - à partir de 6 ans	06 09 82 16 61 info@alartechamberienne.fr www.alartechamberienne.fr sectiondanse.canalblog.com
Danse Classique Foyer des Jeunes de Barberaz Foyer Hubert Constantin 14 rue Centrale 73000 Barberaz	Cours de danse classique et cours de barre à terre, maintien, assouplissement, abdos, fessiers... Entraînements le mercredi de 10h à 11h pour les enfants nés en 2000 et 2001 et de 11h à 12h pour les enfants nés en 2002 et 2003. Le vendredi de 17h30 à 18h30, cours élémentaire et exercices sur les pointes, de 18h30 à 19h30 pour les cours moyen et de de 19h30 à 21h pour les ados et adultes.	Mixte - à partir de 6 ans	06 10 94 31 17 foyerbarberaz@voila.fr
Danse Contemporaine Ecole de Danse Henriette Jambro 48 passage Henri Murger 73000 Chambéry	Permanences du lundi au jeudi de 16h à 19h.	Mixte - à partir de 3 ans jusqu'aux adultes. Les pratiquants occasionnels sont acceptés s'ils arrivent en cours d'année en ayant déjà pratiquer des cours de danse.	04 79 33 33 01 henriette.jambro@dbmail.com
Danse Contemporaine Alerte chambérienne Gymnase des Combes 99 rue Pasteur 73000 Chambéry	Ludique, cette technique joue avec le temps, les différentes énergies, la notion de poids, de rythme et d'espace, dans une recherche du mouvement par la sensation plutôt que par la forme, ou chacun peut exprimer sa personnalité et sa sensibilité.	Mixte - à partir de 8 ans	06 09 97 90 41 info@alartechamberienne.fr www.alartechamberienne.fr sectiondanse.canalblog.com

ACTIVITE ORGANISME	DESCRIPTIF HORAIRES	PUBLIC	CONTACTS
Danse de Société Centre de Danse Solange et Serge Moïoli 201 rue Charles Cabaud 73290 La Motte-Servolex	<p>Tango, Valse, Paso doble etc... Si ces danses ne se dansent plus dans les salons depuis longtemps, elles restent synonyme de sociabilité et se pratiquent en de nombreuses occasions.</p> <p>Cours débutants le lundi de 20h à 21h, le mercredi de 18h à 19h et de 19h à 20h, le jeudi de 20h à 21h et le samedi de 10h à 11h.</p>	<p>Mixte - adultes</p>	<p>04 79 25 60 69 info@dansemoioli.com www.dansemoioli.com</p>
Danse folklore contemporain KAAMOS Ecole maternelle de Joppet Rue Hector Berlioz 73000 Chambéry	<p>La danse d'Israël telle qu'elle se pratique en France est laïque dans son sens le plus noble, c'est à dire hors contexte politique et sans obédience religieuse.</p> <p>Pas de permanences, les entraînements ont lieu le mardi de 19h30 à 21h30 à l'école Joppet (tous niveaux et tous les mardis en période scolaire). Le vendredi 1 semaine/2 : niveau confirmé de 20h à 22h. Stages ponctuels (5 dans l'année), le samedi de 14h à 19h au gymnase de l'école du Mollard (Chambéry le haut), le 1er samedi du mois révisions libres de 14h à 18h à la maison des Associations.</p>	<p>Mixte - adolescents, adultes Les pratiquants occasionnels sont acceptés.</p>	<p>06 88 58 93 39 cat.corso@orange.fr</p>
Danse GRS Espace Gym Danse Isabelle Tenoux 45 rue des Minotiers Hameau de la Catonnière 73290 La Motte-Servolex	<p>Professeuse diplômée d'Etat et diplômée de l'Ecole IRENE POPARD. Méthode spécialisée en "pédagogie pour enfants". Coaching personnalisé et individuel.</p> <p>Permanences tous les jours de 14h à 19h et entraînements du lundi au vendredi de 14 h à 19h suivant les jours.</p>	<p>Mixte - A partir de 3 ans et demi - Bébé - Poussins - Adolescents - Adultes - 3ème âge Pratiquants occasionnels acceptés sous forme d'abonnements personnalisés.</p>	<p>04 79 25 43 03 06 89 84 13 26 jamestenoux@free.fr</p>
Danse Hip hop Les Gentianes Bleues Gymnase Notre Dame du Rocher 2 montée de Haute Bise 73000 Chambéry	<p>Initiation aux différents styles de danses hip-hop (sol et debout). Plusieurs ateliers sont proposés au sein d'un même cours (initiation à une technique, atelier de création, atelier chorégraphique).</p>	<p>Mixte - pré-ados, adolescents et adultes</p>	<p>04 79 60 03 60 gentianesbleues@wanadoo.fr www.lesgentianesbleues.com</p>
Danse Jazz Ecole de Danse Nadège Schenal-Braisaz 79 rue Pasteur 73000 Chambéry	<p>Apprentissage de la danse jazz (échauffement, étirement, chorégraphies...). Acquérir des compétences artistiques, corporelles et techniques pour accéder à la scène.</p> <p>Ouvert du lundi au vendredi de 17h à 19h. Entraînements le jeudi de 18h15 à 21h et le vendredi de 18h30 à 21h.</p>	<p>Mixte -A partir de 12 ans, ados et adultes</p>	<p>04 56 11 40 67 braisaz.xavier@neuf.fr</p>
Danse Jazz funk Foyer des Jeunes de Barberaz Foyer Hubert Constantin 14 rue Centrale 73000 Barberaz	<p>Issu d'un métissage gestuel, avec des notions de jazz, complété par une touche Hip Hop, le funk s'affirme comme un style dynamique et enjoué !</p> <p>Permanences le jeudi de 18h à 19h30. Entraînements le jeudi de 19h à 20h (funk pour les ados) et de 20h à 21h (jazz pour les adultes).</p>	<p>Mixte - Adolescents et Adultes</p>	<p>06 10 94 31 17 foyerbarberaz@voila.fr</p>
Danse Jazz'in Espace Gym Danse Isabelle Tenoux 45 rue des Minotiers Hameau de la Catonnière 73290 La Motte-Servolex	<p>Professeuse diplômée d'Etat et diplômée de l'Ecole IRENE POPARD - Méthode spécialisée en "pédagogie pour enfants" - Coaching personnalisé et individuel. Cours collectif et cours particulier.</p> <p>Permanences tous les jours de 14h à 19h et entraînements du lundi au vendredi de 14h à 19h suivant les jours.</p>	<p>Mixte - A partir de 3 ans et demi - Bébé - Poussins - Adolescents - Adultes - 3ème âge Pratiquants occasionnels acceptés sous forme d'abonnements personnalisés.</p>	<p>04 79 25 43 03 / 06 89 84 13 26 jamestenoux@free.fr</p>

ACTIVITE ORGANISME	DESCRIPTIF HORAIRES	PUBLIC	CONTACTS
Danse Latino Centre de Danse Solange et Serge Moïoli 201 rue Charles Cabaud 73290 La Motte-Servolex	Spécialistes des danses en couple. Permanence du lundi au samedi.	Mixte - adultes	04 79 25 60 69 info@dansemoioli.com www.dansemoioli.com
Danse Lindy hop Centre de Danse Solange et Serge Moïoli 201 rue Charles Cabaud 73290 La Motte-Servolex	Pour les danseurs de Rock avertis, créativité et humour garantis. Une danse folle qui allie souplesse et limpidité. Enseignée sur des musiques jazz. Solange et Serge vous l'enseignerons dans toute son authenticité. Permanences du lundi au samedi. Cours débutant le jeudi de 21h à 22h	Mixte - adultes	04 79 25 60 69 info@dansemoioli.com www.dansemoioli.com
Danse Milonga argentine Centre de Danse Solange et Serge Moïoli 201 rue Charles Cabaud 73290 La Motte-Servolex	Une danse gaie et enjouée qui va de paire avec le Tango Argentin et la culture argentine. Cours débutants le mardi de 18h30 à 19h30.	Mixte - adultes	04 79 25 60 69 info@dansemoioli.com www.dansemoioli.com
Danse Modern Jazz Alerte chambérienne 99 rue Pasteur 73000 Chambéry	Technique de danse basée sur le rythme, les isolations corporelles sur des musiques actuelles. Entraînements au gymnase des Combes à Chambéry-le-haut	Mixte - à partir de 4 ans	06 09 82 16 61 info@alartechamberienne.fr sectiondanse.canalblog.com www.alartechamberienne.fr
Danse Modern Jazz Ecole de Danse Henriette Jambro 48 passage Henri Murger 73000 Chambéry	Assouplissement et barre de maintien. Cours collectif et encadrement diplômé d'Etat Permanences du lundi au jeudi de 16h à 19h.	Mixte - De 3 ans jusqu'aux adultes Les pratiquants occasionnels sont acceptés s'ils arrivent en cours d'année en ayant déjà pratiqué des cours de danse.	04 79 33 33 01 henriette.jambro@dbmail.com
Danse Modern Jazz Les Gentianes Bleues Gymnase Notre Dame du Rocher 2 montée de Haute Bise 73000 Chambéry	Entraînements Passage Henri Murger, pour les catégories 2005-07 le mardi de 17h15 à 18h, 2002-04 le mardi de 18h à 18h45, 1997 à 2001 le mardi de 18h45 à 19h45, ados à partir de 13 ans le mardi de 19h45 à 20h45 ou le vendredi de 18h à 19h et pour les adultes le mardi de 20h45 à 22h.	Mixte - à partir de 3 ans	04 79 60 03 60 gentianesbleues@wanadoo.fr www.lesgentianesbleues.com
Danse Paso Doble Centre de Danse Solange et Serge Moïoli 201 rue Charles Cabaud 73290 La Motte-Servolex	Spécialistes des danses en couple. Permanences du lundi au samedi.	Mixte - adultes	04 79 25 60 69 info@dansemoioli.com www.dansemoioli.com
Danse Quick Step - Valse lente Centre de Danse Solange et Serge Moïoli 201 rue Charles Cabaud 73290 La Motte-Servolex	Spécialistes des danses en couple. Permanences du lundi au samedi.	Mixte - adultes	04 79 25 60 69 info@dansemoioli.com www.dansemoioli.com

