



GUIDE DES SPORTS

ET DES ÉQUIPEMENTS SPORTIFS

> 2024-2025

COMMUNAUTÉ DE COMMUNES DE LA CHAMPAGNE CONLINOISE & DU PAYS DE SILLÉ

📍 Pôle intercommunal - 4 rue de Gaucher - 72240 Conlie

📞 02 43 52 11 67 📧 contact@4cps.fr 🌐 www.4cps.fr

Édito

Chers habitants de la Communauté de Communes de la Champagne Conlinoise & du Pays de Sillé, chers visiteurs de passage,

Les jeux olympiques et paralympiques de Paris 2024 nous offre une opportunité unique pour renforcer notre dynamique sportive. Aussi, la 4CPS se devait de saisir cette occasion pour promouvoir le sport dans toute sa diversité.

La labellisation "Terre de Jeux 2024" qui nous a été récemment attribuée, est le résultat de notre engagement à promouvoir le sport. Que vous soyez jeunes ou moins jeunes, débutants ou confirmés, nous souhaitons vous offrir les meilleures conditions pour pratiquer vos activités sportives préférées, vecteur d'épanouissement

Pour concrétiser cet engagement, nous vous présentons ce présent Guide des Sports et des Équipements Sportifs. Celui-ci est bien plus qu'un simple recueil d'informations : il est un outil essentiel pour vous accompagner dans votre aventure sportive. Vous y trouverez une vision exhaustive des activités disponibles sur notre territoire ainsi que des équipements et infrastructures mis à votre disposition.

Ce guide ne se contente pas de présenter les activités proposées, il met en avant les équipements disponibles, facilitant ainsi l'accès à la pratique sportive pour tous. En valorisant les infrastructures communales ou intercommunales, nous voulons encourager leur utilisation et attirer l'attention sur les investissements réalisés dans ce domaine.

La réalisation de ce guide s'inscrit dans une démarche visant à faire de notre territoire un véritable espace dédié au sport et au bien-être.

Ce guide se veut être un outil précieux pour encourager la pratique sportive diversifiée, accessible à tous et favoriser le mieux vivre ensemble.

Que sa lecture vous permette de mieux découvrir l'offre sportive de notre beau territoire.

Valérie Radou, Présidente de la 4CPS,

Hugues Bombled, Vice-Président de la 4CPS en charge des Équipements sportifs,

Vincent Hulot, Vice-Président de la 4CPS en charge de la Communication.



SOMMAIRE

04 | LE LABEL TERRE DES JEUX

04 | GRANDE CAUSE NATIONALE 2024

05 | L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

06 | LA SÉDENTARITÉ

07 | LES PRÉPARATIFS DU SPORTIF

08 | LES INFRASTRUCTURES SPORTIVES

16 | LES ASSOCIATIONS SPORTIVES

30 | LES CHIFFRES CLÉS

31 | LES AIDES À LA PRATIQUE SPORTIVE

> Direction de publication : Valérie Radou > Direction de rédaction : Vincent Hulot
> Rédaction : Mathilde Mingot, étudiante en Bachelor Marketing Communication
> Photos : 4CPS, communes & associations sportives sauf mention contraire ; photo couverture : Club Olympique Rouézien > Création et réalisation : Service communication Mathilde Mingot & Stéphane Lefeuvre > Impression : Tessé Impressions > Imprimé à 4 000 exemplaires > Juillet 2024

LE LABEL TERRE DES JEUX

En perspective des Jeux Olympiques et Paralympiques de Paris 2024, la 4CPS a été labellisée **“Terre de Jeux 2024”**. Dans ce cadre, le territoire va accueillir, au courant de l’année, plusieurs événements sportifs et expositions destinés à tous les publics.

Le label “Terre de Jeux 2024” est ouvert à toutes les collectivités territoriales, au mouvement sportif (fédérations, CROS-CDOS, CTOS) et aux ambassades, quelle que soit leur taille ou leurs ressources. Il vise à valoriser leurs initiatives exemplaires et à promouvoir une pratique sportive accrue à travers la France.

Les entités labellisées s’engagent à développer ou renforcer des programmes sportifs, adaptés à leurs capacités : des actions simples pour les petites communes, jusqu’à des projets ambitieux pour les régions et les fédérations, au-delà des valeurs et des objectifs de Paris 2024.

GRANDE CAUSE NATIONALE 2024

Dans la dynamique des jeux Olympiques et Paralympiques de paris, et pour répondre à l’urgence sanitaire contre la **sédentarité** et l’addiction aux **écrans**, la promotion de l’**activité physique** est déclarée “Grande Cause Nationale 2024”. Tout au long de l’année, de nombreux événements sont organisés pour rassembler les individus autour du sport et les encourager à intégrer la pratique physique dans leur quotidien.



L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

Selon l'OMS l'activité physique se réfère à tous les mouvements corporels, que nous effectuons au cours de la journée et qui nécessitent une dépense énergétique. Elle peut s'effectuer selon des intensités différentes.

L'activité physique se manifeste à travers :

- > Les **déplacements actifs** : marcher, faire du vélo, monter et descendre par les escaliers,
- > Les **activités domestiques** : faire le ménage, bricoler, jardiner,
- > Les **activités professionnelles** : travail physique ou scolaire.

Le sport, quant à lui se pratique dans une structure encadrée par des règles et à différents niveaux (sport loisir, sport de compétition...).

