



# GUIDE DES SPORTS

## 2020-2021



**petits-fils**  
services aux grands-parents

Il n'y a pas  
que les super-héros  
qui portent un masque...

**Les meilleures  
auxiliaires de vie  
sont toujours  
chez Petits-fils !**

Aide à domicile  
pour les personnes âgées

Agence de Saint-Maur-des-Fossés  
01 84 04 03 60 [petits-fils.com](http://petits-fils.com)

*Flo*  
*Gourmandises*  
**ARTISAN BOULANGER - PATISSIER - TRAITEUR**  
**Boileau Florence**  
7 avenue du Bel Air  
94100 Saint Maur des Fossés  
Tél : 01.48.89.38.27 // Fax : 09.89.04.84.28  
Notre site : [www.flo-gourmandises.com](http://www.flo-gourmandises.com)

**SOUFFLET**  
GRAVURE sur METAUX et PLASTIQUES

*Coupes, trophées, médailles*

José TAVARES

100, boulevard de Crèten - 94100 SAINT MAUR  
Tél : 01 48 36 29 36 - Fax : 01 48 03 06 83  
[soufflet.gravure@wanadoo.fr](mailto:soufflet.gravure@wanadoo.fr)



PARTENAIRE BRONZE  
DE LA VGA SAINT-MAUR

**SM BUREAUTIQUE**

Vente  
Location  
Sav  
Photocopieurs  
Fax  
Imprimantes  
Imprimantes 3D  
Consommables

à Saint-Maur-des-Fossés

Contactez-nous au  
01 55 96 18 18

[contact@sm-bureautique.fr](mailto:contact@sm-bureautique.fr)  
[www.smbureautique.com](http://www.smbureautique.com)

Nul n'est censé vous ignorer

La VGA Saint-Maur est une association sportive (loi du 1<sup>er</sup> juillet 1901) reconnue d'utilité publique, membre de la Fédération Française des Clubs Omnisports, subventionnée par la ville de Saint-Maur-des-Fossés, par le Conseil Départemental du Val-de-Marne, par le Conseil Régional Ile-de-France et par le Ministère des Sports (CNDS).



# NOS COORDONNÉES



**VGA SAINT-MAUR OMNISPORTS**  
**8 avenue du Nord 94100 Saint-Maur**

## Horaires d'ouverture

Lundi : fermé au public le matin, 14h-17h30  
Mardi : 9h-12h30, fermé au public l'après-midi  
Mercredi : fermé au public, 14h-17h30  
Jeudi : fermé au public  
Vendredi : 9h-12h30, fermé au public l'après-midi  
Samedi : 9h-12h30

01 48 83 44 24

secretariat@vga-fr.org

www.vga-fr.org 

+ DE 300 VIDÉOS

**You Tube**

VGA Saint-Maur  
Omnisports

**ABONNEZ-VOUS !**



## **FORUM DES SPORTS**

**le dimanche 30 août 2020 de 10h à 17h**

*8 avenue du Nord, parking gratuit derrière le Centre Sportif Brossolette*

# LES MEMBRES DU CONSEIL D'ADMINISTRATION

**Président de la VGA**

Jean-François BEDU

**Présidente-adjointe**

Christine SILORET

**Vice-présidents**

Pascal DURAND et Yves TOUSSAINT

**Trésorier général**

Christian DANIAULT

**Trésoriers généraux adjoints**

Emmanuel FLEURY et Jean-Pierre MÉDEVIELLE

**Secrétaire générale**

Marie-José GONZALEZ

**Secrétaire générale adjointe**

Marie-Françoise PRUGNAT

**Médecin référent**

Pierre GARCON

**Membres du CA**

Bertrand COTTINI, Alain FREUDBERG, Guy LOUANDRE,  
Alaric MESTRE DE LAROQUE, Jean-Luc MUZARD, Anne  
ROMAIN

aby  
SPORT

# MAGASIN DE SPORT

38 bis, Avenue du Bac - 94210 La Varenne St-Hilaire



**-10%\***  
pour les adhérents  
de la **VGA**

\* Hors soldes et promotions

Ouvert du mardi au vendredi de 10h00/12h30 - 15h00/19h30  
Samedi de 10h00/13h00 - 14h30/19h30, Dimanche de 10h00/13h00

En boutique ou sur internet : [www.abysport.com](http://www.abysport.com)  
venez découvrir tous nos articles !



MATÉRIEL MICRO INFORMATIQUE  
CONCEPTION DE LOGICIEL  
MAINTENANCE DE PARC ET RÉSEAUX  
INTÉGRATEUR DE LOGICIEL SAGE®

**Fournisseur et installateur  
Matériels informatique**

- Serveurs
- PC - Portables
- Imprimantes

**Caméra de surveillance**

**Matériel réseau**

- Switch / Firewall
- Baie de brassage
- Routeur Internet
- Wifi

**Maintenance de parc et réseau  
micro-informatique**

**Intégrateur de logiciels SAGE  
(Comptabilité - Paye - Gestion)**

**Conception et réalisation de  
logiciels spécifiques**

**Formation sur logiciels de  
bureautique**

[WWW.PAC-INFORMATIQUE.COM](http://WWW.PAC-INFORMATIQUE.COM)

8 RUE BECQUEREL 75018 PARIS

01 42 58 53 72

[pac@pac-informatique.com](mailto:pac@pac-informatique.com)

# SOMMAIRE

Le mot du Président	7	Sports d'Eau	41
Le sport haut niveau individuel	8	<i>Nagez Forme Santé</i>	41
Le sport haut niveau collectif	9	<i>Nagez Forme Bien-Être</i>	42
Les aides financières	10	<i>Bébés nageurs</i>	43
Les stages de vacances	11	<i>École des Sports d'Eau</i>	43
Aïkido École Nocquet / Iaido	12	<i>Natation course</i>	44
Aïkido École Tamura	13	<i>Natation artistique</i>	44
Athlétisme / Marche nordique	14	<i>Plongeon</i>	45
Badminton	15	<i>Water-Polo</i>	45
Basket	16	Taï-Chi / Qi Gong / Pilates	46
Boules parisiennes	17	Tennis	47
Boxe anglaise	18	Tennis de table	48
Boxe thaï / Muay Thaï	19	Voile / Paddle	49
Danse	20	Volley	50
ÉPIS	21	Yoga Hatha	51
Escrime	22	Yoga Kids	52
Football féminin	23	Yoga Vinyasa	52
Football masculin	24	Soutenez la VGA Saint-Maur	53
Golf	25		
Gymnastique	26		
Gymnastique rythmique	27		
Haltérophilie	28		
Handball	29		
Judo (SMUS)	30		
Karaté	31		
Multisports Bien-Être	32		
Musculation	33		
Pentathlon / Triathlon	34		
Pétanque	35		
Randonnée	36		
Rugby	37		
Sport Handicap	38		
Sport Santé	39		
Sport sur ordonnance	40		

**kangourou kids**

**Garde d'enfants**  
**à domicile**

**SAINT-MAUR / LA VARENNE**

Partenaire de la  
**VGA Saint-Maur**

**50 %**  
de frais d'adhésion à  
Kangourou Kids offerts

**01 41 95 83 65**  
kangouroukids.fr

Retrouvez vos avantages exclusifs chez les  
**COMMERÇANTS PARTENAIRES \***



\* Sur présentation d'un justificatif  
d'inscription ou de la carte d'adhérent  
de la VGA Saint-Maur

Liste des commerçants  
partenaires en ligne sur



**INTERSPORT**<sup>®</sup>  
BONNEUIL SUR MARNE

11 Avenue des Roses  
ZAC des Petits Carreaux  
94380 Bonneuil-sur-Marne  
01 88 15 00 00

Ouvert tous les jours 10h-20h  
et 10h - 19h30 le dimanche

Votre partenaire sport

Toute l'année **20%**  
de remise pour les  
adhérents VGA

\*hors réplis, gros matériel et électronique / 15% sur le vélo

# LE MOT DU PRÉSIDENT



Sportives, sportifs, parents, encadrants et bénévoles,

Une saison bien particulière vient de se terminer.

Tout d'abord, une pensée à tous ceux qui auront été touchés par la COVID-19 et un grand remerciement aux soignants et aux bénévoles venus en soutien au personnel hospitalier.

Nos premiers sélectionnés olympiques ont gardé le moral malgré le report des Jeux Olympiques de Tokyo 2020 et repris l'entraînement dès que les conditions sanitaires leur ont permis de le faire. Les résultats sportifs de cette saison ne sont pas à la hauteur de nos espérances du fait de l'interruption prématurée des compétitions. Toute la VGA Saint Maur soutiendra nos sportifs au cours de cette nouvelle saison.

Nous n'avons pas oublié tous nos adhérents privés d'activité. Grâce aux moyens de communication à distance, dans la mesure du possible, un lien a été gardé avec eux : nos éducateurs ont proposé des séances vidéo d'entretien physique et dès la levée du confinement, des séances de réathlétisation ouvertes à tous ont été organisées jusqu'au 17 juillet.

Nos partenaires institutionnels et privés nous ont apporté leur soutien en cette période hors du commun et nous ont permis de rester attentifs aux différentes consignes à observer et à faire respecter.

