

# ANNUAIRE SPORT-SANTE

TERRES DU LAURAGAIS - OUEST REVELOIS



**TROUVEZ LA  
PRATIQUE QUI  
VOUS VA BIEN**





# EDITO



Cet annuaire répertorie les offres d'activités physiques et sportives proposées sur le territoire de la Communauté Professionnelle Territoriale de Santé (CPTS) du Lauragais. Structuré par type d'activité physique et par commune, il a pour objectif de promouvoir le sport-santé sur le territoire.

La CPTS du Lauragais est une association loi 1901 qui rassemble les professionnel.le.s de santé de la communauté de communes Terres du Lauragais et de l'Ouest Revelois soit un ensemble de 71 communes.

Ensemble ils s'organisent autour d'un projet de santé commun afin de répondre à des enjeux de santé publique tels que l'accès à un médecin traitant, le lien entre la ville et l'hôpital, et le développement d'actions de prévention, d'éducation et de promotion de la santé.

Cet annuaire résulte d'un travail collaboratif ente la CPTS du Lauragais et les enseignant.e.s en activité physique adaptée des Maisons Sport-Santé de Revel et de Nailloux.



# PRATIQUE !

Cet annuaire a été conçu grâce aux informations recueillies auprès des structures, mairies et différents sites internet.



Pour tout ajout, modification ou retrait, **flashez** ou **cliquez ci-dessous** pour en faire la demande !

<https://forms.office.com/e/8abzHwNwvX>

## Les pictos :



Ce pictogramme vous aide à identifier les structures proposant des APA.

L'APA est une Activité Physique Adaptée à. aux pathologie.s, aux capacités fonctionnelles et aux limites d'activités du.de la patient.e (*source : Sport.gouv.fr*).

Les Maisons Sport Santé et les enseignant.e.s en activité physique adaptée indépendant.e.s accompagnent les usager.e.s dans le cadre d'un programme d'exercices physiques structuré et limité dans le temps.

Clubs et associations sportives peuvent également proposer des activités physiques adaptées grâce à la formation spécifique de leur.s encadrant.e.s en lien avec l'activité physique proposée dans leur structure.



Ce pictogramme vous aide à identifier facilement les structures accueillant les jeunes enfants. Regardez bien l'âge d'accueil minimal indiqué par la structure !



Pour consulter la dernière version de ce document, **flashez** ou **cliquez** !

<https://www.cpts-lauragais.fr/annuaire-sport-sante>

# SOMMAIRE

## Par activité physique adaptée

1

## Par activité

6

Athlétisme - Course - Marche - Trail.....	7	Paintball.....	35
Bien être et renforcement musculaire.....	10	Pétanque et boules.....	35
Chasse et Pêche.....	24	Randonnée.....	39
Corde à Sauter / Jump Rope.....	25	Roller.....	40
Cyclisme.....	26	Sports collectifs.....	40
Danse.....	27	Sports de combat.....	47
Equitation.....	31	Sports mécaniques.....	52
Escalade.....	33	Sports Nautiques.....	55
Fléchettes.....	33	Sports de raquette.....	55
GRS et Gymnastique Sportive.....	34	Triathlon.....	60
Natation.....	34	Twirling.....	61

## Par commune

62

Auriac-sur-Vendinelle.....	63	Nailloux.....	84
Aurin.....	65	Préserville.....	88
Avignonet-Lauragais.....	66	Renneville.....	89
Bourg-Saint-Bernard.....	67	Revel.....	89
Caignac.....	68	Roumens.....	99
Calmont.....	68	Sainte-Foy-d'Aigrefeuille.....	99
Caraman.....	72	Saint-Félix-Lauragais.....	102
Gardouch.....	75	Saint-Germier.....	102
Gibel.....	78	Saint-Léon.....	102
Juzes.....	78	Saint-Pierre-des-Lages.....	104
Lanta.....	78	Saint-Vincent.....	105
Lagarde.....	80	Saussens.....	105
Le Faget.....	80	Tarabel.....	105
Le Vaux.....	80	Trébons-sur-la-Grasse.....	106
Loubens-Lauragais.....	81	Vallègue.....	106
Mauremont.....	81	Vallesvilles.....	107
Maurens.....	81	Vaudreuille.....	107
Maureville.....	82	Vieillevigne.....	108
Montesquieu-Lauragais.....	82	Villefranche-de-Lauragais.....	108
Montgaillard-Lauragais.....	83	Villeneuve.....	115
Mongeard.....	83		