Les bienfaits de l'activité physique

Améliore la qualité de vie

Améliore la quantité
et qualité du sommeil

Réduit le stress
et l'anxiété

Baisse la
tension artérielle

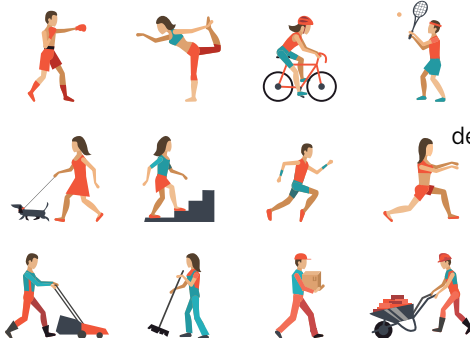
Réduit le risque
de maladies chroniques

Stimule
l'estime de soi

Améliore la
santé mentale

Renforce la musculature
et les articulations

Renforce le système
cardiovasculaire et immunitaire



LA SÉDENTARITÉ

La sédentarité est une situation caractérisée par une dépense énergétique très faible. Elle correspond au **temps passé en position assise ou allongée sans bouger**, durant la phase d'éveil.

Au-delà de 6h par jour en position assise ou allongée (*en dehors des heures de sommeil*), vous êtes considéré comme une personne **sédentaire**.

Principales causes :



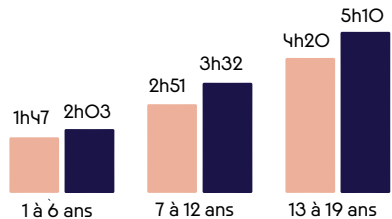
Les moyens de transport



Les loisirs passifs



Les activités professionnelles et scolaires



2011

2022

Source : Ipsos via Les Echos

Temps passé devant les écrans chez les jeunes

Conséquences :

C'est l'un des principaux facteurs de risque de mortalité lié aux maladies non transmissibles. Les personnes ayant une activité physique insuffisante ont un risque de décès majoré de 20 % à 30 %. Elle amplifie le développement de certaines pathologies, telles que :

- > Les maladies cardiovasculaires ;
- > Les cancers du côlon, du poumon et de l'endomètre ;
- > Le diabète de type 2 ;
- > Les troubles mentaux (anxiété, dépression...);
- > Les troubles musculo-squelettiques.

Quelques astuces :

- > Dans le cadre d'un travail de bureau, Il est recommandé de faire **une pause** et de **se lever**, s'étirer et **marcher quelques minutes, toutes les 2h**.
- > Placer des objets utiles à des endroits éloignés, afin de mettre le **corps en mouvement**, pour les atteindre (téléphones, poubelles, dossiers...).
- > Faites des **promenades** en écoutant de la musique, **s'étirer** devant vos films et séries...
- > **Bouger au moins 30 minutes par jour**.

LES PRÉPARATIFS DU SPORTIF

La préparation physique fait partie intégrante de vos entraînements. Cela permet d'améliorer ses performances, au travers de 6 composantes :

L'ÉCHAUFFEMENT :
prévient les blessures et prépare les muscles.

L'ALIMENTATION :
une alimentation saine et équilibrée est cruciale pour une bonne santé physique et mentale.

LA SOUPLESSE :
permet une meilleure amplitude de mouvement.

L'ENDURANCE :
des exercices cardio-musculaires permettent une résistance à l'effort physique.

VAINCRE LES DIFFICULTÉS PSYCHOLOGIQUES :
le corps et l'esprit étant liés, la préparation physique permet également au mental de ne pas abandonner.

LA RESPIRATION :
une respiration régulière et contrôlée permet de maintenir le rythme de l'effort.