C'est grâce à vous, pratiquants sportifs ou de loisirs et parents qui nous faites confiance, que nos bénévoles ont foi en leur engagement et continueront à se dévouer pour vous tous et œuvreront pour que cette vieille dame de plus de 100 ans reste dynamique et sportive.

Nous attendons avec impatience les directives préfectorales et municipales qui nous permettront de vous communiquer les plannings de vos sports préférés et ainsi vous donner la possibilité de vous inscrire.

Je vous souhaite une saison 2020/2021 pleine d'espérance, tout en restant vigilants et respectueux des consignes sanitaires qui nous seront données : il en va de la santé de tous.

Jean-François BEDU, Président de la VGA Saint-Maur

# LE SPORT HAUT-NIVEAU INDIVIDUEL



En 2019/2020, la VGA Saint-Maur comptait **33 sportifs haut-niveau (SHN)**, classés sur les listes ministérielles, ainsi qu'une sportive internationale. Plusieurs d'entre eux ont pu suivre les conseils d'un coach en préparation mentale mis à disposition par la VGA Saint-Maur.

LISTE	SECTIONS	SPORTIFS
<b>Internationale</b>	<b>ESCRIME</b>	<b>BESBES Sarra</b>
Elite	PENTATHLON MODERNE	BELAUD Valentin
Elite	HALTEROPHILIE	MICHEL Anaïs
Elite	SPORTS D'EAU	AUFFRET Benjamin
Elite	HALTEROPHILIE	KINGUE MATAM Bernardin Ledoux
Senior	SPORTS D'EAU	NAJI Maïssam
Senior	SPORTS D'EAU	CELY Damien
Senior	SPORTS D'EAU	KALONJI Alaïs
Senior	HALTEROPHILIE	TCHAKOUNTE Dora
Relève	BADMINTON	GAUDIN Yanis
Relève	BADMINTON	VERCELOT Emilie
Relève	TENNIS DE TABLE	CHEVALLIER Clémence
Collectifs nationaux	SPORTS D'EAU	HUCK Elise
Collectifs nationaux	ESCRIME	BOUILLOT Hippolyte
Collectifs nationaux	SPORTS D'EAU	GILLET Jade
Collectifs nationaux	FOOTBALL	NADO Kate
Collectifs nationaux	FOOTBALL	CHAPELLE Kenza
Collectifs nationaux	TENNIS DE TABLE	PAPEGAY Clément
Collectifs nationaux	SPORTS D'EAU	GILLET Naïs
Collectifs nationaux	ESCRIME	CONRAD Nicolas
Collectifs nationaux	BOXE	BERTOGAL Calvin
Espoirs	BADMINTON	ROUX Edgar
Espoirs	HANDBALL	BEKROU BREGA Kerane
Espoirs	FOOTBALL	MARIGNY Laetitia
Espoirs	HANDBALL	FAUVARQUE Laura
Espoirs	FOOTBALL	STEFUT Loredana
Espoirs	HANDBALL	MARIN Luna
Espoirs	FOOTBALL	MPOME Maelys
Espoirs	PENTATHLON MODERNE	LAVILLAT Diego
Espoirs	HANDBALL	TOURIGNY Camille
Espoirs	BADMINTON	HOAREAU Nicolas
Espoirs	HALTEROPHILIE	GARNIER Samuel
Espoirs	FOOTBALL	KASSI Sarah
Relève	HANDBALL	KOUYAYA Maëlys

# LE SPORT HAUT-NIVEAU COLLECTIF

Durant la saison 2020-2021, la VGA Saint-Maur comptera **plus de 20 équipes** évoluant en haut niveau collectif, dans 12 disciplines sportives.

SPORT	NIVEAU 2019-2020	FÉDÉRATION
Badminton	N2	FFBad
Basket	N3 masc	FFBB
Escrime	N1 Épée masc	FFE
Escrime	N1 Épée fém	FFE
Foot masculin	Excellence	FFF
Football féminin	D2	FFF
Gymnastique	DN1 masc	FFG
Gymnastique	Nat A masc	FFG
Gymnastique	Nat A fém	FFG
Gymnastique	Nat Performance fém	FFG
Haltéro	TOP 9 masc	FFH
Haltéro	TOP 9 fém	FFH
Handball	N3 masc	FFHB
Handball	D2 fém VAP	FFHB
Natation synchronisée	N2	FFN
Rugby	Honneur	FFR
Tennis de table	N3 masc	FFF
Tennis de table	N1 fém	FFTT
Volley	N3 masc	FFVB
Volley	N3 fém	FFVB
Water-Polo	N2 masc	FFN

**Tous ces sportifs et toutes ces équipes** sont subventionnés par la ville de Saint-Maur des Fossés, et par le Conseil Départemental du Val-de-Marne.



# LES AIDES FINANCIÈRES À L'INSCRIPTION

Ces aides ne sont **distribuées qu'après l'inscription définitive** de l'adhérent (l'échange de chèque se fera ensuite) **et sur présentation de justificatifs** (copies du justificatif d'inscription 2020/2021, attestation de paiement CAF d'août 2020 et justificatif de domicile).

AIDES	MONTANT	BÉNÉFICIAIRES	OÙ L'OBTENIR
<p>Chèque</p>    	<p><b>25 €</b></p> <p>Distribution à partir du <b>lundi 31 août 2020</b></p> <p>Nombre de chèques <b>limités</b></p>	<p>Jeune ou adulte qui bénéficie de :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• l'allocation de rentrée scolaire (ARS) pour le jeune concerné</li> <li>• l'allocation d'éducation enfant handicapé (AEEH)</li> <li>• l'allocation adulte handicapé (AAH)</li> </ul>	<p><b>VGA Saint-Maur Omnisports</b></p> <p>Située 8 av. du Nord, Saint-Maur</p> <p>Lundi : 14h-17h30 Mardi : 9h-12h30 Mercredi : 14h-17h30 Vendredi : 9h-12h30 Samedi : 9h-12h30</p>
<p><b>Maintien du dispositif non confirmé au moment de l'édition, Concerne uniquement les disciplines sportives</b> (prise de licence au sein d'une fédération sportive agréée par le Ministère des Sports)</p>			
<p>Coupon d'aide à la pratique sportive</p> 	<p><b>60 €</b></p> <p>Distribution à partir du <b>lundi 31 août 2020</b></p>	<p>Jeune ou adulte <b>saint-maurien</b> qui bénéficie de :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• l'allocation de rentrée scolaire (ARS) pour le jeune concerné</li> <li>• l'allocation d'éducation enfant handicapé (AEEH)</li> <li>• l'allocation adulte handicapé (AAH)</li> </ul>	<p><b>Service des Sports de la ville de Saint-Maur</b></p> <p>Situé au Stade Chéron 2 bis av. de Neptune, Saint-Maur</p> <p>Du lundi au vendredi 8h30-12h / 13h30-18h (17h le vendredi)</p>
<p>Forfait Loisirs Jeunes</p> 	<p><b>de 50 € à 70 €</b></p>	<p>Enfants de 3 à 17 ans (quotient familial inférieur à 570 €)</p>	<p><b>Réception à votre domicile d'un courrier de la CAF</b></p>
<p>Forfait 3 F</p> 	<p><b>50 €</b></p>	<p>Jeune ou adulte résidant dans les Résidences des Rives de la Marne gérées par le Groupe 3F</p>	<p>Envoi copies attestation inscription et quittance de loyer à <b>Société 3F - M. RAICHVARG</b> 5 rue Ch de Gaulle <b>94140 ALFORTVILLE</b></p>
<p><b>Autre mode de règlement</b></p> 	<p>Possibilité de régler tout ou partie de la cotisation en chèques vacances ou coupons sport ANCV</p>		

# LES STAGES DE VACANCES



Durant les vacances scolaires, la VGA Saint-Maur organise de nombreux stages de découverte et d'initiation pour vos enfants, **ouverts à tous, qu'ils soient adhérents ou non à l'une de nos sections\***, saint-mauriens ou non.

ACTIVITÉS	Périodes					PUBLICS	CONTACT
	Toussaint	Noël	Hiver	Printemps	Été		
<b>Basket</b> (journées continues)	X	X	X	X	X	de 7 à 18 ans	<b>Club-house de la VGA Basket</b> 09.53.36.68.23 (planning des permanences sur le site) vgabasket@gmail.com www.vga-basket.com
<b>Multisport</b> 5 jours avec hébergement à Jablines	X					+ de 11 ans	<b>Secrétariat de la VGA Omnisports</b> 01.48.83.44.24 secretariat@vga-fr.org www.vga.fr.org
<b>Football masculin</b> (journées continues)	X	X	X	X	X	de 7 à 13 ans	<b>Club-house de la VGA Foot masculin</b> 01.48.83.20.22 (joignable du lundi au samedi de 14h à 17h, sauf le mardi) vga.footmasc@wanadoo.fr www.footvgamasc.fr
<b>Tennis</b> (1h/jour ou ½ journées)	X	X	X	X	X	à partir de 7 ans	<b>Club-house de la VGA Tennis</b> 01.48.85.48.52 <a href="mailto:vgatennis@gmail.com">vgatennis@gmail.com</a>
<b>Tennis de table</b> (journées continues)	X	X	X	X	X	à partir de 7 ans	<b>VGA Tennis de Table</b> 01.48.89.12.60 secretariat.vgatt@yahoo.fr <a href="http://www.vgatt.org">www.vgatt.org</a>
<b>Voile et paddle</b> (½ journées ou journées)	X			X	X	à partir de 7 ans (brevet de 25m obligatoire)	<b>Samy (chef de base)</b> 07.62.54.94.00 vganautisme@bbox.fr Arnaud Vincent (président) 06.61.32.93.10

PLANNING  
NON CONFIRMÉ

\* De nombreuses sections organisent des stages réservés à leurs adhérents (aïkido, athlétisme, badminton, football féminin, gymnastique, handball, karaté, pentathlon, rugby, sports d'eau, taï chi, yoga, etc...). Rapprochez-vous de votre section.

