

# Activités

## Culturelles & sportives

### 2022



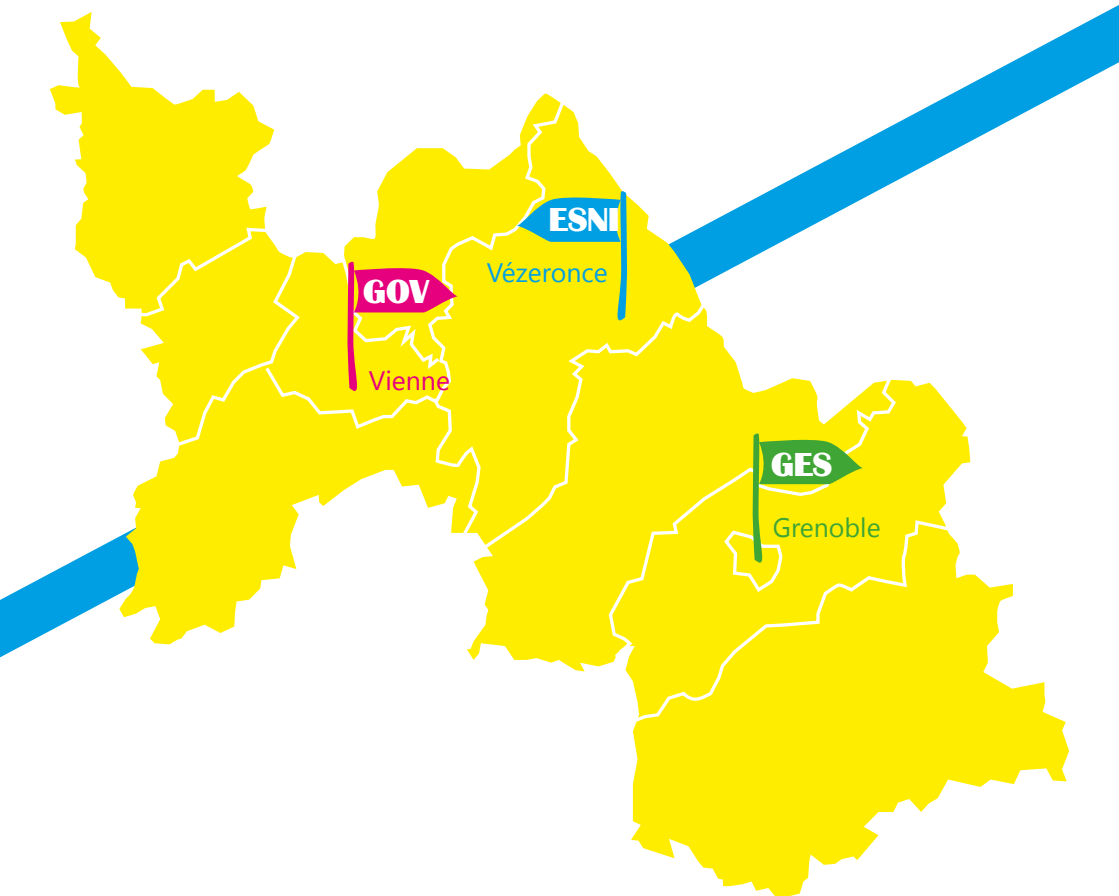
© Charles Crie / CCAS



Mis à jour le 1<sup>er</sup> août 2022

# Les Clubs Sportifs

La CMCAS est partenaire de 3 clubs sportifs répartis par zone géographique : Énergie Sport Nord Isère (ESNI), Gazelec Omnisport Vienne (GOV) et Grenoble Énergie Sports (GES). N'hésitez pas à contacter les sportifs correspondants à l'activité qui vous intéresse !





# Édito



La CMCAS Dauphiné Pays de Rhône encourage la découverte et la pratique d'activités régulières sportives ou culturelles (5 activités sportives ou culturelles par mois c'est bon pour la santé). Vous trouverez dans ce livret toutes les sections permanentes créées en proximité dans vos SLVie et

dans nos trois clubs sportifs : ESNI (Energie Sport Nord Isère), GOV (Gazelec Omnisports Vienne), GES (Grenoble Energie Sports).

Les activités proposées correspondent au plus grand nombre des bénéficiaires, pour tous les âges, toutes les compétences et toutes les envies.

Vous avez trouvé une activité qui vous plaît ? Contactez la personne responsable dans ce livret récapitulant les coordonnées téléphoniques ou mails par activité et par club.

Vous avez une idée nouvelle ? Appelez votre SLVie pour mettre en place votre section !