**CLASSEMENT**



**ACTIVITE  
PHYSIQUE  
ADAPTEE**



## Maison Sport Santé Antirouille



SAINT-LEON & NAILLOUX

**Activité :** Activité Physique Adaptée

**Public :** Enfants / Adultes / Séniors / Ateinds d'une pathologie chronique / En situation d'hadicap

### L'info en plus :

Accueil, évaluation et orientation des pratiquants vers les associations existantes et/ou programme d'Activité Physique Adaptée (Renforcement musculaire, stretching, endurance adaptée) de 3 mois renouvelable avec 1 séance / semaine .Places limitées sur prescription APA par un médecin.

### Contact :

Enseignant.e en APA

07 65 72 48 87

antirouille.mss31@gmail.com

## Maison Sport Santé de Revel



REVEL

**Activité :** Activité Physique Adaptée

**Public :** adulte, senior, inactif, sédentaire, atteint de pathologies chroniques, en situation de handicap

### L'info en plus :

Accompagnement personnalisé. 3 sessions organisées chaque année avec nombre de places limitées.

### Contact :

Maison Sport Santé

05 32 28 03 96

sportsante@mairie-revel.fr

## Atelier bien vieillir



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Activité :** Multi-activités

**Public :** Sénior (+65 ans)

### L'info en plus :

session de 2 mois avec 2 séances hebdomadaires : activité physique adaptée et (en alternance) nutrition + ateliers mémoire. Les ateliers sont GRATUITS pour les participants.

5 sessions organisées chaque année de septembre à juillet – nombre limité de places

### Contact :

Résidence Maisonneuve

05 62 71 49 35

apa@retraitemaisonneuve.com

## OLYMPIQUE JUDO CLUB 31



CALMONT & NAILLOUX

**Activité :** Judo, Jujitsu, self defense, Taïso

**Public :** à partir de 3 ans

### L'info en plus:

Calmont : Cours de Judo pour les enfants de 3 à 11 ans le mercredi de 17h à 19h selon créneaux.

Nailloux : Cours de Taïso et de Jujitsu le samedi. Cours de Judo les mercredis et vendredis pour enfants et adultes selon créneaux.



Enseignant.e. formé.e au sport adapté

### Contact :

Mickael SALZE

06 41 60 99 91

judo@ojc31.com



<https://www.myojc31.com>

## CARLA HUILLET COACHING



GARDOUCH

**Activité :** Renforcement musculaire, Cardio training, Streching et Relaxation **Public :** Tout public

### L'info en plus :

Cours à votre domicile, personnalisés à votre niveau et votre santé



Habilitée à la pratique sport santé adapté

### Contact :

Carla HUILLET

06 70 22 13 21

carla.huillet@gmail.com



<https://www.carlahuillet-coaching.fr/>

## SPORT ENSEMBLE EN LAURAGAIS



NAILLOUX

**Activité :** Handball en sport adapté (mental, psychique)



Enseignant.e formé.e à la pratique du sport adapté

### Contact :

Laurent CASANOVA

06 78 72 28 15

huguettegaetan4@gmail.com

## TAEKWONDO



NAILLOUX  
VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Activité :** Taekwondo, Energy Taek, Self défense, Relaxation

**Public :** à partir de 3 ans

### L'info en plus:

Différents créneaux selon tranche d'âge du lundi au jeudi.. Dès 3 ans à Nailloux et 5 ans à Villefranche-de-Lauragais



Enseignant.e formé.e à la pratique du sport adapté (AQSA), diplômé DE JEPS.