# AÏKIDO ÉCOLE NOQUET ET IAÏDO



**f** VGA Aikido Nocquet  
*À partir de 14 ans*  
*Tous niveaux*  
*Cours d'essai gratuit*  
*Accueil des PSH*

**Centre Sportif Gilbert Noël**  
6 bis avenue Pierre Séward  
**La Varenne**

## COMPOSITION DU BUREAU

Président Jacques GUÉRIN  
Vice-président Emmanuel FLEURY  
Trésorier Jean-Marc BERTHIER  
Secrétaire Sylvie DAUDIN

**Emmanuel FLEURY 06 07 17 15 73**  
**Jacques GUÉRIN (laïdo) 06 62 88 56 94**

## PLANNING ET DATE DE REPRISE

Non connus à ce jour

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

## OÙ ET QUAND S'INSCRIRE

Sur place, aux heures d'entraînement

[vga-fr.org/aikido-nocquet/](http://vga-fr.org/aikido-nocquet/)

## PIÈCES À FOURNIR

1 bulletin d'inscription VGA  
1 certificat médical de non-contre indication à la pratique du sport concerné  
1 autorisation parentale (mineurs)  
2 photos d'identité  
Le règlement complet



## ÉQUIPEMENT

1 keikogi (kimono), sandales

## PROFESSEURS

GUÉRIN Jacques : 3° Dan laïdo et Aïkido DE  
FLEURY Emmanuel : 2° Dan Aïkido BF

# AÏKIDO ÉCOLE TAMURA



 Aikido Joannes

*À partir de 5 ans  
Tous niveaux  
Cours d'essai gratuit*

**Centre Sportif Gilbert Noël**  
6 bis avenue Pierre Séward  
La Varenne

**06 98 09 17 29**

[aikido.vga@gmail.com](mailto:aikido.vga@gmail.com)

[www.aikido-joannes.net](http://www.aikido-joannes.net)

## COMPOSITION DU BUREAU

Président Arnaud DUBOISSET

Vice-Président Alain WERDENSCHLAG

Trésorier Jérôme LALARDIE

Secrétaire Sylvie JOANNES

## PLANNING ET DATE DE REPRISE

Non connus à ce jour

## OÙ ET QUAND S'INSCRIRE

Uniquement en ligne

Paiement en ligne possible



## PIÈCES À FOURNIR

1 certificat médical de non-contre

indication à la pratique de l'aïkido

1 autorisation parentale (mineurs)

2 photos d'identité

Le règlement complet

## ÉQUIPEMENT

1 keikogi (kimono ; possibilité d'en acheter un au club), sandales

## PROFESSEURS

JOANNES Jean-Claude : 7ème Dan  
BEES2

GROSSET Yvon : 3ème Dan BEES1

COMBESCOT Jean-Loup : 1er Dan  
Brevet Fédéral

# ATHLÉTISME / MARCHE NORDIQUE



 **Vga Athlé**

*À partir de 6 ans  
Éveil, loisir ou compétition  
Cours d'essai gratuit*

**Stade Chéron**

**2 bis avenue de Neptune  
Saint-Maur**

## COMPOSITION DU BUREAU

Président Vincent LE BOT

Trésorier François PICARD

Secrétaire Jean-Paul BRUGIRARD

**Vincent LE BOT 06 58 86 81 42**

## PLANNING ET DATE DE REPRISE

Non connus à ce jour

## OÙ ET QUAND S'INSCRIRE

Uniquement en ligne

Paiement en ligne possible



## PIÈCES À FOURNIR

1 bulletin d'inscription VGA

1 certificat médical de non-contre  
indication à la pratique de  
l'athlétisme en compétition

1 photo d'identité (marche nordique  
uniquement)

Le règlement complet

[athletisme@vga-fr.org](mailto:athletisme@vga-fr.org)

[vgastmaur.marchenordique@gmail.com](mailto:vgastmaur.marchenordique@gmail.com)

**[vgaathle.wixsite.com/saint  
maurathle](http://vgaathle.wixsite.com/saintmaurathle)**

*En attente de confirmation*

***La Saint-Maurienne***

***le dimanche 11/10/2020***

*Bike & Run, courses enfants,*

*10 km et marche nordique*

# BADMINTON



VGA - Stella

Badminton St-maur

*À partir de 7 ans  
Pratique en simple ou double  
Minibad, loisir ou compétition*

## COMPOSITION DU BUREAU

<u>Président</u>	Stéphane MASSÉ
<u>Trésorière</u>	Annie GUIONNET
<u>Secrétaire</u>	Patricia BASNIER

## PLANNING ET DATE DE REPRISE

Non connus à ce jour

## OÙ ET QUAND S'INSCRIRE

Uniquement en ligne

Paiement en ligne possible



## PIÈCES À FOURNIR

1 bulletin d'inscription

1 certificat médical de non-contre indication à la pratique du badminton

Livret du licencié FFBA

2 photos d'identité

Le règlement complet

VGA Stella Badminton

Centre Sportif G. Noël

6 bis avenue Pierre Sépard

Gymnase d'Arsonval,  
villa Vernier

[badminton@vga-fr.org](mailto:badminton@vga-fr.org)

[badminton.stellasportsaintmaur.fr](http://badminton.stellasportsaintmaur.fr)



# BASKET



 VGA basket

*À partir de 5 ans  
Baby, loisir ou compétition  
Essai gratuit*

## COMPOSITION DU BUREAU

Président Luc BARNAY  
Trésorière Pascale BELLEC  
Secrétaire Joëlle EUGÉNIE

## PLANNING ET DATE DE REPRISE

Non connus à ce jour

## OÙ ET QUAND S'INSCRIRE

Uniquement en ligne

Paiement en ligne possible



Dépôt des dossiers uniquement pendant les permanences (planning sur le site)

## PIÈCES À FOURNIR

- 1 bulletin d'inscription VGA (document numérisé)
- 1 bulletin de demande de licence FFBB (document numérisé)
- 1 certificat médical de non contre indication à la pratique du basket en compétition
- 1 photo d'identité numérisée
- Le règlement complet

**Salle Paté**  
**30 av. Pierre Brossolette**  
**Saint-Maur**

**Club-house 09 53 36 68 23**

Pas de répondeur. (le mercredi de 17h30 à 19h et le samedi de 10h à 12h en septembre)  
Planning des permanences sur le site

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

[www.vga-basket.com](http://www.vga-basket.com)



# BOULES PARISIENNES



*Tous niveaux  
Essai gratuit*

**Place des Marronniers  
Saint-Maur**

## COMPOSITION DU BUREAU

Président Philippe SOULIER  
Vice-Président Jean LEFEBVRE  
Resp. sportif Christophe CHAUVEAU  
Trésorière Réjane GROMIL  
Secrétaire Serge RUFIE

**Réjane GROMIL 06 27 35 03 94**

[secretariat@vga-fr.org](mailto:secretariat@vga-fr.org)

## DATE DE REPRISE

Fonctionne toute l'année

**[www.vga-fr.org](http://www.vga-fr.org)**

## OÙ ET QUAND S'INSCRIRE

Sur place

## PIÈCES À FOURNIR

1 bulletin d'inscription VGA  
Le règlement complet

JOURS	HORAIRES	CATÉGORIES
Tous les jours	Après-midi	Tous niveaux



# BOXE ANGLAISE – AÉROBOXE



*À partir de 9 ans  
Initiation ou compétition  
Féminines et masculins  
Cours d'essai gratuit*

**Stade des Corneilles  
47 bd des Corneilles  
Saint-Maur**

**09 73 68 56 27**

(le soir de 17h30 à 20h)

[boxeanglaise@vga-fr.org](mailto:boxeanglaise@vga-fr.org)

[www.vga-fr.org](http://www.vga-fr.org)

## COMPOSITION DU BUREAU

Président Mustapha HAMICHE

## PLANNING ET DATE DE REPRISE

Non connus à ce jour

## OÙ ET QUAND S'INSCRIRE

Uniquement en ligne

Paiement en ligne possible



## PIÈCES À FOURNIR

1 bulletin d'inscription VGA

1 demande de licence

2 photos d'identité

Le règlement complet

## ÉQUIPEMENT

1 paire de baskets sans talon, 1 short, 1 tee-shirt.