ACTIVITE ORGANISME	DESCRIPTIF HORAIRES	PUBLIC	CONTACTS
Danse Rock et toutes danses Rock'n Jazz La Jacobelle Rue de la Mairie 73000 Jacob-Bellecombette	Cours adultes, ados et enfants tous niveaux en rock'n roll, claquettes américaines, hip hop, danses de salon, salsa, bachata et danse sportive. Permanences et entraînements le lundi et le mardi de 17h30 à 22h30.	Mixte - Ados, Adultes et enfants	06 82 57 20 37 rodriguevieux@hotmail.com www.rockn-jazz.com
Danse Rock'n Roll Centre de Danse Solange et Serge Moïoli 201 rue Charles Cabaud 73290 La Motte-Servolex	Cette danse la plus pratiquée en France vous sera enseignée par des spécialistes des danses en couple, vous apprendrez le Rock n' roll dans la bonne humeur pour un plaisir toujours partagé. Cours débutants : lundi de 20h à 21h mercredi de 18h à 19h et de 19h à 20h jeudi de 20h à 21h samedi de 10h à 11h	Mixte - adultes	04 79 25 60 69 info@dansemoioli.com www.dansemoioli.com
Danse Rumba - Bolero Centre de Danse Solange et Serge Moïoli 201 rue Charles Cabaud 73290 La Motte-Servolex	Spécialistes des danses en couple. Permanences du lundi au samedi.	Mixte - adultes	04 79 25 60 69 info@dansemoioli.com www.dansemoioli.com
Danse Rythmique Espace Gym Danse Isabelle Tenoux 45 rue des Minotiers Hameau de la Catonnière 73290 La Motte-Servolex	Professeur diplômée d'Etat et diplômée de l'Ecole IRENE POPARD. Méthode spécialisée en "pédagogie pour enfants". Coaching personnalisé et individuel. Cours collectif et cours particulier. Permanences tous les jours de 14h à 19h, et entraînements du lundi au vendredi de 14h à 19h suivant les jours.	Mixte - A partir de 3 ans et demi - bébés - poussins - adolescents - Adultes - 3ème âge Les pratiquants occasionnels sont acceptés sous forme d'abonnements personnalisés.	04 79 25 43 03 06 89 84 13 26 jamestenoux@free.fr
Danse rythmique Alerte chambérienne 99 rue Pasteur 73000 Chambéry	Eveil corporel prise de conscience du groupe et de l'espace. Travail ludique avec accessoires. Approche de différents styles de musique et de rythme.	Mixte - à partir de 3 ans et demi	06 09 82 16 61 info@alartechamberienne.fr sectiondanse.canalblog.com www.alartechamberienne.fr
Danse Salsa Mambo Rock Club 3 route de la Peysse 73000 Barberaz	Pratique de la danse en couple ou individuelle Permanences et entraînements du lundi au vendredi de 14h à 23h.	Mixte - De 3 à 77 ans	04 79 75 01 88 danse@mambo-rock.com www.mambo-rock.com
Danse Salsa Casino, Rumba et Son Timbamania Ecole Pablo Neruda Rue du Talweg 73000 Chambéry	Ateliers hebdomadaires + stages. Tous niveaux. Les ateliers de danse Salsa "Timbamania" proposent outre l'apprentissage d'une technique, la rencontre avec une culture par la découverte, l'écoute des rythmes, le travail du corps, du style.... Entraînements à l'école maternelle Pablo Neruda et maison de quartier de Chantemerle.	Mixte - tout public	06 17 95 32 97 timbamania@free.fr timbamania.free.fr

ACTIVITE ORGANISME	DESCRIPTIF HORAIRES	PUBLIC	CONTACTS
Danse Salsa cubaine Centre de Danse Solange et Serge Moioli 201 rue Charles Cabaud 73290 La Motte-Servolex	La Salsa dessine la tendance actuelle, c'est la danse festive la plus en vogue dans le monde. Après plusieurs voyages de formation à Cuba, Solange et Serge vous enseignerez cette danse telle qu'elle est enseignée à l'école Nationale d'Art de Cuba. Cours débutants le lundi de 20h à 21h, le mardi de 20h30 à 21h30, le mercredi de 21h à 22h, le jeudi de 19h à 20h et le samedi de 11h à 12h.	Mixte - adultes	04 79 25 60 69 info@dansemoioli.com www.dansemoioli.com
Danse Salsa portoricaine Centre de Danse Solange et Serge Moioli 201 rue Charles Cabaud 73290 La Motte-Servolex	La Salsa dessine la tendance actuelle, c'est la danse festive la plus en vogue dans le monde. Spécialistes des danses en couple. Permanences du lundi au samedi.	Mixte - adultes	04 79 25 60 69 info@dansemoioli.com www.dansemoioli.com
Danse Samba Centre de Danse Solange et Serge Moioli 201 rue Charles Cabaud 73290 La Motte-Servolex	Spécialistes des danses en couple. Permanences du lundi au samedi.	Mixte - adultes	04 79 25 60 69 info@dansemoioli.com www.dansemoioli.com
Danse Tango Centre de Danse Solange et Serge Moioli 201 rue Charles Cabaud 73290 La Motte-Servolex	Spécialistes des danses en couple. Permanences du lundi au samedi.	Mixte - adultes	04 79 25 60 69 info@dansemoioli.com www.dansemoioli.com
Danse Tango argentin Centre de Danse Solange et Serge Moioli 201 rue Charles Cabaud 73290 La Motte-Servolex	Une danse de couple qui possède une sensualité très latine, propice à l'improvisation et l'interprétation à condition que l'on vous en donne les clés. Solange et Serge vous apprendrons cette danse dans sa plus pure tradition. Permanences du lundi au samedi . Cours débutants le mardi de 18h30 à 19h30	Mixte - adultes	04 79 25 60 69 info@dansemoioli.com www.dansemoioli.com
Danse Valse Centre de Danse Solange et Serge Moioli 201 rue Charles Cabaud 73290 La Motte-Servolex	Spécialistes des danses en couple. Permanences du lundi au samedi	Mixte - adultes	04 79 25 60 69 info@dansemoioli.com www.dansemoioli.com
Rock Mambo Rock Club 3 route de la Peysse 73000 Barberaz	Pratique de la danse en couple ou individuelle Permanences et entraînements du lundi au vendredi de 14h à 23h.	Mixte - De 3 à 77 ans	04 79 75 01 88 danse@mambo-rock.com www.mambo-rock.com

ACTIVITE ORGANISME	DESCRIPTIF HORAIRES	PUBLIC	CONTACTS
Equitation			
Equitation Ecurie de Montagnole Centre Equestre Village de Maistre 73000 Montagnole	Cours collectif et cours particulier ; encadrement Diplômé d'Etat. Entraînements tous les jours. L'activité a également lieu pendant les vacances scolaires.	Mixte - De 5 à 70 ans Les pratiquants occasionnels sont acceptés.	04 79 69 70 95 04 79 62 04 28
Escalade			
Escalade Neige et Montagne Gymnase de l'Epine 2349 avenue René Cassin 73290 La Motte-Servolex	L'activité escalade se déroule de septembre à juin sur le mur du gymnase de l'Epine. Les cours sont encadrés par des moniteurs diplômés d'état. Aux beaux jours des sorties sont organisées entre grimpeurs sur des sites naturels. Permanences les lundis de 18h à 19h hors vacances scolaires.	Mixte - à partir de 7 ans	04 79 65 18 28 www.neige-montagne.org
Escalade Chambéry Escalade Maison des Associations 67 rue St François de Sales 73000 Chambéry	Ecole d'escalade de 4 à 13 ans. Cours encadrés. Pôle loisir ouvert à tous pour la pratique de l'escalade avec possibilité de cours encadrés. Pôle compétition. Entraînements au gymnase Pierre Cot, des Combes, Boutron et lycée Monge. Permanences lors des entraînements le lundi de 18h à 21h, le mardi de 12h à 14h et de 17h à 22h, le mercredi de 15h30 à 22h, le jeudi de 12h à 14h et de 14h à 22h, le vendredi de 12h à 14h et de 17h30 à 22h et le samedi de 9h à 12h. L'activité a également lieu pendant les vacances scolaires sous forme de stage.	Mixte - De 4 à 7 ans, de 8 à 13 ans et + de 14 ans à vétérans.	06 82 17 58 94 club@chambery-escalade.fr www.chambery-escalade.fr
Escalade Salle d'Escalade Dévers 242 rue François Guise ZA du Grand Verger 73000 Chambéry	Salle d'escalade pour pratique libre ou encadrée. Ouvert le Mardi, Jeudi : 12 - 22 h Mercredi : 13 - 21 h Vendredi : 14 - 19 h Samedi, Dimanche et jour férié.* : 14 - 19 h du 15/11 au 15/03 * Le reste de l'année, ouvert uniquement si il pleut. L'activité a lieu également lors des vacances scolaires.	Mixte - tout public	04 79 68 82 72 devers-escalade@hotmail.fr www.devers-escalade.fr