### Contact :

Éric DA SILVA

06 30 98 56 26

contact.tkd@gmail.com



<https://taekdojang.com/>

## TENNIS CLUB



PRESERVILLE

**Activité :** Tennis

**Public :** à partir de 4 ans

### L'info en plus :

Cours tous niveaux du débutant au confirmé, pour toute la famille. A partir de 4 ans. Cours sur plusieurs créneaux selon l'âge du mercredi au samedi.



Enseignante DEJEPS, formée à la pratique du sport santé. Prendre contact pour plus de renseignements.

### Contact :

Christine ROZYKI

06 22 34 47 62

tennis.preserville@gmail.com

## CAC -CENTRE DES ARTS CORPORELS



**Activité :** gym énergie, gym zen (étirements, Yoga, Pilate taï chi...)  
marche avec bâton de Bungy pump et marche active

**Public :** Tout public

**APA** Activités adaptées proposées : Marche active, Gym après cancer, programme bien vieillir, Packs sport santé, Body zen, Gym sénior

**Contact :**

Pierre ROBERT

06 81 14 51 38

cacrevel@gmail.com



<https://ffepgv.fr/club/SX99Ux>

## JEEM - STÉPHANIE DOASSANS



**Activité :** Marche afghane (adultes – seniors)  
Renforcement musculaire, équilibre, prévention des chutes (seniors)

**Public :** Adulte, Sénior

**L'info en plus :**

- Programme sur mesure «Vieillir avec Vitalité» (renforcement musculaire, équilibre, endurance, marche active et avec bâtons BungyPump)

Macadamtraining (parcours de Sport Santé en plein air à faire en famille, entre amis...)

Macadam Rose (post cancer du sein)

initiation à la marche afghane (sur réservation pour les groupes)

**APA** Enseignante en Activité Physique Adaptée diplômée (Licence STAPS mention « Santé Vieillesse Activité Physique Adaptée » - formation ETP – DU Nutrition – DU Prévention des chutes

**Contact :**

Stéphanie DOASSANS

06 11 60 17 10

jeemapa@gmail.com



<https://stephaniedoassans-jeem.fr/>

## JUDO CLUB REVÉLOIS



**Activité :** Judo, Taïso

**Public :** à partir de 4 ans

**L'info en plus :**

Organisation de «séances Judo Santé» : pas de chutes, assouplissements, et activités gymniques avec en lien avec le judo.

**APA** Enseignant.e. formé.e à la pratique du sport adapté, diplômé BP JEPS. Club partenaire du programme «Sport & santé» de la ville de Revel. Projet en cours : création de séances en para judo

**Contact :**

Pierre ORTALA

06 81 27 13 79

jc.revelois31@gmail.com



<https://www.facebook.com/judoclubrevelois.jcr>

## KARATÉ CLUB REVEL



REVEL

**Activité :** Karaté Shotokan, Body karaté, Krav-maga, Karaté santé

**Public :** à partir de 6 ans



Enseignant.e. formé.e à la pratique du sport adapté, diplômé DE JEPS. Club partenaire du programme «Sport & santé» de la ville de Revel

**Contact :**

Benoît Pont

06 60 89 46 05

karate.revel@free.fr



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

## GYMNASTIQUE SENIOR ADAPTEE SFA



SAINTE-FOY D'AIGREFEUILLE

**Activité :** Gym adaptée, équilibre, prévention des chutes

**Public :** Sénior

**L'info en plus :**

3 cycles tout au long de l'année : Gym/mémoire, Equilibre/Prévention des chutes et Gym adaptée



**Contact :**

Laura BOURGEOIS

06 81 81 06 60

gymenfantsfa@gmail.com

## TENNIS CLUB SAINTE-FOY



SAINTE-FOY D'AIGREFEUILLE

**Activité :** Tennis

**Public :** A partir de 3/4 ans

**L'info en plus :**

club dynamique qui propose des animations pour nos jeunes membres et les adultes : tournoi des familles, tournoi à la mêlée, tournoi par équipe des jeunes...