Pack équipement en vente à la salle  
(1 casque, gants de boxe, 1 protège dents, 2 bandes)

# BOXE THAÏ / MUAY THAÏ



 VGA ST MAUR BOXE THAI

*À partir de 9 ans - Mixte  
De l'initiation à la compétition  
Cours d'essai gratuit*

**Centre Sportif Gilbert Noël**  
6 bis avenue Pierre Semard  
La Varenne

**Club-house 01 48 83 83 28**  
(lun, mer et ven de 18h à 21h)

[thai94box@gmail.com](mailto:thai94box@gmail.com)

[www.muaythai94.com](http://www.muaythai94.com)

## COMPOSITION DU BUREAU

Président Richard NORMAND  
Trésorier Patrick LINSMEIER  
Secrétaire Gérard CORNUEL  
Directeur technique Patrice NEBOUT

## PLANNING ET DATE DE REPRISE

Non connus à ce jour

## OÙ ET QUAND S'INSCRIRE

Sur place aux heures d'entraînement

## PIÈCES À FOURNIR

1 bulletin d'inscription VGA  
1 certificat médical de non-contre  
indication à la pratique du Muay  
Thaï (aucun cours ne sera dispensé  
sans ce justificatif)  
Le règlement complet

## ÉQUIPEMENT

Short de Muay Thaï, gants de boxe,  
mitaines de protections ou bandes,  
protège-dent, protège-tibia-pieds,  
coquille, coudières et casque (pour  
les compétiteurs)

# DANSE



*À partir de 3 ans  
Cours d'essai gratuit*

**Centre Sportif Gilbert Noël  
Centre Sportif Arromanches  
Centre Sportif Brossolette**

## COMPOSITION DU BUREAU

Présidente Yolande MOSER  
Trésorière Torill BALLOUX  
Secrétaire Thierry FLAMANT

*Yolande MOSER 06 30 06 91 99*

## PLANNING ET DATE DE REPRISE

Non connus à ce jour

[vga.danse@neuf.fr](mailto:vga.danse@neuf.fr)

## OÙ ET QUAND S'INSCRIRE

Uniquement en ligne

Paiement en ligne possible



[vgadanse.e-monsite.com](http://vgadanse.e-monsite.com)

## PIÈCES À FOURNIR

1 bulletin d'inscription VGA

1 certificat médical de non-contre indication à la pratique de la danse

Le règlement complet

## ÉQUIPEMENT

Tenue libre, chaussons de danse / baskets, serviette



*Initiation sportive multisports  
(5-12 ans)*

*Jardin aquatique (de 4 à 5 ans)*

*Natation (à partir de 5 ans,  
jusqu'à adultes)*

## COMPOSITION DU BUREAU

Président Jean-Pierre MÉDEVIELLE

Vice-Président Thierry PRIOL

Trésorier René JEANNE

Secrétaire Anne ROMAIN

## PLANNING ET DATE DE REPRISE

Non connus à ce jour

## OÙ ET QUAND S'INSCRIRE

### ENFANTS

**Uniquement au secrétariat de l'EPIS :**

• *Septembre, octobre et juin*

du lundi au samedi : 09h-12h, 14h-17h

• *Autres mois (sauf juillet et août)*

mercredi et samedi : 09h-12h, 14h-17h

**Jardin aquatique = enfants de 4 à 5 ans**

### ADULTES

Uniquement en ligne

**Stade Chéron -**

**Secrétariat de l'EPIS**

**32 av. Pierre Brossolette**

**Saint-Maur**

*Secrétariat*

**01 48 85 69 17**

(cf horaires ci-contre)

[epis.epis@laposte.net](mailto:epis.epis@laposte.net)

**[www.vga-epis.com](http://www.vga-epis.com)**

# ESCRIME ET SABRE LASER



 Vga escrime

*À partir de 6 ans (CP)  
Tous niveaux  
Cours d'essai gratuit*

**Centre Sportif Brossolette,  
Salle d'Armes (niveau 1)  
51 av. Pierre Brossolette  
Saint-Maur**

**01 48 83 01 36**

[escrime@vga-fr.org](mailto:escrime@vga-fr.org)

[vga-escrime.over-blog.com](http://vga-escrime.over-blog.com)

## COMPOSITION DU BUREAU

Présidente Murielle GUILLEMIN  
Trésorière Marianne DE SOUSA  
Secrétaires Christine CARDIN  
et Marie-Pierre GÉRARD

## PLANNING ET DATE DE REPRISE

Non connus à ce jour

## OÙ ET QUAND S'INSCRIRE

Uniquement sur le site internet

Paiement en ligne possible



## PIÈCES À FOURNIR

1 certificat médical daté à partir du 01/09/2020, avec la mention « apte à la pratique de l'escrime et en compétition »

Le règlement complet

## ÉQUIPEMENT

Veste et pantalon (location possible à l'année), gant, grandes chaussettes blanches, chaussures de sport en salle, 1 sous-cuirasse, 1 fil de corps

# FOOTBALL FÉMININ



 VGA Saint-Maur  
Football Féminin

*À partir de 6 ans  
Tous niveaux  
Cours d'essai gratuit*

**Club-House du Stade Marin**  
**30 bd de Champigny**  
**Saint-Maur**  
(Parking de la PMI)

*Marie-Thérèse*      **06 81 90 44 38**

[vga-footfeminin@orange.fr](mailto:vga-footfeminin@orange.fr)

[club.quomodo.com/vga-footfeminin](http://club.quomodo.com/vga-footfeminin)

## COMPOSITION DU BUREAU

Président      William MONTHEZIN

Trésorier      Cyril ROUX

Secrétaire      Georges MARQUES

## PLANNING ET DATE DE REPRISE

Non connus à ce jour

## OÙ ET QUAND S'INSCRIRE

Uniquement sur le site internet

Paiement en ligne possible



## PIÈCES À FOURNIR

1 bulletin d'inscription VGA

1 dossier LPIFF remis lors du 1<sup>er</sup>  
entraînement

2 timbres (si pas d'email)

Le règlement complet

## ÉQUIPEMENT

Tenue libre, chaussures de football,  
protège-tibias

# FOOTBALL MASCULIN



 Vga FootMasc

*À partir de 5 ans  
Essai gratuit*

## COMPOSITION DU BUREAU

Président Laurent DOUGUET  
Trésorier Cyril LAVIGNE  
Secrétaire Christine DOUGUET

## PLANNING ET DATE DE REPRISE

Non connus à ce jour

## OÙ ET QUAND S'INSCRIRE

Uniquement sur le site internet

## PIÈCES À FOURNIR

1 bulletin d'inscription VGA  
1 dossier LPIFF  
1 photo d'identité en couleur  
1 photocopie de la pièce d'identité  
2 timbres  
Le règlement complet

## ÉQUIPEMENT

Tenue libre, chaussure de football,  
protège-tibias

**Stades des Corneilles,  
Auguste Marin et  
Fernand Sastre à Saint-Maur  
Stade Paul Meyer,  
39 rue de Paris, Sucy**

**Club-house 01 48 83 20 22**

(lundi au vendredi de 14h à 17h, sauf le mardi)

[vga.footmasc@wanadoo.fr](mailto:vga.footmasc@wanadoo.fr)

[www.footvgamasc.fr](http://www.footvgamasc.fr)

# GOLF



 VGA Saint-Maur Golf

*Enfants et adultes*

**VGA Saint-Maur Omnisports**  
**8 avenue du Nord**  
**Saint-Maur**

**Bertrand COTTINI 06 08 96 04 40**

[golf@vga-fr.org](mailto:golf@vga-fr.org)

[www.vga-fr.org](http://www.vga-fr.org)

## COMPOSITION DU BUREAU

Président Bertrand COTTINI

Vice-Président Pascal DURAND

Trésorière Marylou BANNIER

Secrétaire Gilbert HERNANDEZ

Membre Jean-Pierre MÉDEVIELLE

## OÙ ET QUAND S'INSCRIRE

Uniquement sur le site internet

Païement en ligne possible



## PIÈCES À FOURNIR

1 bulletin d'inscription VGA

1 certificat médical

Le règlement complet

## ÉQUIPEMENT

Tenue libre

## INCLUS

- Carte BLUEGREEN Gold et accès à ses avantages

*(49 golfs, -25% sur les green-fees, -10% sur les recharges practice, -50% sur les voiturettes, -10% sur le Proshop...)*

- Tarifs préférentiels sur de nombreux golfs

*(Ozoir, Ormesson, Tremblay, Disney, Crécy, Étiolles, Bussy...)*

- Tarifs préférentiels stages

*(avec/sans hébergement)*

- Proposition d'un calendrier de compétitions

- Avantages adhésion VGA

# GYMNASTIQUE



 VGA Gymnastique

*À partir de 4 ans*  
*Petite enfance - GAF – GAM*  
*Enfants/ados : loisir ou compétition*  
*Adultes : gym douce*

**Centre Sportif Brossolette**  
**51 av. Pierre Brossolette**  
**Saint-Maur**

## COMPOSITION DU BUREAU

Président Pascal DURAND  
Président-adjoint Tony BAPTISTA  
Trésorière Ghislaine LE MORVAN  
Secrétaire Aurélien BOSSON

## PLANNING ET DATE DE REPRISE

Non connus à ce jour

## OÙ ET QUAND S'INSCRIRE

Uniquement sur le site internet  
Paiement en ligne possible

## PIÈCES À FOURNIR

1 bulletin d'inscription VGA  
1 certificat médical de non-contre indication à la pratique de la gymnastique (pour le loisir, seulement tous les 3 ans)  
1 photo d'identité  
Le règlement complet

## ÉQUIPEMENT OBLIGATOIRE

Mini-club, loisir, compétition : tenue en vente au club-house (justaucorps, short/t-shirt)