ACTIVITE ORGANISME	DESCRIPTIF HORAIRES	PUBLIC	CONTACTS
Fitness et Remise en forme			
Body Sculpt Espace Gym Danse Isabelle Tenoux 45 rue des Minotiers Hameau de la Catonnière 73290 La Motte-Servolex	Professeur diplômée d'Etat et diplômée de l'Ecole IRENE POPARD, méthode spécialisée en "pédagogie pour enfants", coaching personnalisé et individuel. Cours collectif et cours particulier. Permanences tous les jours de 14h à 19h et entraînements du lundi au vendredi de 14h à 19h suivant les jours.	Mixte - A partir de 3 ans et demi - Bébés - Poussins - Adolescents - Adultes - 3ème âge Les pratiquants occasionnels sont acceptés sous forme d'abonnements personnalisés.	04 79 25 43 03 06 89 84 13 26 jamestenoux@free.fr
Body Step Espace Gym Danse Isabelle Tenoux 45 rue des Minotiers Hameau de la Catonnière 73290 La Motte-Servolex	Professeur diplômée d'Etat et diplômée de l'Ecole IRENE POPARD, méthode spécialisée en "pédagogie pour enfants", coaching personnalisé et individuel. Cours collectif et cours particulier. Permanences tous les jours de 14h à 19h et entraînements du lundi au vendredi de 14h à 19h suivant les jours.	Mixte - A partir de 3 ans et demi - Bébés - Poussins - Adolescents - Adultes - 3ème âge	04 79 25 43 03 06 89 84 13 26 jamestenoux@free.fr
Fit steps AEB Gym Chambéry 728 avenue de La Motte-Servolex 73000 Chambéry	Chorégraphies avec steps. Entraînements au gymnase de Bissy et de la Palestre. Permanences le mardi et le jeudi au gymnase de Bissy à partir de 17h, tout le mois de septembre. L'activité a lieu pendant les vacances sous forme de stage payant multi-activités.	Mixte - A partir de 14 ans	06 16 48 76 50 aebgym.chambery@wanadoo.fr
Fit'Dance Foyer des Jeunes de Barberaz Foyer Hubert Constantin 14 rue Centrale 73000 Barberaz	Un mélange de fitness et de danse. Entraînements le mardi de 17h30 à 18h30 (pour les 10/12 ans) et de 18h30 à 19h30 (pour les 14/16 ans).	Mixte - de 10 à 16 ans	06 10 94 31 17 foyerbarberaz@voila.fr
Fitness AEB Gym Chambéry 728 avenue de La Motte-Servolex 73000 Chambéry	Renforcement musculaire, step, circuit training, cuisses-abdos-fessiers. Entraînements au gymnase de Bissy et de la Palestre. Permanences le mardi et le jeudi au gymnase de Bissy à partir de 17h, tout le mois de septembre. L'activité a lieu pendant les vacances sous forme de stage payant multi-activités.	Mixte - A partir de 15 ans	06 16 48 76 50 aebgym.chambery@wanadoo.fr
Fitness Espace Gym Danse Isabelle Tenoux 45 rue des Minotiers Hameau de la Catonnière 73290 La Motte-Servolex	Professeur diplômée d'Etat et diplômée de l'Ecole IRENE POPARD, méthode spécialisée en "pédagogie pour enfants", coaching personnalisé et individuel. Cours collectif et cours particulier. Permanences tous les jours de 14h à 19h et entraînements du lundi au vendredi de 14h à 19h suivant les jours.	Mixte - A partir de 3 ans et demi - Bébés - Poussins - Adolescents - Adultes - 3ème âge Pratiquants occasionnels acceptés sous forme d'abonnements personnalisés.	04 79 25 43 03 06 89 84 13 26 jamestenoux@free.fr

ACTIVITE ORGANISME	DESCRIPTIF HORAIRES	PUBLIC	CONTACTS
Step Les Gentianes Bleues Palestre Jacques Lapeyre Square Jacques Lapeyre 73000 Chambéry	Le step sollicite le système cardio-vasculaire et la coordination en s'appuyant sur la réalisation de chorégraphies en musique, mais ici il s'agit de monter et descendre une marche d'une quinzaine de centimètres.	Mixte - à partir de 14 ans	04 79 60 03 60 gentianesbleues@wanadoo.fr www.lesgentianesbleues.com
Stretching Espace Gym Danse Isabelle Tenoux 45 rue des Minotiers Hameau de la Catonnière 73290 La Motte-Servolex	Professeure diplômée d'Etat et diplômée de l'Ecole IRENE POPARD, méthode spécialisée en "pédagogie pour enfants", coaching personnalisé et individuel. Cours collectif et cours particulier. Permanences tous les jours de 14h à 19h et entraînement du lundi au vendredi de 14 à 19h suivant les jours.	Mixte - A partir de 3 ans et demi - Bébé - Poussins - Adolescents - Adultes - 3ème âge	04 79 25 43 03 06 89 84 13 26 jamestenoux@free.fr
Football			
Football Jeunesse Sportive Chambérienne Foyer JSC 21 avenue du Général Cartier 73160 Cognin	Pratique du sport collectif dans un esprit sportif, éducatif, associatif et convivial. Entraînements au Stade Mager et au Stade de Charrière Neuve à Bissy. Permanences le lundi de 19h à 22h, 21 avenue du Général Cartier à Cognin. Entraînements tous les soirs de la semaine de 18h à 20h30. L'activité a également lieu pendant les vacances scolaires sauf pour la trêve des vacances d'été.	Mixte - à partir de 6 ans	04 79 62 73 25 09 64 34 04 91 jschambery@orange.fr www.jsc73.fr
Football SO Chambéry Football 12 rue du Jura 73000 Chambéry	Le stade olympique chambérien est créé en 1941-42. Il accède au championnat de France Amateur en 1957 et devient champion CF en 1962. Plus récemment le SOC aux couleurs jaune et noire remonte en CFA2 et devient le club phare de Savoie. Permanences tous les jours de 9h à 12h et de 14h à 17h sauf le jeudi. Entraînements tous les jours de 18h à 21h sauf le mercredi de 14h à 21h et le samedi de 14h à 16h au stade Jacques Level, avenue du général Cartier et stade André Mager à Bissy.	Mixte - A partir de 5 ans.	04 79 96 07 07 socfootballchambery@orange.fr www.soc-football.com
Football Chambéry 73 Stade Boutron Rue du Grand Champ 73000 Chambéry	Permanences : du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 21h.	Mixte - à partir de 6 ans	04 79 85 26 13 chamberyfoot73@cegetel.net http://chamberyfoot73.footeo.com
Gymnastique			
Acro Gym AEB Gym Chambéry Gymnase de Bissy Chemin de Charrière Neuve 73000 Chambéry	Chorégraphies gymniques et pyramide. Entraînements aux Gymnases de Bissy et de La Palestre. Permanences le mardi et le jeudi au gymnase de Bissy à partir de 17h, tout le mois de septembre. L'activité a lieu pendant les vacances scolaires uniquement sous forme de stage multi-activités payant.	Mixte - à partir de 6 ans	06 16 48 76 50 aebgym.chambery@wanadoo.fr

ACTIVITE ORGANISME	DESCRIPTIF HORAIRES	PUBLIC	CONTACTS
Baby Gym AEB Gym Chambéry Ecole maternelle Jacques Prévert 230 allée Jacques Prévert 73000 Chambéry	Parcours gymnique adapté aux tous petits. Entraînements au gymnase de Bissy et de la Palestre. Permanences le mardi et le jeudi au gymnase de Bissy à partir de 17h, tout le mois de septembre. L'activité a lieu pendant les vacances scolaires sous forme de stage payant multi-activités.	Mixte - De 2 à 5 ans	06 16 48 76 50 aebgym.chambery@wanadoo.fr
Barre à terre Alerte chambérienne Gymnase des Combes 99 rue Pasteur 73000 Chambéry	Travail d'assouplissement et de dynamisme musculaire. En relation avec la respiration, travail des sensations et de la mobilisation des articulations pour plus d'amplitude.	Mixte - à partir de 15 ans	06 09 97 90 41 info@alartechamberienne.fr www.alartechamberienne.fr sectiondanse.canalblog.com
Barre Pilate Espace Gym Danse Isabelle Tenoux 45 rue des Minotiers Hameau de la Catonnière 73290 La Motte-Servolex	Professeur diplômée d'Etat et diplômée de l'Ecole IRENE POPARD, méthode spécialisée en "pédagogie pour enfants", coaching personnalisé et individuel. Cours collectif et cours particulier. Permanences tous les jours de 14h à 19h et entraînements du lundi au vendredi de 14h à 19h suivant les jours.	Mixte - A partir de 3 ans et demi - Bébé - Poussins - Adolescents - Adultes - 3ème âge Pratiquants occasionnels acceptés sous forme d'abonnements personnalisés.	04 79 25 43 03 06 89 84 13 26 jamestenoux@free.fr
Eveil Gymnique Les Gentianes Bleues Palestre Jacques Lapeyre Square Jacques Lapeyre 73000 Chambéry	Permet l'éveil de l'enfant par des moyens ludiques et favorise la mise en place d'une coordination orientée vers la gymnastique. Les tout-petits ont à leur disposition un large éventail de matériel gymnique adapté à leur taille et à leur besoin qui leur permet de grimper, se suspendre, ramper, rouler etc...	Mixte - de 2 à 6 ans	04 79 60 03 60 gentianesbleues@wanadoo.fr www.lesgentianesbleues.com
Eveil gymnique AEB Gym Chambéry 728 avenue de La Motte-Servolex 73000 Chambéry	Continuité de la baby gym. Parcours gymnique Entraînements au gymnase de Bissy et de la Palestre. Permanences le mardi et le jeudi au gymnase de Bissy à partir de 17h, tout le mois de septembre. L'activité a lieu pendant les vacances scolaires uniquement sous forme de stage payant multi-activités.	Mixte - De 5 à 8 ans	06 16 48 76 50 aebgym.chambery@wanadoo.fr
Eveil gymnique Les Libellules Gymnase de Saint Alban Leysse Impasse du Repos 73230 Saint-Alban-Leysse	Entraînements au gymnase communal.	Mixte - A partir de 3 ans	06 23 16 06 95 claudette.maufroy@free.fr
Eveil gymnique Alerte chambérienne 99 rue Pasteur 73000 Chambéry	Eveil à la gymnastique pour les petits. Nombreux accessoires et différents agrès le mercredi de 10h à 11h et de 11h à 12h. Entraînements au gymnase de l'Alerte, rue Pasteur.	Mixte - de 3 à 5 ans	04 79 85 76 96 info@alartechamberienne.fr www.alartechamberienne.fr