15 : SAMU

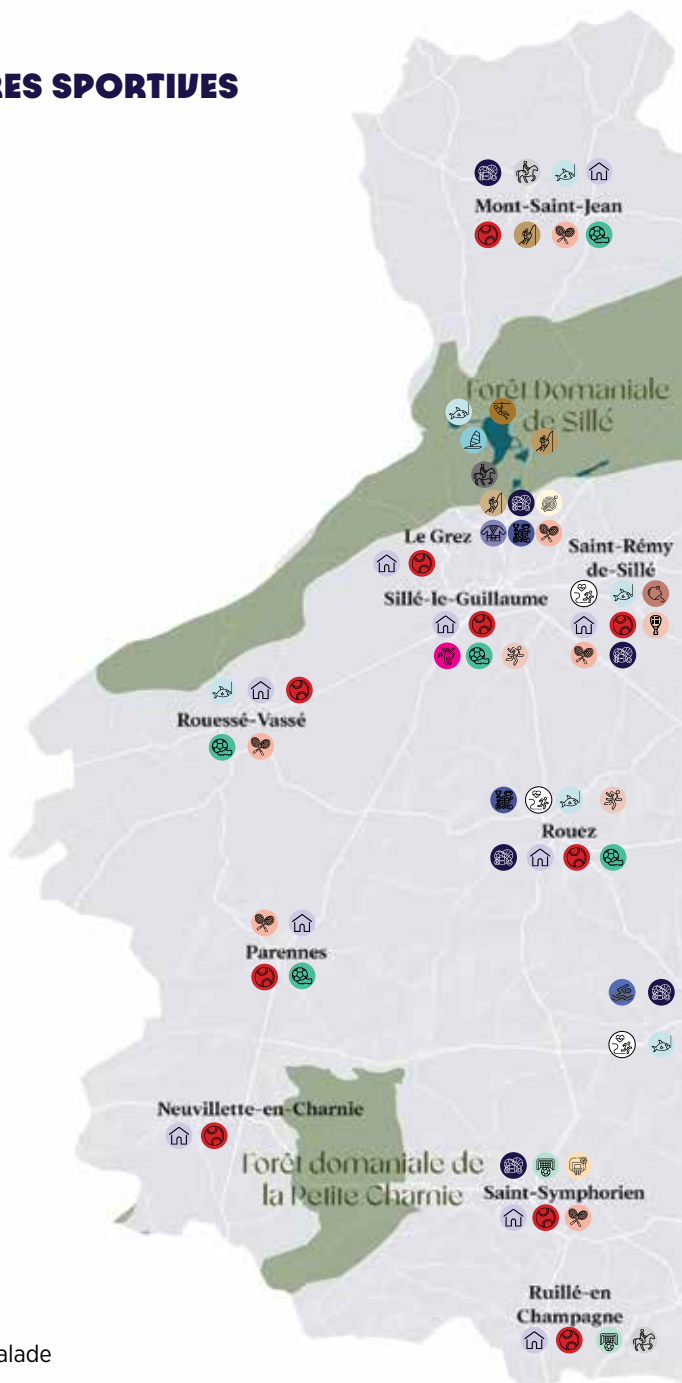
18 : Pompiers

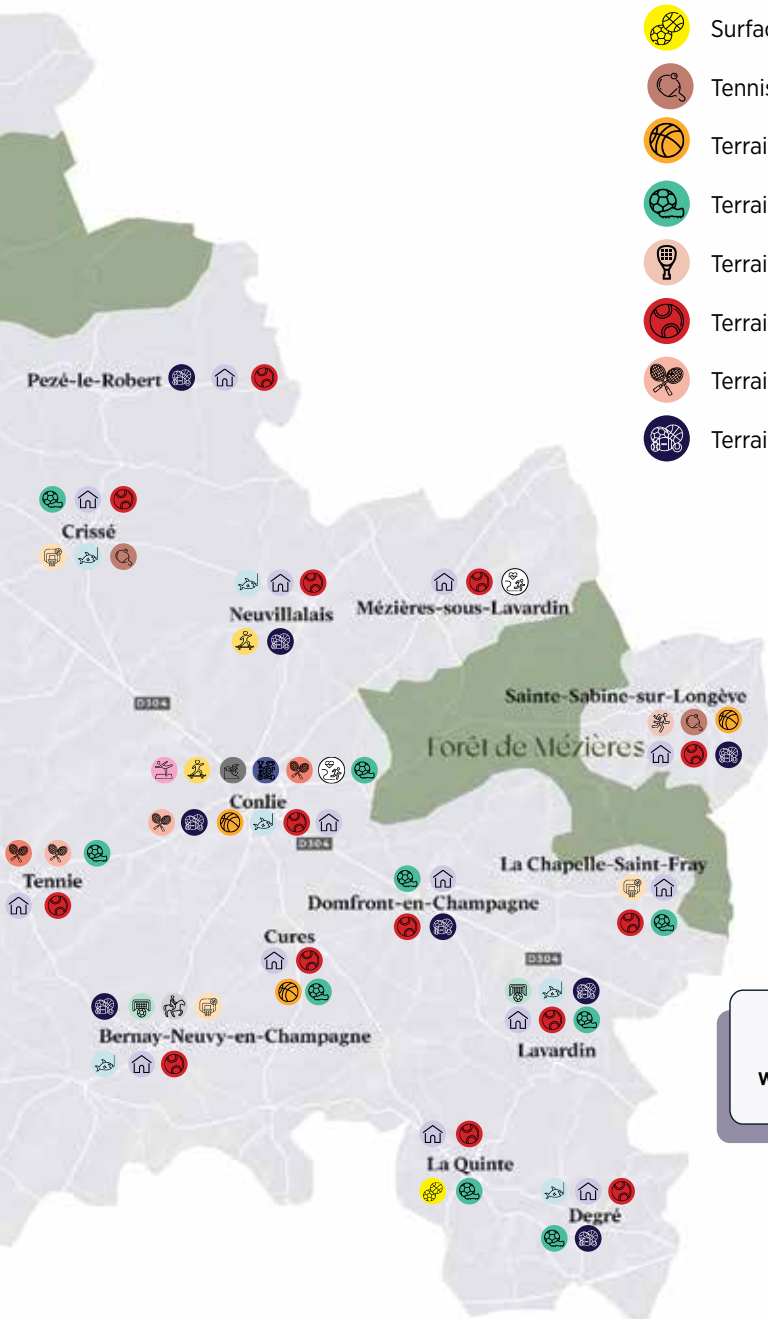
112 : Appel d'urgence Européen

114 : SMS d'urgence Européen

LES INFRASTRUCTURES SPORTIVES

-  But de foot
-  Centre d'activité nautique
-  Centre équestre
-  Dojo
-  Gymnase
-  Hippodrome
-  Mur de tennis
-  Panier de basketball
-  Parcours accrobranche
-  Parcours sport santé
-  Pêche
-  Piscine
-  Piste d'athlétisme
-  Piste bicross
-  Salle de danse
-  Salle de gymnastique
-  Salle de tir à l'arc
-  Salle polyvalente
-  Site d'escalade
-  Skatepark & Pumptrack
-  Structure artificielle d'escalade






-  Surface multisport
-  Tennis de table
-  Terrain de basket-ball
-  Terrain de football
-  Terrain de padel
-  Terrain de pétanque
-  Terrain de tennis
-  Terrain de multisport

Version interactive 

www.4cps.fr/infrastructures

LES INFRASTRUCTURES SPORTIVES

 La majorité des équipements sportifs du territoire sont accessibles aux personnes en situation de handicap moteur.