**Club-house** **01 48 89 76 56**  
(le soir de 17h30 à 20h, le sam de 14h à 16h)  
[gymnastique@vga-fr.org](mailto:gymnastique@vga-fr.org)

[www.vga-gym.fr](http://www.vga-gym.fr)

**PARENTS : Pendant la séance de votre enfant, venez faire 45 minutes de remise en forme à un prix attractif !**

# GYMNASTIQUE RYTHMIQUE



 VGA GR Saint-Maur

*À partir de 4 ans  
Loisir ou compétition*

**Centre Sportif Gilbert Noël**  
6 bis avenue Pierre Semard  
**La Varenne**

[gr@vga-fr.org](mailto:gr@vga-fr.org)

[www.vga-fr.org](http://www.vga-fr.org)

## COMPOSITION DU BUREAU

Président Pascal DURAND

Vice-Présidente Agnès SPAS

Trésorière Sandrine LEVACHER

Secrétaire Tonia RAYNAL

## PLANNING ET DATE DE REPRISE

Non connus à ce jour

## OÙ ET QUAND S'INSCRIRE

Uniquement sur le site internet

Paiement en ligne possible



## PIÈCES À FOURNIR

1 bulletin d'inscription VGA GR

1 certificat médical de non-contre indication à la pratique de la gymnastique rythmique (sauf si fourni en 2019-2020)

1 photo d'identité

Le coupon du règlement intérieur signé

Le règlement complet

## ÉQUIPEMENT OBLIGATOIRE

Loisir : tee-shirt, short, legging

Compétition : justaucorps ou location, demi-pointes, veste club

# HALTÉROPHILIE



 VGA St MAUR Halterophilie

*À partir de 13 ans  
Tous niveaux  
Entraîneurs diplômés*

**Centre Sportif Brossolette  
51 av. Pierre Brossolette  
Saint-Maur**

*Renseignements directement  
sur place à la salle*

haltero94@gmail.com

[www.vga-fr.org](http://www.vga-fr.org)

## COMPOSITION DU BUREAU

Président Jean-Pierre BALLOUX

Vice-Président Michel BARRA

Vice-Président adjoint et Éric PRIAN

Trésorier

Communication Pauline GUIBERT

Entraîneurs JC et F AMARO,

D AUBIGNAT, W SIMON, K ARNOU

## PLANNING ET DATE DE REPRISE

Non connus à ce jour

## OÙ ET QUAND S'INSCRIRE

Sur place, le lundi, mercredi et  
vendredi de 18h à 21h

## PIÈCES À FOURNIR

1 bulletin d'inscription VGA

1 certificat médical de non-contre  
indication à la pratique de  
l'haltérophilie

Le règlement complet



Bernardin MATAM, Champion d'Europe 2019  
Anaïs MICHEL, médaille de bronze aux  
Championnats d'Europe 2019  
Dora TCHAKOUNTÉ, Championne de France 2019  
Samuel GARNIER, Champion de France Junior 2019  
Équipe féminine championne de France 2019 Top 9

# HANDBALL



 Stella St-Maur Handball

*À partir de 5 ans  
Entente VGA-Stella  
Tous niveaux*

**VGA Stella Handball  
1 les Logis de la Pie  
Saint-Maur**

## COMPOSITION DU BUREAU

Président Bernard MONNOT  
Vice-Président Jean-Pierre VIEUCHANGE  
Trésorier François APPERT  
Secrétaire Jean-Claude VILLIEN

## PLANNING ET DATE DE REPRISE

Non connus à ce jour

## OÙ ET QUAND S'INSCRIRE

Uniquement sur le site internet

## PIÈCES À FOURNIR

1 bulletin d'inscription  
1 autorisation parentale pour les licenciés mineurs  
1 enveloppe timbrée sans adresse  
Le règlement complet

### Dans le cas d'une réinscription

1 certificat médical de non contre-indication à la pratique du handball (cachet du médecin obligatoire)

### Dans le cas d'une 1<sup>ère</sup> inscription :

1 certificat médical de non contre-indication à la pratique du handball (cachet du médecin obligatoire)  
1 photo d'identité  
1 photocopie d'une pièce d'identité

*Club-house*

**09 67 38 32 03**

(du lundi au vendredi  
de 10h à 12h et de 14h à 18h)

[stella-handball@wanadoo.fr](mailto:stella-handball@wanadoo.fr)

**[www.stella-handball.fr](http://www.stella-handball.fr)**

## ÉQUIPEMENT

Maillot, short et ballon fournis par le club

# JUDO (SMUS)



 Saint-Maur Judo

*À partir de 4 ans  
Entente SMUS - VGA  
Tous niveaux*

**Centre Sportif Gilbert Noël**  
6 bis avenue Pierre Semard  
**La Varenne**

## COMPOSITION DU BUREAU

Président Patrick NIVOIX  
Secrétaire Monique BOUISSEREN  
Directeur technique Cherif KERKADENE

## PLANNING ET DATE DE REPRISE

Non connus à ce jour

## OÙ ET QUAND S'INSCRIRE

Sur place aux heures d'entraînement

## PIÈCES À FOURNIR

1 bulletin d'inscription  
1 certificat médical de non-contre  
indication à la pratique du judo  
Le règlement complet

## ÉQUIPEMENT

1 kimono, sandales

**Les adhérents au JUDO sont des adhérents SMUS et non des adhérents VGA.**

**La VGA ne délivre pas de chèques  
Tous en Club pour la pratique de  
cette discipline.**

**Aucune carte adhérent VGA ne sera  
envoyée par email.**

**Club-House 01 48 86 62 09**  
(mercredi de 13h à 20h, samedi de 13h à 18h)

[judostmaur@yahoo.com](mailto:judostmaur@yahoo.com)

[www.smus94.fr/judo](http://www.smus94.fr/judo)

# KARATÉ



 VGA SAINT MAUR KARATE

*À partir de 5 ans ½  
Tous niveaux  
Cours d'essai gratuit*

**Centre Sportif Gilbert Noël**  
6 bis avenue Pierre Semard  
**La Varenne**

## COMPOSITION DU BUREAU

Président Richard NORMAND  
Trésorier Patrick LINSMEIER  
Secrétaire Gérard CORNUEL  
Directeur technique Patrice NEBOUT

## PLANNING ET DATE DE REPRISE

Non connus à ce jour

## OÙ ET QUAND S'INSCRIRE

Sur place, aux heures d'entraînement

## PIÈCES À FOURNIR

1 bulletin d'inscription VGA  
1 certificat médical de non-contre  
indication à la pratique du Karaté  
(aucun cours ne sera dispensé sans  
ce justificatif)  
Le règlement complet

## ÉQUIPEMENT

1 keikogi (kimono ; possibilité d'en  
acheter un au club), sandales

**Club-house** **01 48 83 83 28**

(cf planning horaires d'entraînement)

[kara94vga@gmail.com](mailto:kara94vga@gmail.com)

[www.karaté94.com](http://www.karaté94.com)

# MULTISPORT BIEN-ÊTRE



*Un multisport pour les adultes  
comportant  
des disciplines de bien-être*

**Centre Sportif Gilbert Noël**  
**Centre sportif Arromanches**  
**Salle de danse du Stade Chéron**  
**Piscine Caneton - VGA Siège**  
multisportbienetre@vga-fr.org

**[www.vga-fr.org](http://www.vga-fr.org)**

## COMPOSITION DU BUREAU

Président Philippe BARZILAI  
Trésorière Marie-Thérèse DEVOS  
Secrétaire Catherine CHATEL

## PLANNING ET DATE DE REPRISE

Non connus à ce jour

## OÙ ET QUAND S'INSCRIRE

Uniquement sur le site internet

Paiement en ligne possible



## PIÈCES À FOURNIR

1 bulletin d'inscription VGA

1 certificat médical de non-contre  
indication à la pratique du sport

Le règlement complet

Une nouvelle formule qui vous  
permettra de suivre 2 à 3 fois par  
semaine des activités multisport  
adultes variées

- ✓ **Gymnastique d'entretien**
- ✓ **Natation**
- ✓ **Aquagym**
- ✓ **Pilates**
- ✓ **Tai-Chi**
- ✓ **Qi Gong**
- ✓ **Yoga détente**

# MUSCULATION



*À partir de 13 ans  
Tous niveaux  
Entraîneurs diplômés*

**Centre Sportif Brossolette  
51 av. Pierre Brossolette  
Saint-Maur**

*Renseignements directement  
sur place à la salle*

haltero94@gmail.com

**www.vga-fr.org**

## COMPOSITION DU BUREAU

Président Jean-Pierre BALLOUX

Vice-Présidents José JOACHIM

Trésorier Éric PRIAN

Secrétaire Cécilia MONTLOIN

Communication Pauline GUIBERT

Entraîneurs Lucia VIBERT

José JOACHIM

## PLANNING ET DATE DE REPRISE

Non connus à ce jour

## OÙ ET QUAND S'INSCRIRE

Sur place, le lundi, mercredi et  
vendredi de 18h à 21h

## PIÈCES À FOURNIR

1 bulletin d'inscription VGA

1 certificat médical de non-contre  
indication à la pratique de la  
musculation

**Création d'un cours  
encadré spécifique en  
petit groupe**



# PENTATHLON MODERNE ET TRIATHLON



 Vga Pentathlon

**NOUVEAU  
2020**

*À partir de 8 ans,  
Cours d'essai gratuit*

**Centre Sportif Brossolette  
Stade Chéron  
Saint-Maur**

**Gilbert HERNANDEZ 06 60 82 05 20**

[vga.pentathlon@gmail.com](mailto:vga.pentathlon@gmail.com)