ACTIVITE ORGANISME	DESCRIPTIF HORAIRES	PUBLIC	CONTACTS
Gymnastique USCC Sport Loisirs Centre multiactivités du Biollay 283 chemin du Biollay 73000 Chambéry	Encadrement diplômé d'Etat. Permanences tous les jours par téléphone. Entraînements le mardi de 10h30 à 11h30 (gym adaptée) et de 19h à 20h (gym forme).	Mixte - De 18 à 79 ans	04 79 62 50 42
Gymnastique Les Gentianes Bleues Palestre Jacques Lapeyre Square Jacques Lapeyre 73000 Chambéry	Ecole de la Gymnastique. Encadrement Diplômé d'Etat.	Féminin - de 2 ans à adultes	04 79 60 03 60 gentianesbleues@wanadoo.fr www.lesgentianesbleues.com
Gymnastique aérobique AEB Gym Chambéry 728 avenue de La Motte-Servolex 73000 Chambéry	Chorégraphies gymniques rythmées. Entraînements au gymnase de Bissy et de la Palestre. Permanences le mardi et le jeudi au gymnase de Bissy à partir de 17h, tout le mois de septembre. L'activité a lieu pendant les vacances sous forme de stage payant multi-activités.	Mixte - A partir de 6 ans	06 16 48 76 50 aebgym.chambery@wanadoo.fr
Gymnastique artistique Les Libellules Gymnase de Saint Alban Leysse Impasse du Repos 73230 Saint-Alban-Leysse	Gymnastique artistique avec compétitions. Départ, régional, national. Entraînements au gymnase communal.	Féminin - De 4 ans à adultes.	06 23 16 06 95 claudette.maufroy@free.fr
Gymnastique de loisir Alerte chambérienne 99 rue Pasteur 73000 Chambéry	Gymnastique au sol et aux agrès sans esprit de compétition. Entraînements le mercredi de 9h30 à 10h30 ou de 17h à 18h30 au gymnase de la Palestre.	Masculin - A partir de 6 ans	04 79 85 76 96 info@alartechamberienne.fr www.alartechamberienne.fr
Gymnastique Détente Jeunesse Sportive Chambérienne Foyer JSC 21 avenue du Général Cartier 73160 Cognin	Pratique du sport dans un esprit sportif, éducatif, associatif et convivial. Entraînements au Stade Mager et au Stade de Charrière Neuve à Bissy. Permanences le lundi de 19h à 22h, 21 avenue du Général Cartier à Cognin. Entraînements à "la Bisseraine" à Bissy.	Mixte - à partir de 6 ans	09 64 34 04 91 jschambery@orange.fr www.jsc73.fr
Gymnastique détente Alerte chambérienne 99 rue Pasteur 73000 Chambéry	Cours de gymnastique d'entretien et renforcement musculaire. Entraînements le lundi de 20h30 à 21h30 et le mercredi de 19h à 20h au gymnase de l'Alerte, rue Pasteur.	Mixte - Tout public	04 79 85 76 96 info@alartechamberienne.fr www.alartechamberienne.fr

ACTIVITE ORGANISME	DESCRIPTIF HORAIRES	PUBLIC	CONTACTS
Gymnastique douce AEB Gym Chambéry 728 avenue de La Motte-Servolex 73000 Chambéry	Stretching, ballon, pilat. Entraînements au gymnase de Bissy et de la Palestre. Permanences le mardi et le jeudi au gymnase de Bissy à partir de 17h, tout le mois de septembre. L'activité a lieu pendant les vacances sous forme de stage payant multi-activités.	Mixte - A partir de 15 ans	06 16 48 76 50 aebgym.chambery@wanadoo.fr
Gymnastique énergie Foyer des Jeunes de Barberaz Foyer Hubert Constantin 14 rue Centrale 73000 Barberaz	Cours traditionnels de gymnastique en musique, échauffement, renforcement musculaire, stretching. Entraînements au Foyer Hubert Constantin et à la salle polyvalente de Barberaz. Permanences tous les jeudis de 18h à 19h30. Entraînements les lundis et mercredis de 18h à 19h (salle polyvalente) les mercredis et vendredi de 9h à 10h (foyer Hubert Constantin)	Mixte - adultes	06 10 94 31 17 foyerbarberaz@voila.fr
Gymnastique enfants Foyer des Jeunes de Barberaz Foyer Hubert Constantin 14 rue Centrale 73000 Barberaz	Eveil à la gymnastique à travers des techniques variés et ludiques. Divers agrès et accessoires. Gym "danse acro" pour les 7-10 ans. Permanences le jeudi de 18h à 19h30. Entraînements le mercredi de 13h45 à 14h45 (pour les 4-6 ans) et de 14h45 à 15h45 (pour les 7-10 ans).	Mixte - Adolescents et Adultes	06 10 94 31 17 foyerbarberaz@voila.fr
Gymnastique enfants Gymnastique volontaire des Combes Gymnase des Combes Rue des Combes 73000 Chambéry	Gymnastique ludique qui allie éveil corporel, développement psychomoteur et socialisation sans esprit de compétition. Entraînements au gymnase des Combes le mercredi de 9h à 10h pour les 7-10 ans, de 10h à 11h pour les 5-6 ans et de 11h à 12h pour les 3-4 ans.	mixte – 3 tranches d'âge : 7-10 ans ; 5-6 ans ; 3-4 ans	04 79 72 21 20 (secrétaire) luc.ardouin@aliceadsl.fr
Gymnastique entretien AEB Gym Chambéry 728 avenue de La Motte-Servolex 73000 Chambéry	Renforcement musculaire et sport musculaire. Entraînements au gymnase de Bissy et de la Palestre. Permanences le mardi et le jeudi au gymnase de Bissy à partir de 17h, tout le mois de septembre. L'activité a lieu pendant les vacances sous forme de stage payant multi-activités.	Mixte - A partir de 15 ans	06 16 48 76 50 aebgym.chambery@wanadoo.fr
Gymnastique entretien/motricité Récréasport Physic Form 187 route de la Féclaz 73230 Saint-Alban-Laysse	Inscription toute l'année, cours collectifs et cours particuliers. Tarifs à la séance et à la session "année scolaire". permanences : Lundi de 17h à 20h15, mardi de 9h à 11h30 et de 17h à 20h30, le mercredi de 9h à 12h et de 14h à 18h, le jeudi de 9h à 11h30 et de 17h à 20h30, le vendredi de 9h à 11h30 et de 17h à 20h15 et le samedi de 9h à 11h30.	Mixte - Adultes et enfants à partir de 16 mois jusqu'à 11 ans. Les pratiquants occasionnels sont acceptés.	04 79 60 07 54 http://recreasport.free.fr recreasport@free.fr

ACTIVITE ORGANISME	DESCRIPTIF HORAIRES	PUBLIC	CONTACTS
Gymnastique initiation Alerte chambérienne 99 rue Pasteur 73000 Chambéry	Exploration de l'espace, du temps, de l'énergie, des sensations par le jeu. Une importance particulière sera portée sur la créativité de l'enfant, sa sensibilité et l'écoute. Entraînements le mercredi de 14h à 15h au gymnase de l'Alerte, rue Pasteur.	Mixte - 5 ans et 6 ans	06 09 97 90 41 info@alartechamberienne.fr www.alartechamberienne.fr
Gymnastique masculine Alerte chambérienne 99 rue Pasteur 73000 Chambéry	Gymnastique aux agrès, participation aux compétitions individuelles et par équipes.	Masculin - A partir de 5 ans	04 79 85 76 96 info@alartechamberienne.fr www.alartechamberienne.fr
Gymnastique Rythmique AEB Gym Chambéry Palestre Jacques Lapeyre Square Jacques Lapeyre 73000 Chambéry	Gymnastique rythmique. Danse sur fond musical avec engins (massues, cerceaux, ballons et corde). Entraînements au gymnase de Bissy et au gymnase de la Palestre. Permanences le mardi et le jeudi au gymnase de Bissy à partir de 17h, tout le mois de septembre. L'activité a lieu également pendant les vacances scolaires sous forme de stage payant multi-activités.	Mixte - à partir de 6 ans	06 16 48 76 50 aebgym.chambery@wanadoo.fr
Gymnastique Volontaire Gymnastique volontaire des Combes Gymnase des Combes Rue des Combes 73000 Chambéry	Gymnastique de loisir et entretien corporel dans le cadre de la FFEPGV. Encadrement diplômé fédéral. Permanences aux horaires d'entraînements c'est-à-dire au gymnase des Combes le mardi soir de 20h30 à 21h30.	Mixte - adultes à partir de 16 ans Les pratiquants occasionnels sont acceptés.	04 79 72 21 20 luc.ardouin@aliceadsl.fr
Power Ball Espace Gym Danse Isabelle Tenoux 45 rue des Minotiers Hameau de la Catonnière 73290 La Motte-Servolex	Professeur diplômée d'Etat et diplômée de l'Ecole IRENE POPARD, méthode spécialisée en "pédagogie pour enfants", coaching personnalisé et individuel. Cours collectif et cours particulier. Permanences tous les jours de 14h à 19h et entraînements du lundi au vendredi de 14h à 19h suivant les jours.	Mixte - A partir de 3 ans et demi - Bébés - Poussins - Adolescents - Adultes - 3ème âge Les pratiquants occasionnels sont acceptés sous forme d'abonnements personnalisés.	04 79 25 43 03 06 89 84 13 26 jamestenoux@free.fr
Handball			
Handball Chambéry Savoie Handball Le Phare 800 avenue du grand Arietaz 73000 Chambéry	Le Chambéry Savoie Handball, club professionnel phare de la région, évolue en 1ère division et en Coupe d'Europe et vous accueille au Phare pour tous ses matchs à domicile. Cours collectif et encadrement Diplômé d'Etat. Entraînements aux gymnase Jean Jaurès, Boutron et Vaugelas. Permanences du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 18h.	Masculin - à partir de 10 ans	04 79 70 60 50 contact@chamberysavoiehandball.com www.chamberysavoiehandball.com