Le « PAR et le POUR » sont et doivent rester un pilier de nos activités culturelles et sportives.

Bonne découverte et n'hésitez pas à venir nous voir pour plus de renseignements. Les élus de votre SLVie et les antennes de votre CMCAS ont les portes grandes ouvertes.

*Pascal Riandet*

*Président de la CMCAS Dauphiné Pays de Rhône*

### MONTAGNE

*randonnée, raquette, via ferrata, escalade*

#### Michel DESPLANQUE

06 81 12 23 19

[micheldesplanque@wanadoo.fr](mailto:micheldesplanque@wanadoo.fr)

32, Impasse des tournelles

38510 Vezeronce-Curtin

### MUSCULATION & ENTRETIEN PHYSIQUE

#### Yves COUGOULIC

06 84 78 70 95

[yves.cougoulic@wanadoo.fr](mailto:yves.cougoulic@wanadoo.fr)

### SKI ALPIN

#### Patrick SOISSONS

06 51 54 10 32

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

### TIR

#### Jacky PATTE

04 74 80 19 42

[jacky.patte@wanadoo.fr](mailto:jacky.patte@wanadoo.fr)

### PLONGÉE

#### Christian PITET

06 81 13 98 99

[esniplongee@free.fr](mailto:esniplongee@free.fr)

[www.esniplongee.vpdive.com](http://www.esniplongee.vpdive.com)



### Président ESNI

#### Michel DESPLANQUE

06 81 12 23 19

[micheldesplanque@wanadoo.fr](mailto:micheldesplanque@wanadoo.fr)



## SKI-MONTAGNE

**Gilles BOUCHET**

06 81 35 30 55

[infosadherents@gesskimontagne.com](mailto:infosadherents@gesskimontagne.com)

## PLONGEE

**Patrick GOMMET**

06 31 72 00 51

[gommet.patrick@orange.fr](mailto:gommet.patrick@orange.fr)

## MOTO

**Jacques MALDERA**

06 07 87 74 26

[jacques.maldera@wanadoo.fr](mailto:jacques.maldera@wanadoo.fr)

## CYCLOTOURISME

**Jean-Yves ODIER**

06 60 33 13 80

[jeanyvesodier@hotmail.fr](mailto:jeanyvesodier@hotmail.fr)

## SPORTS AERIENS

**Bruno LECOMTE**

06 60 85 67 15

[lecomte.bruno@orange.fr](mailto:lecomte.bruno@orange.fr)

## GOLF

**Marc BATTISTELLA**

06 08 61 19 53

[m.battistella@orange.fr](mailto:m.battistella@orange.fr)

## NAUTIQUE

**Loris BERGIA**

06 06 64 09 32

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

## SQUASH

**Daniel IRIBARREN**

06 16 42 91 34

[daniel.iribarren@free.fr](mailto:daniel.iribarren@free.fr)

## PECHE

**Daniel SEINTURIER**

06 82 75 72 64

[daniel.seinturier@orange.fr](mailto:daniel.seinturier@orange.fr)

## HOCKEY SUR GLACE

**Jean-Pierre ESCALLON**

06 61 55 84 96

[jean-pierre.escallon@orange.fr](mailto:jean-pierre.escallon@orange.fr)

## FOOT

**Michel PEQUENO**

06 80 45 97 16

[michel.pequeno64@gmail.com](mailto:michel.pequeno64@gmail.com)

## TENNIS

**Paul OSEREDCZUK**

06 08 81 12 71

[oseredczuk.paul@wanadoo.fr](mailto:oseredczuk.paul@wanadoo.fr)



**Président GES**

**Michel PEQUENO**

06 80 45 97 16

[michel.pequeno64@gmail.com](mailto:michel.pequeno64@gmail.com)