En 2023 le TCSFA a obtenu le label « Tennis Santé » qui permet au club de proposer une pratique du tennis intégrée dans le parcours de soin.

**Contact :**

THOMAS DUPRAT

tennisclubsfa@gmail.com

## ATHLETIC CLUB LAURAGAIS (ACL)



SAINT PIERRE DE LAGES

**Activité :** Athlétisme, Marche nordique, Running, Trail **Public :** Enfant (dès 4 ans) - Adulte - Sénior

**L'info en plus :**

Athlétisme accessible pour les 4 à 15 ans. Les séances sont adaptées suivant les niveaux et l'activité des pratiquant.e.s.



Sessions de Marche Nordique adaptées sport santé avec des professionnel.le.s formé.e.s. Association en relation avec l'association efFORMip

**Contact :**

Michel BERARDO

07 83 62 16 26

athletic.club.lauragais@gmail.com



<https://acl.kalisport.com>

## LE HARAS DES LACS



VAUDREUILLE

**Activité :** Equitation

**Public :** à partir de 3 ans

### L'info en plus :

Initiation et perfectionnement à l'équitation pour tous dont dressage, saut d'obstacle, cross, balades, jeux, voltige, tir à l'arc, horse-ball, laser game ...



Monitrice formée à l'équithérapie et équitation adaptée

### Contact :

Fabrice GRATTON

06 74 77 69 52

fgratton@harasdeslacs.fr



<https://harasdeslacs.fr>

## EQUI-LANDES



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Activité :** Equitation

**Public :** à partir de 3 ans

### L'info en plus :

Créneaux réservables tous les autres jours de la semaine (sauf le lundi), pour des séances spécifiques. Randonnées, stages à thème et séjours avec nuitées sont organisés tout du long de l'année



Monitrice formée à la médiation animale et équitation adaptée

### Contact :

Emilie GUIRAUD

06 28 54 17 03

equilands@gmail.com

## HANDBALL CLUB VILLEFRANCHOIS



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Activité :** Handbal, Handfit, Baby Hand

**Public :** à partir de 3 ans

### L'info en plus :

Plusieurs créneaux de handball masculin / féminin pour la compétition ou le loisir. Séances de HandFit pour adultes ou adolescent.e.s le mercredi à 19h30.



Enseignant.e. formé.e au sport adapté

### Contact :

Yoann BEAUSSE

06 63 59 94 56

hbcv31@gmail.com



<https://sites.google.com/view/hbcv31/accueil>

**CLASSEMENT**



**ACTIVITES  
PHYSIQUES**





# ATHLÉTISME - COURSE - MARCHÉ - TRAIL

## ÉCOLE DES SPORTS



AURIAC-SUR-VENDINELLE

**Activité :** Multiactivités

**Public :** de 4 à 8 ans

### L'info en plus :

Eveil à toutes les disciplines sportives, sports collectifs et individuels, développement des motricités.

### Contact :

Jean-Louis TAILLANDIER

06 18 43 88 80

jl.taillandier@hotmail.fr

Mélie TAILLANDIER

06 34 28 22 52

melie.taill@hotmail.fr

Sylvain LOGEART

06 61 82 30 57

## MARCHE NORDIQUE DU LAURAGAIS



AURIAC-SUR-VENDINELLE

**Activité :** Marche nordique

**Public :** Adulte

### L'info en plus :

Sessions organisées les mardis, jeudis et dimanches matins et en soirées les lundis. Séances de «nordique fitness» les mercredis soirs. 25 lieux de départ sont proposés entre Caraman et les Camazes. Venez marcher dans un esprit convivial et santé à la découverte du Lauragais