ACTIVITE ORGANISME	DESCRIPTIF HORAIRES	PUBLIC	CONTACTS
Hockey sur Glace			
<p>Hockey sur glace SOC Hockey sur Glace Patinoire de Chambéry-Métropole Parc de Buisson Rond 2 rue Sainte Rose 73000 Chambéry</p>	<p>Club de hockey sur glace affilié à la FFHG. Formation des jeunes à la compétition à partir de 4 ans. Equipe senior en Division 2. Matches le samedi soir à 20h15 selon calendrier de la FFHG. Billets en vente sur place les soirs de matchs à 19h30.</p> <p>Permanences tous les lundis et jeudis de 18h à 19h30 de septembre à fin décembre. Tous les lundis de 18h à 19h30 de janvier à fin mai. Entraînements à la Patinoire d'Agglomération de Chambéry, à Buisson Rond en fin d'après-midi selon catégorie et le mercredi matin. L'activité a lieu pendant les vacances scolaires sauf l'été, stages mi-août.</p>	<p>Mixte - à partir de 4 ans</p>	<p>04 79 33 72 01 www.hockey-chambery.com les-elephants@hockey-chambery.com</p>
Jeet ki Do			
<p>Free Fight EJMC Chambéry Gymnase Monge Avenue Marius Berroir 73000 Chambéry</p>	<p>Art martial sino vietnamien de combat libre. Corps à corps, combat au sol, projection, clef, pieds et poings, poings vitaux. Encadrement instructeur 3^{ème} Dan FFKDA , 4^{ème} DanFEKAMT.</p> <p>Entraînements le mercredi et vendredi de 20h à 21h30 au gymnase du lycée Monge.</p>	<p>Mixte – à partir de 11 ans</p>	<p>04 79 63 10 29 / 06 76 91 46 64 www.ejm.fr.fm</p>
<p>Self Defense EJMC Chambéry Gymnase Monge Avenue Marius Berroir 73000 Chambéry</p>	<p>Art martial, Thaos, Quyens, maniements d'armes, self defense à deux, contre un plusieurs adversaires, clef, torsions, luxations, mise au sol, contrôls au sol. Encadrement instructeur 3^{ème} Dan FFKDA , 4^{ème} DanFEKAMT.</p> <p>Entraînements le vendredi de 20h à 21h30 au gymnase du lycée Monge.</p>	<p>Mixte – à partir de 11 ans</p>	<p>04 79 63 10 29 / 06 76 91 46 64 www.ejm.fr.fm</p>

ACTIVITE ORGANISME	DESCRIPTIF HORAIRES	PUBLIC	CONTACTS
<p>Volac Hong Training</p> <p>EJMC Chambéry Gymnase Monge Avenue Marius Berroir 73000 Chambéry</p>	<p>Art martial à frappe réelle en compétitions. Pieds et poings, Lo kick, source du Jeet Ki Do. Stages et compétition.</p> <p>Entraînements le mardi de 20h à 21h30 au gymnase du lycée Monge.</p>	<p>Mixte – à partir de 11 ans</p>	<p>04 79 63 10 29 / 06 76 91 46 64 www.ejm.fr.fm</p>
Judo			
<p>Judo</p> <p>Judo Club de La Motte Servolex Dojo Jean-Louis Geymond 45 rue Jean Rostand 73290 La Motte-Servolex</p>	<p>Esprit associatif proposant différents cours adaptés : Eveil Judo, Judo débutant, Judo loisir, Kata et préparation de passage de grade, Ju Jitsu (techniques et fighting), Taïso (Cardio, renforcement, étirements et relaxation) et cours compétiteurs.</p> <p>2 salles d'entraînements : Dojo Jean Louis Geymond - La Motte Servolex Cours : lundi, mardi, jeudi et vendredi soirs / mercredi toute la journée/samedi matin Halle multisports Emile Allais - Technolac - Le Bourget du Lac Cours : lundi et vendredi soirs</p> <p>Permanences lundi, mardi et jeudi de 15h à 18h, le mercredi de 8h à 12h et de 14h à 18h, le vendredi de 9h à 12h et de 15h à 20h. Pendant les vacances scolaires le mardi, mercredi et jeudi de 9h à 12h et de 14h à 17h.</p>	<p>Mixte - à partir de 4 ans 3 cours d'essai gratuits pour les non-licenciés, cotisation au prorata du temps de pratique pour les licenciés.</p>	<p>04 79 25 98 14 judoclub.lamotte@laposte.net www.judoclublamotte.free.fr</p>
<p>Judo</p> <p>Allobroges Judo Ju Jitsu Dojo de Buisson Rond 81 rue Henri Oreiller 73000 Chambéry</p>	<p>Plus qu'un simple art martial, le judo est une véritable école de la vie. Ecole de compréhension et de maîtrise de soi, le judo permet aux enfants, de pratiquer une activité ludique où ils pourront se développer aussi bien physiquement que mentalement.</p> <p>Permanences aux heures d'entraînement : à Buisson Rond le lundi de 17h à 21h, le mercredi de 10h à 12h et de 15h30 à 21h, le jeudi de 17h à 19h30, le vendredi de 17h45 à 22h. Au Dojo des Combes le mercredi de 16h45 à 18h et vendredi de 17h15 à 18h30 et au Biollay le mardi de 18h à 19h15. L'activité à également lieu pendant les vacances scolaire pour les ado/adultes.</p>	<p>Mixte - Eveil judo à partir de 5/6 ans + toutes les catégories d'âge enfants et cours ado/adulte. Les pratiquants occasionnels sont acceptés si licencié(e)s à la FFJDA et titulaire d'un certificat médical de moins d'un an.</p>	<p>06 16 54 20 69 allobrogesjudo@hotmail.fr</p>

ACTIVITE ORGANISME	DESCRIPTIF HORAIRES	PUBLIC	CONTACTS
Karaté			
Karaté Karaté Club de Savoie Mairie 120 avenue de la Mairie 73230 Saint-Alban-Leysse	Karaté pour tous, self-défense. Style wado-ryu. Quelque soit votre âge, homme, femme, enfant venez découvrir notre art martial. Cours dispensés par un professeur 5ème Dan, diplômé d'Etat. Essai gratuit. Entraînements au gymnase de Saint Alban Leysse. Permanences aux horaires d'entraînements : le lundi de 18h30 à 20h (adultes et + de 13 ans), le mercredi de 17h30 à 18h30 (enfants) et de 18h30 à 20h (adultes et + de 13 ans).	Mixte - à partir de 7 ans, jusqu'à tout âge. Les pratiquants occasionnels sont acceptés sur présentation d'un certificat médical d'aptitude à la pratique du karaté.	06 33 76 30 75 / 04 79 96 07 87 tony.wado@wanadoo.fr
Karaté Shotokan Karate-Do Cognin Gymnase municipal 68 bis route de l'Épine 73160 Cognin	Le karaté est un art de combat à main nue qui ne se limite pas à forger le corps, il impose de développer l'esprit. L'entraînement du karatéka transforme les différentes parties de son corps en armes. La maîtrise de soi devient une qualité essentielle. Entraînements au gymnase de l'INJS et à l'annexe du gymnase municipal de Cognin. Permanences : Pendant les heures de cours Entraînements : les mardis et vendredis de 18h30 à 19h30 (enfants - gymn. INJS) les vendredis de 19h30 à 20h30 (adultes - gymn. INJS) les lundis de 18h30 à 19h45 (adultes - gymn. municipal) les jeudis de 18h30 à 19h45 et de 19h45 à 20h45 (adultes - gymn. municipal)	Mixte - à partir de 6 ans	04 79 96 26 93 06 03 13 27 73 ducruet.henri-pierre@neuf.fr skdcognin.free.fr
Karaté Karaté Kobudo Taïchi club Chambéry Gymnase Monge Avenue Marius Berroir 73000 Chambéry	Le KKTC enseigne le Karaté Shorin Ji ryu. L'entraînement est dispensé sur des bases individuelles, c'est-à-dire que chaque pratiquant s'entraîne et progresse selon son propre rythme. Entraînement au Gymnase du Lycée Monge et le gymnase du lycée du Rocher. Entraînements le mardi et le vendredi soir.	Mixte - à partir de 16 ans	04 79 71 55 29 kktc@free.fr http://kktc.free.fr
Karaté Foyer des Jeunes de Barberaz Foyer Hubert Constantin 14 rue Centrale 73000 Barberaz	Sport pour tous. Animé par Hubert Girard, instructeur fédéral, 4ème Dan. Permanences le jeudi de 18h à 19h30. Entraînements le mercredi pour les enfants de 17h30 à 18h30, pour les adultes et ados de 18h30 à 20h30.	Mixte - à partir de 6 ans	06 10 94 31 17 foyerbarberaz@voila.fr