**[www.vga-fr.org](http://www.vga-fr.org)**

## COMPOSITION DU BUREAU

Président Gilbert HERNANDEZ

Trésorier Frédéric LAVILLAT

Secrétaire Marianne TAUREL

Développement Philippe LEVÉE

## PLANNING ET DATE DE REPRISE

Non connus à ce jour

## OÙ ET QUAND S'INSCRIRE

Uniquement sur le site internet

Paiement en ligne possible



## PIÈCES À FOURNIR

1 bulletin d'inscription VGA

1 certificat médical de non-contre indication à la pratique du pentathlon ou du triathlon

1 brevet de natation 100m nage libre obligatoire

Le règlement complet

## ÉQUIPEMENT

Équipement fourni par la section

Location des tenues d'escrime

Location des pistolets laser

## PENTATHLON :

### ÉPREUVES EN COMPÉTITION

**Laser Run et Triathlé** : toutes catégories

**Tétrathlon** : à partir de minimes (13 ans)

**Pentathlon** : à partir de juniors (17 ans)

Laser Run (tir-course)

Triathlé (nat-tir-course)

Tétrathlon (tir-course-nat-escrime),

Pentathlon (4 discip.+équitation)

Triathlon (nat-vélo-course) et duathlon (vélo-course)

# PÉTANQUE



*Tous niveaux  
Essai gratuit*

**Place des Marronniers  
Saint-Maur**

## COMPOSITION DU BUREAU

Président Guy LOUANDRE

Trésorier Charles HAGAI

Secrétaire Daniel VALERE

## DATE DE REPRISE

Pas d'arrêt

## OÙ ET QUAND S'INSCRIRE

Sur place, tous les jours à partir de  
14h30

## PIÈCES À FOURNIR

1 bulletin d'inscription VGA  
Le règlement complet

[secretariat@vga-fr.org](mailto:secretariat@vga-fr.org)

[www.vga-fr.org](http://www.vga-fr.org)

JOURS	HORAIRES	CATÉGORIES
Tous les jours	À partir de 14h30	Tous niveaux

# RANDONNÉE



*4 à 5 randonnées/semaine  
(balade, culturelle, sportive)  
Essai gratuit*

**Chalet VGA Randonnée**  
**8 avenue du Nord**  
**Saint-Maur**

## COMPOSITION DU BUREAU

Président Michel SCHWARZ  
Vice-Présidente Denise DAVID  
Trésorière Jean-Jacques FUSEY  
Secrétaire Françoise LE FAOU

**VGA Randonnée 01 45 11 21 12**  
*(le lundi de 10h à 11h, répondeur)*

[randonnee@vga-fr.org](mailto:randonnee@vga-fr.org)

**[www.vga-rando.com](http://www.vga-rando.com)**

## DATE DE REPRISE

Pas d'arrêt, fonctionne pendant les vacances

## OÙ ET QUAND S'INSCRIRE

Uniquement en ligne  
Paiement en ligne possible



## PIÈCES À FOURNIR

1 bulletin d'inscription VGA  
1 certificat médical de non-contre indication à la pratique de la randonnée  
Le règlement complet

JOURS	HORAIRES
Mardi	Horaires à consulter sur le site internet après inscription
Mercredi	
Judi	
Dimanche	



# RUGBY



 VGA Saint Maur des Fossés Rugby

**À partir de 3 ans**  
**Tous niveaux**  
**Équipe 1<sup>ère</sup> en Honneur**  
**Rugby Loisir Adultes**

**Stade Paul Meyer**  
**39 rue de Paris**  
**Sucy en Brie**

## COMPOSITION DU BUREAU

Président Jean-Jacques ROSALIA

Vice-Président Sylvain BERNARD

et Trésorier

Vice-Président Jean-Marc GRAVIER

et Secrétaire

**Sylvain BERNARD 06 83 85 74 73**

**Jean-Marc GRAVIER 06 48 08 70 63**

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

[www.vga-rugby.com](http://www.vga-rugby.com)

## PLANNING ET DATE DE REPRISE

Non connus à ce jour

## OÙ ET QUAND S'INSCRIRE

Uniquement sur le site internet

Paiement en ligne possible



## PIÈCES À FOURNIR

1 bulletin d'inscription VGA

1 autorisation parentale / fiche  
médicale spécifique FFR

1 justificatif d'identité

Le règlement complet

## ÉQUIPEMENT

Short et paire de chaussettes fournis  
par le club avec la cotisation annuelle  
Prêt du maillot de l'équipe pour les  
matches

Autres équipements en vente au club-  
house

# SPORT HANDICAP



 VGA Saint-Maur Sport Handicap

*Affilié FFSA et FFH  
Multisports (dont danse)  
Essai gratuit*

**Centre Sportif Gilbert Noël  
6 bis avenue Pierre Semard  
La Varenne (Saint-Maur)**

*Siège Omnisports 01 48 83 44 24*

[vga.sporhandicap@gmail.com](mailto:vga.sporhandicap@gmail.com)

[www.vga-fr.org](http://www.vga-fr.org)

## COMPOSITION DU BUREAU

Président Daniel RAMOS

Trésorier Pascal GUILBARD

Secrétaire Bernard ECHEVERRIA

## PLANNING ET DATE DE REPRISE

Non connus à ce jour

## OÙ ET QUAND S'INSCRIRE

Dossier d'inscription disponible sur demande par e-mail

## PIÈCES À FOURNIR

1 bulletin d'inscription VGA

1 certificat médical spécifique :

FFSA ou FFH

Le règlement complet

## ÉQUIPEMENT ET TENUE

À voir avec la section



# SPORT SANTÉ - ACTI'SANTÉ ET ÉQUILIBRE SANTÉ



 VGA Saint-Maur Sport Santé

*À partir de 16 ans  
Cours d'essai gratuit  
Activité adaptée aux  
personnes en ALD*

**Salle de la VGA Omnisports  
8 avenue du Nord  
Saint-Maur**

**Nicolas COEURET**

**1<sup>er</sup> contact par email**

[sportsante@vga-fr.org](mailto:sportsante@vga-fr.org)

**[www.vga-fr.org](http://www.vga-fr.org)**

## **PLANNING ET DATE DE REPRISE**

Non connus à ce jour

## **OÙ ET QUAND S'INSCRIRE**

Uniquement sur le site internet

Païement en ligne possible



## **PIÈCES À FOURNIR**

1 bulletin d'inscription VGA

1 certificat médical de non-contre indication à la pratique du sport santé

Le règlement complet

## **ÉQUIPEMENT**

1 tenue décontractée, 1 paire de chaussures de sport d'intérieur, 1 serviette

Faire du sport santé, c'est développer en respectant vos capacités et vos envies :

- votre condition physique
- votre équilibre
- votre bien-être

Toutes nos activités sont encadrées par des professionnels APA (STAPS Activités Physiques Adaptées) qui vous proposeront des séances adaptées et variées.

*Essayez notre activité  
**ÉQUILIBRE SANTÉ**  
dans le prolongement de nos ateliers  
**L'Équilibre en mouvement**  
(avec le PRIF)*

# SPORT SANTÉ – SPORT SUR ORDONNANCE



 VGA Saint-Maur Sport Santé

*À partir de 16 ans  
Cours d'essai gratuit  
Activité adaptée aux  
personnes en ALD*

**VGA Saint-Maur Omnisports**  
**8 avenue du Nord**  
**Saint-Maur**

*Nicolas COEURET*

1<sup>er</sup> contact par email

sportsante@vga-fr.org

**[www.vga-fr.org](http://www.vga-fr.org)**

Ce dispositif VGA Sport sur ordonnance vous propose un accompagnement avec un professionnel APA qui suit votre évolution dans votre sport santé.

## **PUBLICS**

Personne atteinte de pathologies lourdes / atteinte d’Affection de Longue Durée (ALD) ou personne sédentaire qui pourrait bénéficier de la pratique régulière d’une activité physique

### **LE MÉDECIN**

#### **Consultation médicale avec :**

- > Sensibilisation aux bienfaits de l’activité physique adaptée pour la santé
- > Délivrance du certificat médical de non contre indication à la pratique du sport santé
- > Orientation du médecin vers une structure adaptée et certifiée

### **VGA Sport-Santé**

#### **Des entretiens et des tests avec une équipe de professionnels APA qui :**

- > Évalue votre condition physique
- > Établit un programme d’activité physique adaptée
- > Oriente, accompagne et garantit un suivi
- > Propose un accompagnement de podologie, d’ostéopathie et nutritionnel si besoin

# SPORTS D'EAU

La section VGA Sports d'Eau regroupe les disciplines suivantes :

*Nagez Forme Santé*

*Nagez Forme Bien-Être (tout aqua...)*

*Bébés nageurs*

*École des Sports d'Eau*

*Natation course*

*Natation Artistique*

*Plongeon*

*Water-Polo*

Avec un président adjoint par activité

## COMPOSITION DU BUREAU

Président	Jean-Louis SILORET
Trésorier	Raymond MALGRAS
Secrétaire	Laurent BEAUCHER