### Contact :

Jean - Louis TAILLANDIER

06 18 43 88 80

jl.taillandier@hotmail.fr



<http://mnlauragais.e-monsite.com>

## ASSO' COM (CONFIANCE OUVERTURE MOUVEMENT)



CAIGNAC & LAGARDE

**Activité :** Ballade Sophro et Sophro Rando

**Public :** Adulte, Sénior

### Info en plus :

Organisation de petites balades, pour les moins sportifs, et randonnées plus ou moins longues selon les groupes. Activités associées à des techniques de respiration et autres propositions ressourçantes.

### Contact :

Céline BOYER GARAVEL

06 17 60 81 54

confiancecom@gmail.com

## SPORT ET LOISIRS AU FAGET



LE FAGET

**Activité :** Gym adaptée, Tennis de table, Badminton et Yoga, Trail

**Public :** à partir de 4 ans

### L'info en plus :

Nous organisons chaque année le Trail des Châteaux et la Fête du Sport

### Contact :

Association

selfaget@gmail.com



<http://selfaget.free.fr>

## ATHLÉTIC CLUB RÉVELOIS



REVEL

**Activité :** Athlétisme

**Public :** à partir de 3 ans

### L'info en plus :

Babys Athlé à partir de 3 ans - Découverte et pratique de l'athlétisme en compétitions ou en loisirs - Groupe Running à partir de Cadets

### Contact :

Sophie TALLET

06 70 23 00 26

athletic.club.revelois@gmail.com

## CAC -CENTRE DES ARTS CORPORELS



REVEL

**Activité :** gym énergie, gym zen (étirements, Yoga, Pilate taï chi...) marche avec bâton de Bungy pump et marche active

**Public :** Tout public



Activités adaptées proposées : Marche active, Gym après cancer, programme bien vieillir, Packs sport santé, Body zen, Gym sénior

### Contact :

Pierre ROBERT

06 81 14 51 38

cacrevel@gmail.com



<https://ffepgv.fr/club/SX99Ux>

## JEEM - STÉPHANIE DOASSANS



REVEL

**Activité :** Marche afghane (adultes – seniors)

**Public :** Adulte, Sénior

Renforcement musculaire, équilibre, prévention des chutes (seniors)

### L'info en plus :

Programme sur mesure «Vieillir avec Vitalité» (renforcement musculaire, équilibre, endurance, marche active et avec bâtons BungyPump), Macadamtraining (parcours de Sport Santé en plein air à faire en famille, entre amis...), Macadam Rose (post cancer du sein), initiation à la marche afghane (sur réservation pour les groupes)



Enseignante en Activité Physique Adaptée diplômée (Licence STAPS mention « Santé Vieillessement Activité Physique Adaptée » - formation ETP – DU Nutrition – DU Prévention des chutes

### Contact :

Stéphanie DOASSANS

06 11 60 17 10

jeemapa@gmail.com



<https://stephaniedoassans-jeem.fr/>

## DESPERADO TRAIL



ROUMENS

**Activité :** Trail

**Public :** Adulte

### L'info en plus :

Le Desperado Trail c'est un club et aussi une course. Les séances d'entraînement ont lieu les mercredis soirs et les dimanches matins. Tous les niveaux sont les bienvenus.

### Contact :

Jean-Marie CHESSERON

06 03 96 59 85



<http://www.desperadotrail.fr>

## PASSION TRAIL LAURAGAIS



SAINT-LEON

**Activité :** Trail

**Public :** Adulte

### L'info en plus :

Une séance le dimanche matin pour courir à son rythme. Participation aux courses locales (Auragne, Montgiscard, Balma, Auterive, Pinsaguel, Eaunes, mais aussi Lavelanet, Foix etc) et aux courses régionales.