ACTIVITE ORGANISME	DESCRIPTIF HORAIRES	PUBLIC	CONTACTS
Karaté Contact / Full-contact Shotokan Karate-Do Cognin Gymnase de l'INJS 68 bis route de l'Epine 73160 Cognin	<p>Les techniques de base sont des techniques de frappe, sans jamais être appliquées dans le vide, privilégiant la recherche du contact, de la sensation permanente de frappe, avec une réussite basée sur la rigueur et la justesse. Entraînements au gymnase de l'INJS et à l'annexe du gymnase municipal de Cognin.</p> <p>Entraînements adultes : Les lundis de 19h45 à 21h (gymn. municipal), les jeudis de 18h30 à 19h30 (gymn.municipal), les vendredis de 19h30 à 20h30 (gymn. INJS).</p> <p>Entraînements enfants : lundi de 17h30 à 18h30 et le jeudi de 17h30 à 18h30 au gymnase municipal.</p>	<p>Mixte - à partir de 7 ans</p>	<p>04 79 96 26 93 06 03 13 27 73 ducruet.henri-pierre@neuf.fr skdcognin.free.fr</p>
Karaté Do Karaté Club de Chambéry 185 quai des Allobroges 73000 Chambéry	<p>Entraînements :</p> <p>les lundis de 17h20 à 18h20 (6 à 13 ans) et de 18h30 à 20h</p> <p>les mardis de 12h30 à 13h30</p> <p>les mercredis de 19h40 à 20h40</p> <p>les vendredis de 18h30 à 20h</p>	<p>Mixte - à partir de 6 ans</p>	<p>04 79 62 13 14</p>
Kobudo Chanbara			
Kobudo Chanbara Karaté Kobudo Taïchi club Chambéry Gymnase Monge Avenue Marius Berroir 73000 Chambéry	<p>Etude des armes anciennes d'Okinawa. C'est une pratique à part entière, complémentaire au karaté. Le chanbara est un jeu sportif très amusant mais sérieux et rigoureux dans lequel s'affrontent les pratiquants avec des protections et des armes en mousse.</p> <p>Entraînements au gymnase du Lycée Monge le mardi soir.</p> <p>Entraînements le mercredi soir au gymnase du lycée Monge.</p>	<p>Mixte - à partir de 16 ans</p>	<p>04 79 71 55 29 kktc@free.fr http://kktc.free.fr</p>
Marche nordique			
Marche Nordique Traces et nature 109 route de la Grobelle 73000 Jacob-Bellecombette	<p>Largement pratiquée dans les pays nordiques depuis les années 90, la "marche avec bâtons" connaît aujourd'hui un développement important en France.</p> <p>Activité se pratiquant en Chartreuse ou dans les Bauges.</p> <p>Sorties organisées le plus souvent sur le vendredi, samedi et dimanche.</p>	<p>Mixte - De 8 à 88 ans Les pratiquants occasionnels sont acceptés sans condition.</p>	<p>04 79 96 01 04 traces-et-nature@orange.fr http://pagesperso-orange.fr/traces-et-nature/</p>
Marche nordique Neige et Montagne Gymnase de l'Epine 2349 avenue René Cassin 73290 La Motte-Servolex	<p>Cette activité est encadrée par un instructeur professionnel B.E.</p> <p>Permanences les lundis de 18h à 19h hors vacances scolaires.</p>	<p>Mixte - tout public</p>	<p>04 79 65 18 28 www.neige-montagne.org</p>

ACTIVITE ORGANISME	DESCRIPTIF HORAIRES	PUBLIC	CONTACTS
Méthode Feldenkrais			
Méthode Feldenkrais Schayane Ecole de danse contemporaine 95 allée des Bauges 73000 Chambéry	Ateliers de pratique consciente du mouvement méthode Feldenkrais. Cours à l'année le lundi et le mardi, cours individuels tous les jours sur rendez-vous.	Mixte - Adolescents - Adultes Les pratiquants occasionnels sont acceptés sans aucune condition particulière.	06 27 28 31 70 schayanedanse@orange.fr
Musculation			
Musculation Chambéry 73 Le Stadium 275 route de Saint Saturnin 73000 Chambéry	Salle en libre-service ouverte toute l'année. Toutes les générations se retrouvent dans ce lieu sportif de proximité, où, autour du sport et de l'effort, on se rejoint autour d'un café dans l'espace convivial. Entraînements à la salle du Stadium, Parc d'Activités de Côte Rouse. Permanences du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 21h et entraînements aux mêmes horaires. L'activité a également lieu lors des vacances scolaires.	Mixte	04 79 85 26 13 chamberyfoot73@cegetel.net http://chamberyfoot73.footeo.com
Parachutisme et parapente			
Parachute Savoie Parachutisme SARL Aéroport de Chambéry Savoie 73420 Viviers-du-Lac	Age minimum 15 ans révolus, visite médicale obligatoire. Tandem au saut, initiation chute libre, départ 4000m, 50 secondes de chute libre à 200 km/heure. Stage PAC (progression accompagnée en chute) du lundi au vendredi. Encadrement diplômé d'Etat. Entraînements à l'aéroport de Chambéry. Permanences tous les jours de 8h à 20h et entraînements d'avril à novembre de 9h à 12h30 et de 14h à 20h. L'activité a lieu également lors des vacances scolaires.	Mixte - à partir de 15 ans révolus avec autorisation écrite des parents pour les mineurs. Les pratiquants occasionnels sont acceptés pour les parachutistes extérieurs avec ou sans leur parachute.	04 79 54 42 93 contact@savoieparachutisme.com www.savoie-parachutisme.com
Parapente Aéroplagne Le Longeray 73160 Saint-Cassin	Venez découvrir le plaisir de voler en parapente, du baptême de l'air, du stage découverte ou du vol randonnée. Encadrement diplôme d'Etat. Chartreuse, Bauges, bassin chambérien et Maurienne. De 8h à 21h. L'activité a également lieu pendant les vacances scolaires.	Mixte - Pour les baptêmes à partir de 6 ans Enseignements parapente à partir de 14 ans (ou dérogation parentale) Les pratiquants occasionnels sont acceptés.	06 08 68 70 21 www.aeroplagne.com
Parapente Club Alpin Français de Chambéry 176 faubourg Maché 73000 Chambéry	Permanences : du mardi au jeudi de 16h30 à 19h les vendredis de 17h à 19h30 les samedis de 9h30 à 11h30.	Mixte - tout public	04 79 68 20 77 info@cafchambery.com www.cafchambery.com

ACTIVITE ORGANISME	DESCRIPTIF HORAIRES	PUBLIC	CONTACTS
Parapente Paraix Route de Lyon 73160 COGNIN	Offrez ou faites-vous offrir un baptême en parapente ... un moment inoubliable où vous pouvez découvrir notre magnifique région et ses splendides panoramas. Sensations et souvenirs garantis. Encadrement diplômé d'Etat. Le Sire (Revard) et Montlambert. 7 jours sur 7. De 9h à 20h. L'activité a également lieu pendant les vacances scolaires.	Mixte – tout public (Pour les baptêmes à partir de 6 ans)	06 07 69 39 98 info@paraix.com www.paraix.com
Speed Riding Aéropagne Le Longeray 73160 Saint-Cassin	Venez découvrir l'hiver à la Plagne le plaisir de voler en parapente, du baptême de l'air, du stage découverte ou du vol randonnée. Encadrement diplômé d'Etat. La Plagne uniquement l'hiver. Horaires de permanence : de 8h à 21h L'activité a également lieu pendant les vacances scolaires.	Mixte - Pour les baptêmes à partir de 6 ans Enseignements parapente à partir de 14 ans (ou dérogation parentale) Les pratiquants occasionnels sont acceptés.	06 08 68 70 21 www.aeroplagne.com
Planeur			
Planeur Centre Savoyard de Vol à Voile Alpin Aérodrome de Challes-les-Eaux Route de Barby 73190 Challes-les-Eaux	Le vol à voile est le nom savant associé à la pratique du vol en planeur qui dissocie cette activité de celles de l'aéromodélisme ou du vol libre et permet de voler sans moteur ni autre énergie qu'avec les courants aériens ascendants. Permanences tous les jours de 9h30 à 11h30.	Mixte - à partir de 15 ans	04 79 72 97 19 secretariat@planeur-challes.fr www.planeur-challes.fr
Qi Gong			
Chickong et Méditation Karaté Kobudo Taïchi club Chambéry Gymnase Monge Avenue Marius Berroir 73000 Chambéry	Discipline millénaire chinoise dont le but est d'harmoniser la circulation de l'énergie dans le corps pour rester en bonne santé. Pendant la pratique, il suffit d'être conscient de ses gestes et de la respiration pour stimuler l'activité des méridiens. Entraînements au gymnase du lycée du Rocher. Entraînements le jeudi soir.	Mixte - à partir de 16 ans	04 79 71 55 29 kktc@free.fr http://kktc.free.fr
Qi Gong Foyer des Jeunes de Barberaz Ecole de la Concorde 8 rue de la Concorde 73000 Barberaz	Antique méthode énergétique chinoise de santé. Au 2ème étage de l'école. Permanences le jeudi de 18h à 19h30, entraînements le mardi et le mercredi de 19h30 à 21h.	Mixte - adultes	06 10 94 31 17 foyerbarberaz@voila.fr

ACTIVITE ORGANISME	DESCRIPTIF HORAIRES	PUBLIC	CONTACTS
Qi Gong Karaté Club de Chambéry 185 quai des Allobroges 73000 Chambéry	Art chinois reposant sur l'harmonie entre respiration, mouvement et concentration. Entraînements : les lundis de 12h30 à 13h30 les jeudis de 18h30 à 19h30, 20h à partir de 2 ^e année	Mixte - à partir de 15 ans	04 79 62 13 14
Qi Gong Gingko Biloba Maison des Associations 67 rue Saint François de Sales 73000 Chambéry	Discipline millénaire liée à la médecine chinoise qui permet une meilleure circulation de l'énergie dans le corps et amène une meilleure santé, un meilleur équilibre. Permanences et entraînements le lundi entre 11h et 13h15, de 16h à 17h30, de 18h à 20h, le mercredi de 20h à 21h30, le jeudi de 9h15 à 10h30, de 18h15 à 19h15 et de 19h30 à 21h.	Mixte - adolescents - adultes	04 79 71 51 20
Randonnée pédestre			
Randonnée pédestre Neige et Montagne Gymnase de l'Epine 2349 avenue René Cassin 73290 La Motte-Servolex	Le club organise des randonnées conviviales où chacun, à son rythme, découvre et profite du milieu. Les trajets s'effectuent en covoiturage. Selon la météo, ainsi qu'en dessous de 5 participants les sorties peuvent être annulées. Permanences les lundis de 18h à 19h hors vacances scolaires.	Mixte - tout public	04 79 65 18 28 www.neige-montagne.org
Randonnée pédestre Traces et nature 109 route de la Grobelle 73000 Jacob-Bellecombette	Randonnées dans les massifs des Bauges, de la Chartreuse, du Beaufortain/Val d'Arly, Aravis, Tarentaise, Maurienne et Suisse (Valais). Sorties organisées le plus souvent sur le vendredi, samedi et dimanche.	Mixte - De 8 à 88 ans Les pratiquants occasionnels sont acceptés sans condition.	04 79 96 01 04 traces-et-nature@orange.fr http://pagesperso-orange.fr/traces-et-nature/
Randonnée pédestre Club Alpin Français de Chambéry 176 faubourg Maché 73000 Chambéry	Participez aux sorties du CAF de Chambéry ! Randonnées sur 1, 2 ou plusieurs jours. Les renseignements sont à prendre auprès du responsable de la sortie. Permanences : du mardi au jeudi de 16h30 à 19h les vendredis de 17h à 19h30 les samedis de 9h30 à 11h30.	Mixte - tout public	04 79 68 20 77 info@cafchambery.com www.cafchambery.com
Randonnées pédestres Alerte chambérienne 99 rue Pasteur 73000 Chambéry	Découverte de la nature et des différents massifs de la région été comme hiver avec un accompagnateur en montagne. Les randonnées ont lieu de septembre à juin.	Mixte - Tout public	06 62 27 04 59 www.alertechamberienne.fr sectorando.canalblog.com