But de foot

- > Bernay-Neuvy
- > St-Symphorien
- > Lavardin
- > Ruillé-en-Champ.



Gymnase

- > Conlie
- > Rouez
- > Sillé-le-Guil.



Centre d'activité nautique

- > Sillé-le-Guillaume



Hippodrome

- > Sillé-le-Guillaume



Centre équestre

- > Bernay-Neuvy
- > Ruillé en Ch
- > Mont-St-Jean



Mur de tennis

- > Conlie
- > Tennie



Dojo

- > Sillé-le-Guillaume



Panier de basketball

- > Bernay-Neuvy
- > Crissé
- > La Chap.-St-Fray
- > St-Symphorien



Parcours acrobranche

> Sillé-le-Guillaume



Parcours sport santé

> Conlie
> Rouez
> Saint-Rémy
> Tennie



Pêche

> Bernay-Neuvy
> Conlie
> Mont-St-Jean
> Rouessé-Vassé
> Rouez
> Sillé-le-Guil.
> Tennie
> Crissé
> Degré
> Lavardin
> Neuvillalais
> Saint-Rémy



Piste d'athlétisme

> Rouez
> Sillé-le-Guillaume



Piste biross

> Conlie



Salle de danse

> Sillé-le-Guillaume



Salle de gymnastique

> Conlie



Salle tir à l'arc

> Sillé-le-Guillaume



Salle polyvalente

- > Dans la plupart des salles du territoire, une activité physique est pratiquée.



Site d'escalade

- > Mont-Saint-Jean
- > Sillé-le-Guillaume



Skatepark & Pumptrack

- > Conlie
- > Neuvillalais



Structure artificielle d'escalade

- > Sillé-le-Guillaume



Surface de multisport

- > La quinte



Tennis de table

- > Crissé
- > Saint-Rémy-de-Sillé
- > Sainte-Sabine-sur-Longève



Terrain de basket-ball

- > Conlie
- > Cures
- > Sainte-Sabine-sur-Longève



Terrain de football

- > Conlie
- > Crissé
- > Cures
- > Degré
- > Domfront-en-Champagne
- > La Chapelle-Saint-Fray
- > La Quinte
- > Lavardin
- > Mont-Saint-Jean
- > Parennes
- > Rouessé-Vassé
- > Rouez
- > Sillé-le-Guillaume
- > Tennie



Terrain de pétanque

- > La plupart des communes du territoire dispose d'un terrain de pétanque



Terrain de tennis

- > Conlie
- > Mont-Saint-Jean
- > Parennes
- > Rouessé-Vassé
- > Saint-Rémy-de-Sillé
- > Saint-Symphorien
- > Sillé-le-Guillaume
- > Tennie



Terrain multisports

- > Conlie
- > Degré
- > Domfront-en-Ch.
- > Lavardin
- > Mont-Saint-Jean
- > Neuvillalais
- > Pezé-le-Robert
- > Saint Rémy
- > Ste-Sabine
- > St-Symphorien
- > Sillé-le-Guil.
- > Tennie
- > Rouez

Sources : <https://equipements.sports.gouv.fr/explore/dataset/data-es/table>

Infrastructures prochainement disponibles

- > Bernay-Neuvy-en-Champagne : Terrain multisports (nov. 2024)
- > Mézières-sous-Lavardin : Parcours sport santé (fin 2024)
- > Saint-Rémy-de-Sillé : 2 terrains de Padel (oct. 2024)
- > Sainte-Sabine-sur-Longève : Piste d'athlétisme (fin sept. 2024)



Parcours randonnée

Découvrez la beauté naturelle de la Champagne Conlinoise et du Pays de Sillé à travers nos **nombreux sentiers de randonnée**. Entre forêts verdoyantes et paysages vallonnés, explorez des circuits adaptés à tous les niveaux. Rejoignez les itinéraires emblématiques tels que le GR36 et le GR365 pour une immersion totale dans la nature. **Profitez de parcours balisés, découvrez des points de vue exceptionnels** comme Rochebrune et le Saut du Serf, et suivez les traces des marcheurs historiques sur le Chemin Montois.



 [destinationcoco.com](https://www.destinationcoco.com)

 officedetourisme@4cps.fr

 **02.43.20.10.32**

  **Destination Coco**



Parcours VTT

Les passionnés de VTT trouveront leur bonheur en Champagne Conlinoise et au Pays de Sillé. Avec une multitude de circuits balisés, la région offre des parcours pour tous les niveaux. Partez à la découverte des forêts domaniales de Sillé et de la Petite Charnie, ou encore de la forêt de Mézières et du patrimoine historique de la région ! chaque chemin vous promet une expérience unique.

Scannez le QRcode pour retrouver
tous les circuits de VTT



Piscine



Découvrez la **piscine de Tennie**, nichée au cœur de la Champagne Conlinoise et du Pays de Sillé ! Ouverte du 1^{er} juillet au 31 août. Des cours de natation sont disponibles sur demande au 02 43 20 51 08.

Passez une journée inoubliable en famille ou entre amis, et **explorez les nombreuses activités de la base de loisirs de Tennie** !

- > **Gratuit** : pour les -de 5 ans,
- > **2,50 €** : pour les 6-14 ans,
- > **4 €** : à partir de 15 ans,
- > **25 €** : carte de 8 entrées,
- > **1 €** : accompagnateur.