**Bureau des Sports d'Eau**  
**8 avenue du Nord**  
**Saint-Maur**

**Secrétariat**

**01 41 81 03 19**

lundi/mercredi : 9h-12h30 et 13h30-17h  
vendredi : 9h-12h30

secretariat@vgasportsdeau.org

**www.vgasportsdeau.org**

 vgasportsdeau94

 vgasportsdeau\_saint\_maur

## NAGEZ FORME SANTÉ



aquasante@vgasportsdeau.org

Activité de natation proposée à des personnes cherchant à optimiser leur capital santé, encadrée par des éducateurs ayant reçu une formation spécifique «Éducateur Nagez Forme Santé» afin que chaque pratiquant puisse évoluer dans un environnement sécurisé et nager selon ses aspirations et ses capacités propres

### PLANNING ET DATE DE REPRISE

Non connus à ce jour

**PUBLICS** : personnes diabétiques, atteintes de maladies cardio-vasculaires, pathologies respiratoires, asthmatiques, atteintes de cancers

### INFORMATIONS / INSCRIPTIONS

www.vgasportsdeau.org

# NAGEZ FORME BIEN-ETRE



 [vgasportsdeau94](https://www.facebook.com/vgasportsdeau94)

 [vgasportsdeau\\_saint\\_maur](https://www.instagram.com/vgasportsdeau_saint_maur)

[aquasante@vgasportsdeau.org](mailto:aquasante@vgasportsdeau.org)

Président adjoint : Guy BRAULT

**AQUAFORM**

**AQUABIKE**

**AQUAFORM TONIC**

**AQUAFORM CARDIO**

**AQUABOXING**

**AQUAJOGGING**

**AQUACROSSFITNESS**

## **PLANNING ET DATE DE REPRISE**

Non connus à ce jour

## **LIEU DES SÉANCES**

Piscine Brossolette

## **INFORMATIONS INSCRIPTIONS**

[www.vgasportsdeau.org](http://www.vgasportsdeau.org)

# BÉBÉS NAGEURS



*À partir de 4 mois*

 [vgasportsdeau94](https://www.facebook.com/vgasportsdeau94)

 [vgasportsdeau\\_saint\\_maur](https://www.instagram.com/vgasportsdeau_saint_maur)

[natation@vgasportsdeau.org](mailto:natation@vgasportsdeau.org)

Présidente adjointe : Christine SILORET

## PLANNING ET DATE DE REPRISE

Non connus à ce jour

## INFORMATIONS / INSCRIPTIONS

[www.vgasportsdeau.org](http://www.vgasportsdeau.org)

# ÉCOLE DES SPORTS D'EAU



*À partir de 6 ans*

 [vgasportsdeau94](https://www.facebook.com/vgasportsdeau94)

 [vgasportsdeau\\_saint\\_maur](https://www.instagram.com/vgasportsdeau_saint_maur)

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

Présidente adjointe : Christine SILORET

Lieu, jours et horaires : selon groupe

## PLANNING ET DATE DE REPRISE

Non connus à ce jour

Du lundi au vendredi, à la piscine Caneton ou à la piscine Brossolette

## INFORMATIONS / INSCRIPTIONS

[www.vgasportsdeau.org](http://www.vgasportsdeau.org)

# NATATION COURSE



Présidente adjointe : Christine SILORET

## PLANNING ET DATE DE REPRISE

Non connus à ce jour

## INFORMATIONS / INSCRIPTIONS

[www.vgasportsdeau.org](http://www.vgasportsdeau.org)

 [VGNatation](https://www.facebook.com/VGANatation)

 [vgasportsdeau\\_saint\\_maur](https://www.instagram.com/vgasportsdeau_saint_maur)

[natation@vgasportsdeau.org](mailto:natation@vgasportsdeau.org)

Au sein de nos groupes :

- Elite, Compétition 2, Maîtres, Jeunes, Avenir, l'objectif sera la recherche de l'amélioration pour performer lors des compétitions.
- Espoirs Collège et Espoirs Lycée, nous proposerons une activité de Natation, à votre rythme (1 à 2 fois par semaine), avec l'objectif d'une ou plusieurs compétitions dans la saison.

Lieu, jours et horaires : selon groupe

# NATATION ARTISTIQUE



Président adjoint Jean-Claude MANTEY

## PLANNING ET DATE DE REPRISE

Non connus à ce jour

## INFORMATIONS / INSCRIPTIONS

[www.vgasportsdeau.org](http://www.vgasportsdeau.org)

*À partir de 6 ans*

 [vgasportsdeau94](https://www.facebook.com/vgasportsdeau94)

 [vgasportsdeau\\_saint\\_maur](https://www.instagram.com/vgasportsdeau_saint_maur)

[natartistique@vgasportsdeau.org](mailto:natartistique@vgasportsdeau.org)

Lieu, jours et horaires : selon groupe

# PLONGEON



*À partir de 6 ans*

 [vgasportsdeau94](#)

 [vgasportsdeau\\_saint\\_maur](#)

[plongeon@vgasportsdeau.org](mailto:plongeon@vgasportsdeau.org)

## PLANNING ET DATE DE REPRISE

Non connus à ce jour

## INFORMATIONS / INSCRIPTIONS

[www.vgasportsdeau.org](http://www.vgasportsdeau.org)

Horaires selon groupe

# WATER-POLO



*À partir de 6 ans*

 [vgasportsdeau94](#)

 [vgasportsdeau\\_saint\\_maur](#)

[waterpolo@vgasportsdeau.org](mailto:waterpolo@vgasportsdeau.org)

Président adjoint Jérôme TAGNON

## PLANNING ET DATE DE REPRISE

Non connus à ce jour

## INFORMATIONS / INSCRIPTIONS

[www.vgasportsdeau.org](http://www.vgasportsdeau.org)

Horaires selon groupe

# TAÏ-CHI-CHUAN / QI GONG / PILATES



 Taichi-qigong Vga

*Cours tous niveaux  
Essai gratuit*

**Centre Sportif Gilbert Noël**  
6 bis avenue Pierre Semard  
La Varenne

*Marie-José GONZALEZ* 06 60 41 95 98

[taichi.qigong.vga@gmail.com](mailto:taichi.qigong.vga@gmail.com)

[www.taichi-qigong-vga.org](http://www.taichi-qigong-vga.org)

## COMPOSITION DU BUREAU

Présidente Marie-José GONZALEZ

Trésorière Geneviève DELLERUE

Secrétaire Anne STRACZEK

## PLANNING ET DATE DE REPRISE

Non connus à ce jour

## OÙ ET QUAND S'INSCRIRE

Sur place, aux heures d'entraînement

Le Taï Chi Chuan est un art martial chinois particulièrement intéressant pour ses aspects énergétiques. Souvent appelé "méditation en mouvement", il aide à relâcher les tensions et à améliorer l'équilibre, la concentration et la mémoire. Il s'adresse à tous et ne comporte quasiment aucune contre-indication. Deux des quatre principaux styles sont proposés (Chen et Yang).

Le Qi Gong, parfois appelé "yoga chinois", est un art énergétique qui fait partie de la médecine chinoise. En renforçant l'énergie vitale, il contribue à retrouver équilibre et harmonie entre le corps et l'esprit ; il peut être pratiqué à tout âge et quel que soit l'état de santé..

Le Pilates : Il s'agit d'une méthode qui tend au développement des muscles profonds en vue de l'amélioration de l'équilibre postural. Il s'adresse à tous, les exercices étant adaptés en fonction du niveau de chacun.



# TENNIS DE TABLE



 VGA Tennis de Table

*De 4 à 99 ans*

*Pratique : Loisir – Compétition*

*Baby Ping – Jeunes – Adultes –*

*Ping en famille – Pratique libre*

**Centre Sportif Arromanches**  
**31 bis av du Port au Fouarre**  
**Saint-Maur**

**01 48 89 12 60**

(du lundi au vendredi de 14h à 17h)

secretariat.vgatt@yahoo.fr  
vga.tennis.de.table@gmail.com

**[www.vgatt.org](http://www.vgatt.org)**

## COMPOSITION DU BUREAU

Président Sylvestre BLANC

Trésorier Eric SARHADIAN

Secrétaire Aurélie LANGERON

## PLANNING ET DATE DE REPRISE

Non connus à ce jour

## OÙ ET QUAND S'INSCRIRE

Uniquement sur le site internet

Paiement en ligne possible

Renseignement et dépôt  
des dossiers sur place les mercredis  
(15h-20h) et les samedis (10h-16h)



## PIÈCES À FOURNIR

1 bulletin d'inscription VGA signé

1 certificat médical de non-contre  
indication à la pratique du tennis de  
table

1 formulaire de demande de licence

Le règlement complet

## ÉQUIPEMENT

1 tenue de sport, 1 raquette de  
tennis de table (prêtée en cas de  
besoin), 1 gourde

L'inscription à la section vous donne la  
possibilité de participer à plusieurs cours  
par semaine (en fonction des places  
disponibles), et d'avoir accès à la salle  
pour pratiquer en jeu libre.