ACTIVITE ORGANISME	DESCRIPTIF HORAIRES	PUBLIC	CONTACTS
Raquettes à neige			
Raquettes à neige Alerte chambérienne 99 rue Pasteur 73000 Chambéry	Découverte de la nature et des différents massifs de la région avec un accompagnateur en montagne.	Mixte - Tout public	06 62 27 04 59 www.alertechamberienne.fr seccionando.canalblog.com
Raquettes à neige Traces et nature 109 route de la Grobelle 73000 Jacob-Bellecombette	Découvrir la montagne enneigée et ses paysages féériques, évoluer dans un univers feutré, endormi et néanmoins vivant, se couper du quotidien et retrouver l'authenticité... en un mot, vivre l'aventure paisible ! Activité se pratiquant dans les Bauges, Chartreuse, Maurienne, Tarentaise, Beaufortain, Val d'Arly, Aravis et Suisse (Valais).	Mixte - De 8 à 88 ans Les pratiquants occasionnels sont acceptés sans condition particulière.	04 79 96 01 04 traces-et-nature@orange.fr http://pagesperso-orange.fr/traces-et-nature/
Raquettes à neige Neige et Montagne Gymnase de l'Epine 2349 avenue René Cassin 73290 La Motte-Servolex	Les week-end de janvier à mai, un accompagnateur en montagne diplômé vous emmène pour des randos faciles ou sportives par des itinéraires connus de lui seul. Il vous fait découvrir les plus beaux aspects de la montagne. Permanences les lundis de 18h à 19h, hors vacances scolaires.	Mixte - tout public	04 79 65 18 28 www.neige-montagne.org
Raquettes à neige Club Alpin Français de Chambéry 176 faubourg Maché 73000 Chambéry	Permanences : du mardi au jeudi de 16h30 à 19h les vendredis de 17h à 19h30 les samedis de 9h30 à 11h30.	Mixte - tout public	04 79 68 20 77 info@cafchambery.com www.cafchambery.com
Rink Hockey			
Rink Hockey Hockey Club de Chambéry Espace Pierre Cot quai des Allobroges 73000 Chambéry	Le jeu de rink-hockey se pratique sur une piste rectangulaire et est disputé entre 2 équipes de 5 joueurs chacune, dont un est le gardien de but. Les joueurs chaussent des patins à roulettes et utilisent une crosse pour jouer à la balle. Permanences au 06 43 49 74 04 ou 04 79 85 60 71 Entraînements le mardi de 19h à 20h30, le mercredi de 18h à 19h30 et le samedi de 14h à 16h pour les jeunes ; le mardi de 20h30 à 22h et le vendredi de 20h à 22h pour les seniors.	Mixte - Baby jusqu'à seniors	04 79 85 60 71 hockey-club-chambery@hotmail.fr www.hockeyclubchambery.fr
Rugby			
Rugby SO Chambéry Rugby Stade Mager Route de la Labiaz BP 70835 73000 Chambéry	Cours collectif - Encadrement Diplômé d'Etat Permanences du lundi au vendredi au siège, route de la Labiaz. Ecole de rugby le mercredi et le samedi de 14h à 18h selon les catégories. L'activité a lieu lors des vacances scolaires pour les 15 ans et plus.	Mixte - De 6 ans à seniors Les pratiquants occasionnels sont acceptés sur présentation d'une licence/assurance en cours.	04 79 85 78 80 socrugby@wanadoo.fr www.soc-rugby.com

ACTIVITE ORGANISME	DESCRIPTIF HORAIRES	PUBLIC	CONTACTS
Self-défense			
Self-défense Karaté Club de Chambéry 185 quai des Allobroges 73000 Chambéry	Entraînements : les lundis de 18h30 à 20h les mardis de 12h30 à 13h30 les mercredis de 19h40 à 20h40 les vendredis de 18h30 à 20h	Mixte - à partir de 15 ans	04 79 62 13 14
Ski Alpin			
Ski Alpin Ski Snow USCC 319 place de la Gare 73000 Chambéry	Sorties du mercredi pour enfants nés à partir de 2005 ; 1/2 journée et en journée en fin de saison. Passage de tests ESF. Tous niveaux. Compétition tout âge. Entraînements le mercredi et le dimanche. Encadrement assuré par des bénévoles brevetés FFS. Sorties et entraînements aux stations des Aillons Margériaz et des Karellis. Permanences le lundi de novembre à mi-avril de 17h à 18h30. Entraînements les mercredis lors des sorties loisir pour enfants et tous les dimanches en saion. L'activité a lieu pendant les vacances scolaires uniquement pour la compétition.	Mixte - tout public - tout âge à partir de 2005	04 79 69 04 87 uscc-ski@wanadoo.fr www.skisnowuscc.fr
Ski Alpin Club Alpin Français de Chambéry 176 faubourg Maché 73000 Chambéry	Permanences : du mardi au jeudi de 16h30 à 19h les vendredis de 17h à 19h30 les samedis de 9h30 à 11h30.	Mixte - tout public	04 79 68 20 77 info@cafchambery.com www.cafchambery.com
Ski Alpin Neige et Montagne Gymnase de l'Epine 2349 avenue René Cassin 73290 La Motte-Servolex	Des sorties familiales sont proposées le dimanche à la journée de janvier à avril dans les plus belles stations de la région. La journée en station est libre. L'inscription au club peut se faire tout au long de l'année. Permanences les lundis de 18h à 19h, hors vacances scolaires.	Mixte - à partir de 7 ans	04 79 65 18 28 www.neige-montagne.org
Ski alpin Ski Compétition Chambéry Maison des Associations Boîte G5 67 rue St François de Sales 73000 Chambéry	Encadrés par des professionnels du ski, les sorties du mercredi après-midi et du samedi matin permettent dès l'âge de 5 ans au pré-club et 7 ans au club de faire des courses le week-end. La station d'entraînement est Aillons Margériaz. Entraînements le mercredi après-midi, départ 12h30 et retour à 18h, le samedi matin départ à 8h30 et retour à 14h par bus. L'activité a lieu pendant les vacances scolaires sous forme de stage.	Mixte - à partir de 5 ans	04 79 25 63 85 / 06 12 32 69 95 ski-competition-chambery@gmail.com ski-competition-chambery.fr
Ski Alpinisme			
Ski Alpinisme Club Alpin Français de Chambéry 176 faubourg Maché 73000 Chambéry	Permanences : du mardi au jeudi de 16h30 à 19h les vendredis de 17h à 19h30 les samedis de 9h30 à 11h30.	Mixte - tout public	04 79 68 20 77 info@cafchambery.com www.cafchambery.com

ACTIVITE ORGANISME	DESCRIPTIF HORAIRES	PUBLIC	CONTACTS
Ski nautique – Wake Board			
Ski nautique Ecole de Wake du Bourget du Lac Port des Mirandelles Boulevard du Lac 73370 Le Bourget-du-Lac	Association sportive avec comme objectif la promotion et le développement des sports nautiques tractés par un bateau. Venez vous initier ou vous perfectionner au bi-ski, monoski, wake board, wake skate et une discipline récente le wake surf. Du 01/05 au 30/09 : ouvert tous les jours (Permanence et entraînement sur rendez-vous. L'activité a également lieu pendant les vacances scolaires.).	Mixte - à partir de 8 ans	06 50 70 92 27 contact@wake-lacdubourget.com www.wake-lacdubourget.com
Wake Board Ecole de Wake du Bourget du Lac Port des Mirandelles Boulevard du Lac 73370 Le Bourget-du-Lac	Association sportive avec comme objectif la promotion et le développement des sports nautiques tractés par un bateau. Venez vous initier ou vous perfectionner au bi-ski, monoski, wake board, wake skate et une discipline récente le wake surf. Du 01/05 au 30/09 : ouvert tous les jours. Permanence et entraînement sur rendez-vous. L'activité a également lieu pendant les vacances scolaires	Mixte - à partir de 8 ans	06 50 70 92 27 contact@wake-lacdubourget.com www.wake-lacdubourget.com
Snowboard			
Snowboard Ski Snow USCC 319 place de la Gare 73000 Chambéry	Sorties du mercredi pour enfants nés à partir de 2005 en 1/2 journée et journée en fin de saison. Tous niveaux, passage de tests ESF. Encadrement assuré par des bénévoles brevetés FFS. Sorties au Karellis et au Margériaz. Entraînements aux stations des Aillons Margériaz et des Karellis. Permanences le lundi de novembre à mi-avril de 17h à 18h30.	Mixte - Tout public - Tous âges à partir de 2005.	04 79 69 04 87 uscc-ski@wanadoo.fr www.skisnowuscc.fr
Tae Kwon Do			
Tae Kwon Do Chambéry Taekwondo Gymnase Jules Ferry 222 faubourg Montmélian 73000 Chambéry	Le taekwondo est un art Martial basé sur la souplesse, du self-défense, la maîtrise de soi. Sport olympique. Permanence par téléphone en journée. Entraînements pour les enfants le lundi et le jeudi de 18h15 à 19h15 et pour les adultes le lundi de 19h15 à 20h30 et le jeudi de 19h30 à 20h45.	Mixte - à partir de 7 ans Les pratiquants occasionnels sont acceptés.	06 60 11 34 07 chamberytkd@gmail.com
Taï Chi Chuan			
Taï Chi Chuan Karaté Kobudo Taïchi club Chambéry Gymnase Monge Avenue Marius Berroir 73000 Chambéry	Une méditation en gestes, un résumé de mille ans de sagesse chinoise. Il se présente comme une série de séquences de mouvements circulaires, très doux, très lents, coordonnés et continus. Entraînements au gymnase du Lycée Monge et le gymnase du lycée du Rocher le lundi et le mercredi soir (+ un cours pratiquants avancés le vendredi soir).	Mixte - à partir de 16 ans	04 79 71 55 29 kktc@free.fr http://kktc.free.fr
Taï Chi Chuan Karaté Club de Chambéry 185 quai des Allobroges 73000 Chambéry	Entraînements : les mardis de 18h30 à 20h (2ème et 3ème année) les mercredis de 18h25 à 19h25 (débutants) les vendredis de 12h30 à 13h30 (tous niveaux)	Mixte - à partir de 15 ans	04 79 62 13 14