Parcours PMR

Le Circuit d'interprétation de la Champagne Conlinoise est un parcours de **1200 mètres situé à Tennie**, conçu pour être **accessible à tous les types de handicaps**. Il comprend des panneaux sonores et pédagogiques adaptés, y compris en braille pour les malvoyants, et des pierres tactiles pour éveiller le toucher. Des tables et bancs adaptés sont disponibles pour les randonneurs. Ce sentier unique en son genre permet de découvrir le patrimoine rural de manière inclusive.



**Circuit labellisé
"Tourisme & Handicap"**





LES ASSOCIATIONS SPORTIVES

Arts Martiaux

Club Olympique Rouézien	p 27
Judo Club Champagne Conlinoise	p 18
Judo Club de Sillé	p 18

Athlétisme

Sillé Club d'Athlétisme	p 18
-------------------------------	------

Badminton

Badminton Club Silléen	p 19
Club Olympique Rouézien	p 27

Basket

Club Basket Conlie	p 19
Club Olympique Rouézien	p 27

Boxe

Club Olympique Rouézien	p 27
-------------------------------	------

Cyclisme

Ass. Cyclotourisme et VTT Sillé	p 20
Cyclo club de la Vègre	p 19
Union Cycliste Sillé	p 19
VC Conlie	p 20
VTT Sillé	p 20

Danse

Chahut danse	p 20
Club Olympique Rouézien	p 27
Retraite Sportive du pays Silléen	p 26

Équitation

Bernay équitation	p 21
-------------------------	------

Football

AS Cures	p 28
AS Mont-Saint-Jean	p 28
Club Olympique Rouézien	p 27
Club Rouez Crissé	p 28
FC Pays de Sillé	p 28
Sporting Club Trangé Chaufour Degré	p 29
US Conlie- Domfront	p 29
US Coulans-La Quinte	p 29
USTSS	p 29

Gymnastique

Ass. Sportive Saint Symphorien	p 21
Club Olympique Rouézien	p 27
Familles Rurales de Conlie	p 25
Familles Rurales de Rouez	p 25
Familles Rurales de Tennie	p 25
Génération Mouvement Domfront	p 26
Gymnastique Degré	p 21
Gymnastique Volontaire Conlie	p 21
Retraite Sportive du pays Silléen	p 26
Sport Attitude en Pays de Sillé	p 21

Handball

Handball Club du Pays de Sillé	p 22
--------------------------------------	------