# VOILE & PADDLE



À partir de 7 ans – Essai gratuit  
Encadrants diplômés  
Enfants : initiation ou perfectionnement  
Adultes : initiation ou perfectionnement

Base nautique de la Pie  
63 quai de la Pie  
Saint-Maur

## COMPOSITION DU BUREAU

Président Arnaud VINCENT  
Vice-Président Jean-François BEDU  
Trésorier Alaric MESTRE DE LAROQUE  
Secrétaire Florence RIEU

*Club-house* 01 48 89 27 22  
07 62 54 94 00

[vganautisme@bbox.fr](mailto:vganautisme@bbox.fr)

[www.vga-fr.org](http://www.vga-fr.org)

## PLANNING ET DATE DE REPRISE

Non connus à ce jour

*Venez vous initier au Paddle  
sur la Marne*

## OÙ ET QUAND S'INSCRIRE

Sur place, tous les samedis à partir  
de mi-septembre, de 14h à 18h

*Possibilité de s'inscrire dès 7 ans  
(sous conditions)*

## PIÈCES À FOURNIR

1 bulletin d'inscription VGA  
1 certificat médical de non-contre  
indication à la pratique de la voile  
1 brevet de natation (25 m pour les  
mineurs)  
1 photo d'identité  
Le règlement complet

## ÉQUIPEMENT

1 combinaison néoprène, 1 paire de  
chaussures de sport, gilet de  
sauvetage prêté par le club

**EF** Voile  
École Française de Voile

# VOLLEY-BALL



 VGA Saint Maur Volley-ball

*À partir de 6 ans  
Enfants et adultes :  
Loisir ou compétition  
Essai gratuit*

**Centre Sportif Brossolette  
51 av. Pierre Brossolette  
Saint-Maur**

**VGA Omnisports 01 48 83 44 24**

[volley@vga-fr.org](mailto:volley@vga-fr.org)

**[www.vga-fr.org](http://www.vga-fr.org)**

## COMPOSITION DU BUREAU

Présidente Wendy DOUCET

Vice-Présidente Dominique MOUGIN

Trésorière Nathalie LHARDY

Secrétaire Laëtitia AMMOR

## PLANNING ET DATE DE REPRISE

Non connus à ce jour

## OÙ ET QUAND S'INSCRIRE

Uniquement sur le site internet

Paiement en ligne possible



## PIÈCES À FOURNIR

1 certificat médical de non-contre indication à la pratique du volley en compétition pour les nouveaux

1 photo d'identité

1 photocopie de la carte d'identité (pour les nouveaux)

Le règlement complet

## ÉQUIPEMENT

Maillot (fourni par le club),  
chaussures de sport en salle

# YOGA (HATHA)



*À partir de 16 ans  
Cours d'essai gratuit  
en fonction des places  
disponibles*

**Salle Auguste Marin  
32 bd de Champigny  
Saint-Maur**

## COMPOSITION DU BUREAU

Président Françoise URBAIN  
Trésorière Anne-Marie TROKIMO  
Secrétaire Anne FORTEAUX

## PLANNING ET DATE DE REPRISE

Non connus à ce jour

## OÙ ET QUAND S'INSCRIRE

Uniquement sur le site internet

## PIÈCES À FOURNIR

1 bulletin d'inscription VGA  
1 certificat médical de non-contre  
indication à la pratique du yoga  
Le règlement complet

## ÉQUIPEMENT

1 tenue décontractée, 1 serviette de  
bain, 1 gilet

yoga@vga-fr.org

<https://vgayoga.wixsite.com/vgahathayoga>

# YOGA (VINYASA) ET KID'S YOGA



*À partir de 5 ans  
Cours d'essai gratuit  
Activité proposée par la VGA Danse*

**Centre Sportif Arromanches  
Centre Sportif Brossolette  
VGA siège, 8 av du Nord**

**Yolande MOSER 06 30 06 91 99**

[vga.danse@neuf.fr](mailto:vga.danse@neuf.fr)

[vgadanse.e-monsite.com](http://vgadanse.e-monsite.com)

## COMPOSITION DU BUREAU

Présidente Yolande MOSER  
Trésorière Torill BALLOUX  
Secrétaire Thierry FLAMANT

## PLANNING ET DATE DE REPRISE

Non connus à ce jour

## OÙ ET QUAND S'INSCRIRE

Uniquement en ligne

Paiement en ligne possible



## PIÈCES À FOURNIR

1 bulletin d'inscription VGA

1 certificat médical de non-contre indication à la pratique du yoga

Le règlement complet

## ÉQUIPEMENT

Tenue libre, serviette

**Le Vinyasa Yoga** est une méthode de Yoga dynamique.

Le mouvement est synchronisé avec la respiration formant ainsi une unité, une harmonie. Le Vinyasa Yoga est issu de l'ashtanga Yoga mais contrairement à celui-ci l'enchaînement des postures est libre et "chorégraphié" selon le professeur.

## Le Kid's Yoga

- améliore la concentration et l'attention
- développe la coordination et la motricité
- renforce la confiance en soi et l'ouverture aux autres
- encourage l'expression et la créativité
- apporte détente et bien être

# SOUTENEZ LA VGA SAINT-MAUR

Vous êtes adhérent, sportif, parent, ami,

**Soutenez la VGA Saint-Maur !**

Soutenir la VGA Saint-Maur, c'est essentiel pour assurer la continuité de tous nos projets sportifs.

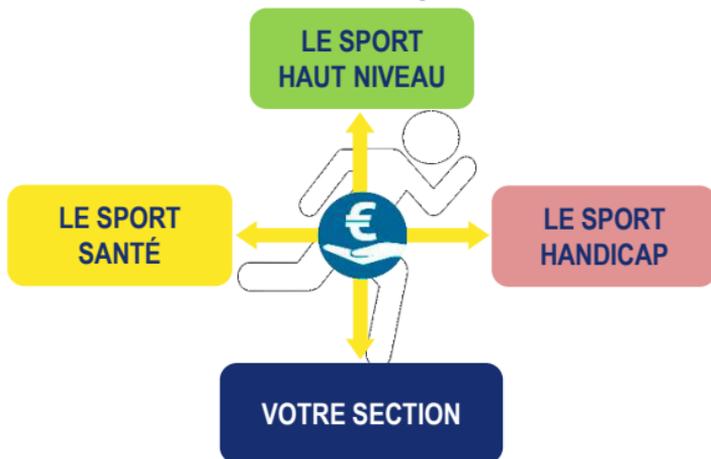
La VGA Saint-Maur bénéficie du statut d'association reconnue d'utilité publique lui permettant de recevoir des dons ouvrant droit à réduction d'impôt de 66 % du don (pour les particuliers).

Petits ou grands,  
**tous les DONNS**  
sont possibles et ouvrent droit  
à réduction d'impôt (-66% du montant du don)

## Nos valeurs

- ✓ Le sport pour tous
- ✓ L'éducation par le sport
- ✓ La santé par le sport
- ✓ L'engagement dans le haut niveau

## Décidez du domaine que vous aidez.



Plus de renseignements par mail à [secretariat@vga-fr.org](mailto:secretariat@vga-fr.org) ou au 01 48 84 44 64.



## BOOSTEZ

VOTRE ASSOCIATION AVEC SAFTI

Vous vendez ou connaissez des personnes  
qui souhaitent vendre un bien immobilier ?

SAFTI **10%**  
REVERSE

DE SES HONORAIRES\*  
À VOTRE ASSOCIATION !

\* sur les ventes de biens transmis par votre intermédiaire



**David POMMIER**

06 35 42 18 03

Votre conseiller immobilier SAFTI

# Uff

Banque Conseil  
en Gestion  
de Patrimoine

**Gérer seul son argent aujourd'hui est devenu mission impossible! Manque de temps, compliqué, voire anxiogène... Pourtant cela ne doit être ni une corvée, ni un problème.**

Depuis 1968, l'UFF coache ses clients : cadres, professions libérales, sportifs professionnels, dirigeants de PME, clubs sportifs...

213 000 clients nous font confiance et ils sont 95%\* à se déclarer satisfaits de leur conseiller UFF.

\*Source : Observatoire UFF-IFOP de la clientèle patrimoniale - sept. 2015

**Rencontrez votre Coach Patrimonial : Hajnalka KIRALY - Championne du monde et médaillée Olympique d'Escrime**  
**06 27 50 86 39 - hajnalka\_kiraly@uff.net**

L'UFF, leader français du conseil en gestion de patrimoine, est cotée en bourse sur Euronext. L'UFF est présente partout en France avec 25 agences et 1 200 coachs patrimoniaux.  
**Plus d'informations sur [uff.net](http://uff.net)**





Prêt

immobilier<sup>(1)</sup>

RÉPONSE RAPIDE



# BÂTIR VOTRE PROJET IMMO

vous pouvez compter sur nous.

Crédit  Mutuel

Saint-Maur

10, Avenue Foch – 94100 Saint-Maur-Des-Fosses  
Tél. : 01 49 08 51 36 – Courriel : 06003@creditmutuel.fr



Vous disposez d'un délai de réflexion de 10 jours. La vente est subordonnée à l'obtention du prêt. Si celui-ci n'était pas obtenu, le vendeur doit rembourser les sommes versées. Sous réserve d'acceptation du dossier.

Caisse Fédérale de Crédit Mutuel et Caisses affiliées, société coopérative à forme de société anonyme au capital de 5 458 531 008 euros, 4 rue Frédéric-Guillaume Raiffeisen, 67913 Strasbourg Cedex 9, RCS Strasbourg B 588 505 354 – N° Orias : 07 003758. Banques régies par les articles L.511-1 et suivants du code monétaire et financier.