ACTIVITE ORGANISME	DESCRIPTIF HORAIRES	PUBLIC	CONTACTS
Taï Chi Chuan Gingko Biloba Maison des Associations 67 rue Saint François de Sales 73000 Chambéry	Discipline traditionnelle de la Chine ancienne qui procure une relaxation profonde, une régulation progressive des fonctions respiratoires, digestives, énergétiques. Permanences et entraînements le lundi entre 11h et 13h15, de 16h à 17h30, de 18h à 20h, le mercredi de 20h à 21h30, le jeudi de 9h15 à 10h30, de 18h15 à 19h15 et de 19h30 à 21h..	Mixte - adolescents - adultes	04 79 71 51 20 agnes.cath@neuf.fr
Tai Ji Quan Foyer des Jeunes de Barberaz Foyer Hubert Constantin 14 rue Centrale 73000 Barberaz	Art de vie, art martial, maîtrise de l'énergie interne. Permanences tous les jeudis de 18h à 19h30. Entraînements au Foyer Hubert Constantin (confirmés) , les lundis de 19h30 à 21h (confirmés).	Mixte - adultes	06 10 94 31 17 foyerbarberaz@voila.fr
Tennis			
Tennis Tennis Club de Chambéry 193 allée du Colombier Parc de Buisson Rond 73000 Chambéry	Pratique du tennis en loisir et compétition. Club ouvert à tous toute l'année. Une école de tennis de 150 enfants et des stages pour adultes. Parc de Buisson rond, à côté de la piscine couverte, parking gratuit. Permanences tous les jours de la semaine de 9h à 20h non stop. L'activité a également lieu pendant les vacances scolaires.	Mixte - tout public à partir de 4 ans	04 79 33 22 82 tennisclubchambery@voila.fr www.tennischambery.com
Tennis USCC Tennis Stade du Biollay 282 chemin du Biollay 73000 Chambéry	Le tennis au stade du Biollay est pratiqué sur deux terrains en terre battue non couverts, tarifs très attractifs. Pas de permanence, uniquement sur RDV. L'activité a lieu également lors des vacances scolaires.	Mixte - tous les âges Location de terrain à l'heure sous réserve (matériel : chaussures, disponibilité encadrement club...)	06 22 25 87 93 uscc-tennis@orange.fr
Tennis Tennis Club de Barberaz 1 avenue du Stade 73000 Barberaz	5 courts, 2 terre battue synthétique, éclairage 3 courts, club house, douche, vestiaire, parking. Permanences tous les jours de 16h à 19h et le week-end de 10h à 19h. L'activité a également lieu lors des vacances scolaires.	Mixte – tous âges à partir de 5 ans.	04 79 85 85 54 - 06 14 28 35 28 tennis-club-barberaz@wanadoo.fr www.club.fft.fr.tc.barberaz/
Tennis Chambéry 73 Le Stadium 275 route de Saint Saturnin 73000 Chambéry	Dans le cadre de l'association "Fête le mur", fondée par Yannick Noah, cours gratuits les mercredis et samedis après-midi. Permanences du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 21h. Entraînements au Stadium, Parc d'Activités de Côte Rousse le mercredi de 10h à 12h et de 14h à 18h et le samedi de 14h à 18h.	Mixte - de 6 à 16 ans	04 79 85 26 13 chamberyfoot73@cegetel.net chamberyfoot73.footeo.com

ACTIVITE ORGANISME	DESCRIPTIF HORAIRES	PUBLIC	CONTACTS
Trampoline			
Trampoline Les Gentianes Bleues Palestre Jacques Lapeyre Square Jacques Lapeyre 73000 Chambéry	Cours de trampoline.	Mixte - à partir de 9 ans	04 79 60 03 60 gentianesbleues@wanadoo.fr www.lesgentianesbleues.com
Volley-ball			
Volley-ball Volley Club de Bassens Gymnase Municipal Route de Verel 73000 Bassens	Pratique du volley-ball en loisirs et compétition dans le championnat départemental FSGT de Savoie. Accessible à tous niveaux, du débutant au joueur confirmé. Permanences chaque mercredi à partir de 20h de septembre à juin et entraînements chaque mercredi de 20h à 23h. L'activité a également lieu pendant les vacances scolaires.	Mixte - A partir de 18 ans Possibilité de participation pour les pratiquants occasionnels avec prise d'une assurance de 3€ par jour.	06 69 54 66 86 http://volleyclub.bassens.free.fr dede.raid@hotmail.fr
Volley-ball USCC Sport Loisirs Gymnase du Lycée Vaugelas Rue Georges-Marie Raymond 73000 Chambéry	Cours de volley-ball. Permanences tous les jours par téléphone. Entraînements le mercredi de 20h à 22h au gymnase Vaugelas (salle B).	Mixte - à partir de 18 ans	04 79 62 50 42
Yoga			
Yoga Gymnastique volontaire des Combes Gymnase des Combes Rue des Combes 73000 Chambéry	Pour être bien dans son corps et dans sa tête, le yoga, outil de bonne santé, peut être pratiqué à tout âge. Entraînements au Gymnase des Combes à Chambéry le Haut Permanences le jeudi de 18h à 19h30. Entraînements le lundi de 18h à 19h15 et le jeudi de 8h45 à 10h.	mixte - Pour tous, jeunes et adultes	04 79 72 21 20 (secrétaire) luc.ardouin@aliceadsl.fr
Yoga USCC Sport Loisirs Centre multiactivités du Biollay 283 chemin du Biollay 73000 Chambéry	Cours de yoga, encadrement diplômé d'Etat. Permanences tous les jours par téléphone. Entraînements le lundi de 19h à 20h15	Mixte - De 18 à 79 ans	04 79 62 50 42
Yoga Association Vivre en Yoga Maison des Associations 67 rue Saint François de Sales 73000 Chambéry	Conscience respiratoire par des techniques simples. Conscience corporelle postures adaptées dans le respect et ressenti des corps. Travail avec le son et la voix. Relaxation détente profonde. Méditation pour retrouver l'alignement vertébral, le dos se rééduque. Calme, énergie, bien-être. Cours à la Maison des Associations le lundi de 14h à 15h30, le mardi de 20h à 21h30, le mercredi de 12h30 à 13h30. Le lundi et le vendredi de 9h15 à 10h30 à Challes-les-Eaux et le jeudi de 18h15 à 19h30 et de 20h à 21h au Bourget du Lac. Stage de 14h30 à 18h le 3ème samedi du mois. L'activité a également lieu pendant les vacances scolaires.	Ouvert à toutes et à tous, à tout âge. Accessible à tous, aucune expérience n'est requise. Les pratiquants occasionnels sont acceptés, cours à la séance : 13 € Stage le samedi après-midi : 35 €	04 79 33 27 51 06 34 57 05 38 irenem.yoga@voila.fr

ACTIVITE ORGANISME	DESCRIPTIF HORAIRES	PUBLIC	CONTACTS
Yoga Foyer des Jeunes de Barberaz Foyer Hubert Constantin 14 rue Centrale 73000 Barberaz	<p>Pour être bien dans son corps et dans sa tête, le yoga, outil de bonne santé, peut être pratiqué à tout âge. Permanences le jeudi de 18h à 19h30.</p> <p>Cours le lundi de 18h à 19h15 et le jeudi de 8h45 à 10h au foyer Hubert Constantin.</p>	<p>Mixte – Pour tous, jeunes et adultes</p>	<p>06 10 94 31 17</p>
Yoga Ginkgo Biloba Maison des Associations 67 rue Saint François de Sales 73000 Chambéry	<p>Permanences et entraînements le lundi entre 11h et 13h15, de 16h à 17h30, de 18h à 20h, le mercredi de 20h à 21h30, le jeudi de 9h15 à 10h30, de 18h15 à 19h15 et de 19h30 à 21h.</p>	<p>Mixte - adolescents - adultes</p>	<p>04 79 71 51 20 agnes.cath@neuf.fr</p>
Yoga Derviche EUGES La Jacobelle Rue de la mairie 73000 Jacob-Bellecombette	<p>Vous souhaitez vous libérer du stress, retrouver calme et équilibre. Le Yoga Derviche vous propose une séance de mouvements (étirements, retour au calme, danse, mouvements méditatifs, relaxation) en musique accessible à tous, d'une durée d'1h15.</p> <p>Cours à La Jacobelle à Jacob Bellecombette, le lundi de 19h15 à 20h30 et à la salle Sainte Thérèse à Bassens, le mercredi de 19h15 à 20h30.</p>	<p>Mixte - adultes -Tous âges jusqu'à 77 ans.</p>	<p>06 80 27 40 33 ines.bonnal@wanadoo.fr</p>