Hockey

Club Olympique Rouézien..... p 27

Lutte

Club Olympique Rouézien..... p 27

Pétanque

Club Olympique Rouézien..... p 27

Génération Mouvement Tennie ____ p 26

Passion pétanque Conlie..... p 22

Retraite Sportive du pays Silléen ____ p 26

Pilates

Club Olympique Rouézien..... p 27

Familles Rurales de Conlie..... p 25

Génération Mouvement Domfront ____ p 26

Gymnastique Volontaire Conlie..... p 21

Vitalité et sérénité 72..... p 26

Randonnée

Degré Rando Nature..... p 22

Familles Rurales de Rouez..... p 25

Génération Mouvement Tennie ____ p 26

Génération Mouvement Domfront ____ p 26

Génération Mouvement Interclubs ____ p 26

Rando. pédestre du pays de Sillé ____ p 22

Retraite Sportive du pays Silléen..... p 26

Rugby

Club Olympique Rouézien..... p 27

Tennis

Retraite Sportive du pays Silléen ____ p 26

Tennis Club Sillé Conlie..... p 23

Tennis de table

ASCA Lavardin..... p 23

Degré Jeunesse et Sport..... p 23

Tennis de table Club du Pays de Sillé ____ p 23

Tir à l'arc

Les Archers de Sillé..... p 24

Retraite Sportive du pays Silléen ____ p 26

Twirling

Twirling Bâton de la Champagne

Conlinoise et du Pays de Sillé ____ p 24

Voile

Cercle de Voile de Sillé Plage ____ p 24

Yoga

Association conlinoise de Hatha Yoga p 25

Club Olympique Rouézien..... p 27

Familles Rurales de Tennie..... p 25

Génération Mouvement Domfront ____ p 26

Génération Mouvement Interclubs ____ p 26

Les amis du yoga..... p 25

Vitalité et sérénité 72..... p 26

Multisports

Club Olympique Rouézien..... p 27

Familles Rurales de Conlie..... p 25

Familles Rurales de Rouez..... p 25

Familles Rurales de Tennie..... p 25

Génération Mouvement Domfront ____ p 26

Génération Mouvement Interclubs ____ p 26

Retraite Sportive du pays Silléen ____ p 26



Déficiência
Visuelle



Handicap
Mental



Déficiência
Auditive




Handicap
Moteur


ARTS MARTIAUX



Judo Club de Sillé-le-Guillaume

 Dojo, Centre sportif Ernest Chevreuil
72140 **Sillé-le-Guillaume**

 06.72.69.27.22

 judoclubsilleleguillaume@gmail.com





À partir de 4 ans


Judo, jujitsu et disciplines associées,
Taïso



Judo Club de la Champagne Conlinoise

 Salle de Gym
72240 **Conlie**

 07.82.35.42.22

 judoccc72@gmail.com



<https://sites.google.com/site/judoclubconlie>



À partir de 3 ans


Judo, jujitsu et disciplines associées,
Taïso et Self-défense



ATHLÉTISME

Sillé Club d'Athlétisme

 Salle la Métallerie ; plateau sportif Paul Scarron
72140 **Sillé-le-Guillaume**

 06.21.59.01.75

 comejoel@orange.fr

 <https://silleclubathletisme.e-monsite.com> 



À partir de 6/7 ans

Athlétisme, Course à pied



BADMINTON

Badminton Club Silléen

📍 Salle A, Centre Sportif Ernest Chevreuil
72140 Sillé-le-Guillaume

✉ badcs72@gmail.com

🌐 <http://bcs72.free.fr> 

📄 À partir de 12 ans



BASKETBALL

Conlie Basket Club

📍 Gymnase Joel le Theule
72240 Conlie

✉ secretariat@conliebasketclub.fr

🌐 <https://conliebasketclub.fr>  

📄 À partir de 5 ans



CYCLISME



Cyclo Club de la Végère

📍 Au départ de la salle du Temps Libre
72240 Tennie

☎ 05.75.83.53.11

✉ rosignol-christine@bbox.fr

🌐 ccvtennie.wordpress.com

📄 À partir de 18 ans

Union Cycliste Sillé

📍 En extérieur et championnat sur route FSGT
72140 Sillé-le-Guillaume

☎ 06.24.29.54.90

✉ ucs1.guillaume@gmail.com 

📄 À partir de 15 ans

VC Conlie

📍 Sur Route / Terrain de BMX de Conlie
72240 **Conlie**

☎ 06.27.81.67.02

✉ vcconlie72@gmail.com

🌐 <https://vcconlie.wixsite.com/vcconlie>



📄 **À tout âge**

Association Cyclotourisme et VTT

📍 pratique extérieure
72140 **Sillé-le-Guillaume**

☎ 06.67.44.36.38

✉ launay.sille@gmail.com

📄 **À partir de 9 ans**

Sillé VTT Sport

📍 Sillé-le-Guillaume en majorité, les lieux d'entraînement peuvent varier en fonction de la discipline travaillée
72140 **Sillé-le-Guillaume**

☎ 06.85.05.52.83

✉ sillevttsport@gmail.com  

📄 **À partir de 5 ans**

Cyclisme, VTT (*3 disciplines: cross country, trial et descente*)



DANSE

Chahut Danse

📍 Salle Jean Louis Fontaine, Espace Éole
72240 **Conlie**

✉ chahutdanse@yahoo.fr 

📄 **À partir de 5 ans**


Modern jazz, Street jazz







ÉQUITATION

Bernay Équitation 72

 72240 Bernay-Neuvy-en-Champagne

 06.74.26.81.96

 michel.leplu@orange.fr  

 **À tout âge**

Concours de Trec Equitation
et Stage Dressage CSO



GYMNASTIQUE




Association Sportive Saint-Symphorien


 Salle de l'Entracte
72240 Saint-Symphorien

 rouault.famille@wanadoo.fr

 **À partir de 20 ans**

Gymnastique Degré


 Salle polyvalente
72550 Degré


 06.43.72.90.52

 chantal.bellanger3@orange.fr


 **Séniors - Adultes**


Sport Attitude en Pays de Sillé

 Dojo, Centre sportif Ernest Chevreuil
72140 Sillé-le-Guillaume

 06.83.73.11.34

 sportattitudeenpaysdesille@gmail.com


 <https://sportattitudeenpaysdesille.com>


jimdofree.com 


 **À partir de 17 ans**



Gymnastique Volontaire Conlie

 Salle de gym
72240 Conlie

 06.01.82.71.41 / 06.52.52.95.65

 gymvolontaire-072014@epgv.fr

 gymvolontaireconlie.free.fr

 **À partir de 16 ans**

Gymnastique, Pilates, renforcement musculaire



HANDBALL

Handball Club du Pays de Sillé

- 📍 Centre sportif Ernest Chevreuil
72140 **Sillé-le-Guillaume**
- ✉️ 6272017@FFhandball.net
- 🌐 <https://handball-club-du-pays-de-sille.pepsup.com>
- 📷 📘
- 📄 **À partir de 6 ans**



PÉTANQUE

Passion Pétanque Conlinoise

- 📍 Boulodrome - Rue de Gaucher
72240 **Conlie**
- ☎️ 06.01.47.47.21
- ✉️ petanqueconlinoise@outlook.fr 📘
- 📄 **Tout public**
- 🗣️ 📄 ♿



RANDONNÉE



Degré Rando Nature

- 📍 Chemins de randonnée
(principalement en Sarthe)
72550 **Degré**
- ☎️ 06.81.83.16.54
- ✉️ jo.vallee72@gmail.com
- 🌐 degrerandonature.free.fr
- 📄 **Tout âge**

Randonneurs pédestres du pays de Sillé

- 📍 Chemins de randonnées du territoire
et ses environs - 72240 **Sillé-le-Guillaume**
- ☎️ 06.89.98.97.52
- ✉️ randonneurs@rando-pays-sille.fr
- 🌐 <https://www.rando-pays-sille.fr>
- 📄 **À partir de 18 ans, mineurs accompagnés**

TENNIS

T.C.S.C. (Tennis Club de SILLÉ-CONLIE)

📍 Centre Sportif de la Métallerie - 72140 Sillé
Gymnase Joël Le Theule - 72240 Conlie

✉️ tcsc72@gmail.com

🌐 <https://tcsc72.wixsite.com/tcsc72> 📷 📘 📺

📄 À partir de 3 ans



TENNIS DE TABLE

ASCA Lavardin Tennis de table

📍 Salle polyvalente - 72240 Lavardin
Gymnase Raoul Rousselière
72650 La Chapelle St Aubin