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

### SQUASH

**Jonathan PONTHER**  
jonathan.ponthier@edf.fr

### SPORTS AERIEN

**Julien ESSERTEL**  
julien.essertel@edf.fr

### FOOT ST ALBAN

**Jessy PANARISI**  
panarisi\_j@hotmail.com

### SKI

**Yann COSTES**  
govskivienne@gmail.com

### PECHE

**Jean-Philippe RAMEL**  
jean-philippe.ramel@asmeg.org

### RUGBY

**Éric PARFANT**  
eric.parfant@edf.fr

### LOCATION MATÉRIEL SKI

**Ginès ALONSO**  
gines.alonso@free.fr

### NATATION

**Roselyne DOURDAN**  
rosakiel5@gmail.com

### FOOT VIENNE

**Jean Marc DUPUIS**  
jean-marcdupuis@wanadoo.fr

### GOLF

**Patrice OGE**  
goviennegolf@gmail.com

### RANDONNEE

**Joseph CARRER**  
josephcarrer@yahoo.fr

### BADMINTON

**Anthony REGAL**  
salgovbad@gmail.com

### VOILE

**Daniel VIDAL**  
daniel.vidal14@wanadoo.fr

### MUSCULATION

**Corine DESCROIX**  
govmusculation38@gmail.com

### MARCHE VIENNE

**Claude PROBST**  
claude\_probst@orange.fr

### PLONGEE

**Suzanne CAPIEU**  
suzanne.capieu@edf.fr

### TIR A L'ARC

**Laurent FERRY**  
lolofyl@free.fr

### BALL TRAP

**Patrick CASETTO**  
casettop@yahoo.fr



**Président GOV**

**Éric PARFANT**  
eric.parfant@edf.fr



### GYMNASTIQUE

📍 Salle CE SNCF  
Polygone scientifique  
Rue Winston Churchill  
Grenoble  
Françoise ARGELES  
Lundi et mercredi à 17h  
fargeles@numericable.fr

### ACTIVITÉ RADIOAMATEUR & ROBOTIQUE

📍 La Passerelle  
2863 rue du petit lac  
Saint-Martin-le-Vinoux  
Mercredi de 14h30 à 19h  
Alain AMICO  
06 01 73 49 02  
alain.amico0471@orange.fr  
f6kqy@wanadoo.fr

### NATATION

📍 Piscine - Coublevie  
Mardi de 18h à 19h  
Bruno MEHR  
06 87 84 46 45

### POTERIE

📍 Centre Marcel Paul  
Saint-Alban  
Lundi : 16h30-20h30  
Mardi : 14h-18h  
Jeudi : 13h30-17h30  
Evelyne ALLIGNOL  
06 44 86 25 48

### PEINTURE

• CENTRE MARCEL PAUL  
📍 Saint-Alban  
Vendredi de 14h à 18h  
Evelyne ALLIGNOL  
04 75 32 52 19

### PHILATELIE

• COLLECTIONNEUR  
ROUSSILLONNAIS  
📍 Château de Roussillon  
Roussillon  
1<sup>er</sup> mercredi du mois à 20h  
Pierre BRUNET-MANQUAT  
04 76 96 70 69  
• PHILAT'EG 38  
📍 Salle Vercors - Pont-de-Claix  
1<sup>er</sup> mercredi du mois de 16h à 19h  
Daniele BUTTARD  
dbuttard@orange.fr

### YOGA

📍 Salle securisme GEG  
Grenoble  
Jeudi de 17h30 à 19h  
Pierre-Antoine Chevalier  
04 76 84 37 09  
slv79@geg.fr

### INFORMATIQUE

• CENTRE DE LOISIRS  
📍 Estrablin  
Mardi de 14h à 16h30  
Raymond CHIRAT  
chirat.raymond@wanadoo.fr  
📍 SLVie 77 - Seyssinet-Pariset  
Jeudi de 14h à 16h  
Jean-Yves GUEGUAN  
06 70 99 01 58  
jy.gueguan@free.fr

### DANSE AFRICAINE

📍 Salle CE SNCF  
Polygone scientifique  
Rue Winston Churchill  
Grenoble  
Jeudi de 12h à 14h  
Nki ECHENIM  
nki.echenim@edf.fr

### ATELIERS CRÉATIFS

• CENTRE MARCEL PAUL  
📍 Saint-Alban  
Mardi et jeudi après-midi  
Liliane BATAILLE  
bataille.liliane@gmail.com  
• CMCAS  
I Fontaine  
Espace Nelson Mandela  
30 rue de la liberté  
Les mardis après-midi  
de 14h à 16h  
Françoise BERNARD  
07 50 55 01 28  
francoise.bernard5@gmail.com

### POP COUTURE

• PÔLE HYDRO EDF À SAINT-  
MARTIN-LE-VINOUX  
Mardi et vendredi  
de 12h à 14h  
Mélanie ANTHEAUME  
06 84 46 92 68  
melanie.antheaume@edf.fr

### YOGA

• CENTRE MARCEL PAUL  
📍 Saint-Alban  
Mardi de 18h15 à 19h45  
Valérie ESSERTEL  
06 70 38 89 60  
slv75@edf.fr






© Sébastien Le Claino / CC BY



## CMCAS Dauphiné Pays de Rhône

24 rue Louis Gagnière

38950 Saint-Martin-le-Vinoux

 CMCAS Dauphiné pays de Rhône

[dauphine-paysderhone.cmcas.com](http://dauphine-paysderhone.cmcas.com)