☎️ 06.67.05.90.54

✉️ educateur.ascalavardin@gmail.com

🌐 <https://www.asca-lavardintt.com>



📄 Tous les âges : de baby à vétéran



Tennis de Table Club du Pays de Sillé

📍 Salle B, centre sportif Ernest Chevreuil
72140 Sillé-le-Guillaume

☎️ 06.70.42.79.05

✉️ ttcsille@ttcsille.fr

🌐 <https://ttcsille.fr> 📘

📄 De 8 à 16 ans

Degré Jeunesse et Sport

📍 Salle polyvalente, Route du Mans
72550 Degré

☎️ 06.80.05.96.48





✉️ djs.degre@sfr.fr

📄 À partir de 10 ans



TIR À L'ARC








Les archers de Sillé

-  Centre Sportif de la Métallerie
72140 Sillé-le-Guillaume
-  06.81.80.61.21
-  lesarchersdesille@gmail.com 
-  **À partir de 7 ans**
- 



TWIRLING BATON

Twirling Bâton de la Champagne Conlinoise et du Pays de Sillé

-  Gymnase Joël Le Theule - 72240 Conlie
Centre sportif Ernest Chevreuil
72140 Sillé-le-Guillaume
-  06.77.78.12.52
-  twirlingtbccps@gmail.com
-  <https://view.genial.ly/6362d17d32140e001836c00f/presentation-le-tbccps>  
-  **À partir de 5 ans (6 ans dans la saison)**
Danse, Gymnastique, Twirling



VOILE

Cercle de Voile de Sillé Plage

-  Lac de Sillé
72140 Sillé-le-Guillaume
-  06.08.10.29.90
-  contact.cvs72@gmail.com
-  www.centre-sille-sportsnature.fr  
-  **À partir de 9 ans**
Dériveur, Catamaran, Paddle, Planche à voile







YOGA



Les Amis du Yoga





-  Studio 18
72140 Sillé-le-Guillaume
-  07.89.66.19.48
-  pascal.fouquet53@orange.fr
-  À partir de 16 ans

Association Conlinoise de Hatha Yoga

-  Salle de Gym, Espace Eole
72240 Conlie
-  06.30.68.51.14
-  achy.association@gmail.com
-  À partir de 18 ans

MULTISPORT

Familles Rurales de Conlie






-  Salle des fêtes, Espace Eole
72240 Conlie
-  06.11.59.68.20
-  annickchevallier@orange.fr
-  Gymnastique **séniors**
Pilates à partir de 16 ans

Familles Rurales de Tennie

-  Salle du Temps Libre
72240 Tennie
-  06.88.29.68.38
-  famillesruralestennie@gmail.com
-  <https://www.famillesrurales.org/tennie> 
-  À partir de 18 ans
Gymnastique, Yoga








Familles Rurales de Rouez

-  Salle polyvalente - 72140 Rouez
Forêt de Sillé - 72140 Sillé-le-Guillaume
-  06.32.65.98.63
-  famillesruralesrouez@laposte.net 
-  À partir de 16 ans
Gymnastique, Marche nordique












Génération Mouvement **Domfront en champagne**

-  Espace Domfront
72240 Domfront-en-Champagne
-  06.43.25.42.22
-  danielmussard72@gmail.com
-  **À partir de 18 ans**
Pilates, Yoga, marche rando & gym
- 

Génération Mouvement Tennis

-  Salle du Temps Libre
72240 Tennie
-  generationsmouvementtennie@gmail.com
-  marche, pétanque

Génération Mouvement Interclub **Champagne Conlinoise**

-  Salle de Gym
72240 Conlie
-  06.60.11.57.63
-  gemouvconlie@gmail.com
-  <https://www.generations-mouvement-conlie-gmicc.fr> 
-  **À partir de 60 ans**
Randonnée pedestre, Yoga

Retraite Sportive du Pays Silléen


-  Studio 18, Centre Sportif Ernest Chevreuil,
Centre Sportif de la Metallerie, Stade
Martin Parayre
72140 Sillé-le-Guillaume
-  06.33.26.64.40
-  retraite.sportive.sille.72@gmail.com
-  **À partir de 50 ans**
Danse, Gymnastique, Randonné pedestre,
Sport de boule, Tir à l'arc, Tennis, SMS
(*Section Multi activités Séniors*),
Sarbacane, Marche Balade, Marche
Nordique, Danse en Ligne
-   


Vitalité Sérénité 72


-  Salle polyvalente
72240 Mézières-sous-Lavardin
-  vitalite.serenite.72@gmail.com
-  <https://vitaliteserenite72.wixsite.com/infos/blank-1>
-  Yoga, Pilates



Club Olympique Rouézien

 Gymnase de Rouez
72140 Rouez

 02.43.20.33.91

 secretariat.cor72140@gmail.com

 https://c_o_rouezien.sportsregions.fr 

 **À partir de 3 ans**

Athlétisme, Badminton, Basketball, Boxe, Danse, Football, Gymnastique, Handball, Hockey, Judo, jujitsu et disciplines associées, Lutte, Musculation, Pilates, Rugby, Sport de boule, Tir à l'arc, Tennis de table, Tennis, Twirling, Volleyball, Yoga, Club Omnisport, Initiation enfant, Modern jazz, Zumba







FOOTBALL

AS Mont-Saint-Jean

 Stade de Mont-Saint-Jean,
Route de st Germain
72140 **Mont-Saint-Jean**


 06.63.49.52.22


 548584@lfpl.fr



 **À partir de 16 ans**



FC Pays de Sillé

 Stade Martin Parayre
72140 **Sillé-le-Guillaume**
Stade de la Terre Rouge
72140 **Rouessé-Vassé**


 06.83.38.91.08 / 06.87.01.20.33


 2018fcps@gmail.com 



 **À partir de 6 ans**



Association Sportive de Cures

 Stade de Cures
72240 **Cures**


 06.98.88.60.81

 ascures72@gmail.com 

 **À partir de 18 ans**



FC Rouez Crissé (FCRC)


 Stade - 72140 **Rouez**
Stade - 72140 **Crissé**

 FcRouez crisse72@gmail.com 

 **À partir de 18 ans**

Sporting Club


Trangé Chaufour Degré


 Stade - 72550 Degré
Stade - 72550 Chaufour-Notre-Dame
Stade - 72360 Trangé

 sporting.club.tcd@gmail.com  

 À partir de 4 ans

US Conlie-Domfront Football

 Stade municipal
72240 Conlie


 07.77.99.17.60


 christophe.pean59@sfr.fr 

 À partir de 6 ans



US Coulans-La Quinte


 Stade, 1 rue des sports
72550 Coulans-sur-gée
Stade, 18 route des grands bois
72550 La Quinte

 06.73.75.05.46

 uscoulanslaquinte@gmail.com

 <https://uscoulans-laquinte.footeo.com>



 À partir de 4 ans
Football, Fitfoot

USTSS

 Stade Roger Plumas
72240 Tennie

 savigne.deborah@orange.fr 

 À partir de 18 ans



VILLES SPORTIVES

Le label «Ville Sportive» récompense les communes pour leurs efforts en matière de promotion du sport. Les critères incluent l'accessibilité du sport pour tous, la qualité des infrastructures, le dynamisme associatif, l'organisation d'événements sportifs et une politique communale sportive structurée. Ce label valorise les initiatives visant à favoriser la pratique sportive et à améliorer les équipements. Les villes labellisées bénéficient d'une reconnaissance régionale.

Rouez



Sillé-le-Guillaume



LES CHIFFRES CLÉS

+ de **259**

Infrastructures sportives



+ de **3540**

Adhérents au sein d'une association sportive



+ de **50**

Associations sportives



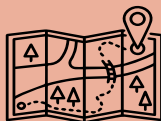
+ de **59**

Chemins balisés de randonnée



+ de **536**

kms de circuits de randonnée



+ de **92**

kms de circuits de VTT





LES AIDES À LA PRATIQUE SPORTIVE

Pass'Sport

Allocation de rentrée sportive de 50€ par jeune (entre 6 et 18 ans) pour financer tout ou partie de son inscription au sein d'un club sportif. Dispositif de retour au 1^{er} juin et disponible jusqu'au 31 décembre 2024.

Plus d'infos

<https://vu.fr/guDQt>

Coupon sport

Chèque facilitant l'accès à la pratique sportive au sein des associations et clubs sportifs conventionnés par l'ANCV, réglant les dépenses liées à cette dernière (achat d'une licence, adhésion, cours ou stage de sport). Ce chèque nominatif existe en coupons de 10, 15 ou 20 euros cumulables.

Plus d'infos

<https://vu.fr/sUQtT>

Chèque Up Sport & Loisir

Avantage sur des activités sportives, de loisirs au quotidien et de détente, sans obligation d'abonnement, **proposés à tous les salariés des entreprises partenaires.**

Plus d'infos

<https://vu.fr/OveM>

Coupon découverte sport & handicap

Les personnes en situation de handicap, ayant un taux d'incapacité d'au moins 50% et reconnu par la MDPH (Maison Départementale pour Personne Handicapée) peuvent bénéficier d'une aide de 60€ pour financer tout ou partie d'une licence au sein d'un club sportif.

Plus d'infos

<https://vu.fr/QRyYn>

Caisse d'Allocations Familiales

Une aide peut vous être versée dans la limite des frais réellement engagés. Elle est déterminée en fonction de votre quotient familial.





LES ÉVÈNEMENTS LIÉS AU SPORT

Les expositions

Les Jeux Olympiques et Paralympiques se vivent aussi grâce à une exposition mise à disposition par le Conseil départemental de la Sarthe qui sera installée à la **Maison du Tourisme de la 4CPS du lundi 02 au vendredi 27 septembre** (sauf les samedis & dimanches).

Les Forums

Les forums des associations, organisés début septembre, permettent de **faire connaître les associations et leurs activités** ainsi que d'effectuer les inscriptions pour la **saison 2024-2025**. Venez découvrir et vous inscrire pour de nouvelles activités (sports, loisirs, etc.) !



Salle des fêtes
72240 Conlie



Vendredi 06 septembre 2024
de 17h à 19h



place de la République
72240 Sillé-le-Guillaume



Samedi 07 septembre 2024
de 14h à 17h

La Caravane des JO

En parallèle des Jeux olympiques, une **Caravane** créée par le Département, viendra sur le territoire le **samedi 14 septembre** pour une grande fête du sport. La Caravane est la promesse d'un moment convivial pour **découvrir des disciplines olympiques !**
Gratuite et ouverte à tous quel que soit le niveau,

La 4CPS sur les réseaux sociaux

La 4CPS a fait le choix d'intégrer les réseaux sociaux avec des informations adaptées pour que chacun puisse se connecter et échanger avec la Communauté de communes selon ses centres d'intérêt.



Plus d'informations : www.4cps.fr