RdV tous les dimanches matins à 8h30 pour une sortie de 12-14 km sur Saint-Léon et les communes voisines (Montgiscard, Issus, Espanes, Venerque, Nailloux...).

### Contact :

Marie-Hélène Krief

06 09 71 06 52

passiontraillauragais@gmail.com



<https://www.facebook.com/PassionTrailLauragais>

## ATHLETIC CLUB LAURAGAIS (ACL)



SAINT-PIERRE-DE-LAGES

**Activité :** Athlétisme, Marche nordique, Running, Trail

**Public :** Tout public

### L'info en plus :

Athlétisme accessible pour les 4 à 15 ans. Les séances sont adaptées suivant les niveaux et l'activité des pratiquant.e.s.



Sessions de Marche Nordique adaptées sport santé avec des professionnel.le.s formé.e.s. Le club est en relation avec l'association efFORMip

### Contact :

Michel BERARDO

07 83 62 16 26

athletic.club.lauragais@gmail.com



<https://acl.kalisport.com>

## HOP'LA



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Activité :** Hobby horse

**Public :** à partir de 4 ans

### L'info en plus :

Rendez-vous mensuels, tous niveaux, stages, compétitions, événements. Prêt de bâton cheval possible

### Contact :

06 77 17 22 68

hplavdl@gmail.com



<https://www.helloasso.com/associations/hop-la-hobby-horse-passion-lauragais>

## VAL 31 (VILLEF ATHLETISME LAURAGAIS)



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Activité :** Athlétisme - Running

**Public :** à partir de 6 ans

### L'info en plus :

Athlétisme enfant les lundi et mercredi, Running adulte : le mardi soir pour les débutants / Lundi et jeudi soir pour les adultes, espoirs, juniors et cadets, Organisation du Trail du Ventolet chaque année..

### Contact :

villefranche.val31@gmail.com



<https://val31.fr/>



# BIEN ÊTRE ET RENFORCEMENT MUSCULAIRE

## ÉCOLE DES SPORTS



AURIAC-SUR-VENDINELLE

**Activité :** Multiactivités

**Public :** de 4 à 8 ans

### L'info en plus :

Eveil à toutes les disciplines sportives, sports collectifs et individuels, développement des motricités.

### Contact :

Jean-Louis TAILLANDIER

06 18 43 88 80

jl.taillandier@hotmail.fr

Mélie TAILLANDIER

06 34 28 22 52

melie.taill@hotmail.fr

Sylvain LOGEART

06 61 82 30 57

## FITNESS



AURIAC-SUR-VENDINELLE

**Activité :** Pilates, Step, renforcement musculaire, rural training

**Public :** Adulte

### Contact :

Méli TAILLANDIER

06 34 28 22 52

melie.taill@hotmail.fr

## GYM AURICAISE



AURIAC-SUR-VENDINELLE

**Activité :** Gymnastique Féminine

**Public :** Adulte

### Contact :

Ginette LASSERRE

05 61 83 18 30

## MJC AURIAC-SUR-VENDINELLE



AURIAC-SUR-VENDINELLE

**Activité :** Pilates, Qi-Gong, Salsa, Danse Orientale, Cirque  
Gym Douce,

**Public :** à partir de 3 ans

### Contact :

MJC

06 87 16 04 98

mjcauriac@gmail.com



<https://www.facebook.com/mjcauriac>

## PILATES



AURIAC-SUR-VENDINELLE

**Activité :** Pilates

**Public :** Adulte

### Contact :

Anne PEREZ DE MANUEL

ananitapdm@ecomail.fr

## QI GONG



AURIAC-SUR-VENDINELLE

**Activité :** Qi Gong

**Public :** Adulte

### Contact :

Jacqueline DE CAMBIAIRE

06 84 93 42 92

jacqueline.decambiaire@wanadoo.fr

## NATURAL PILATES

**Activité :** Pilates

**Contact :**

Sylvie et Michel 05 61 83 78 30 / 06 06 98 07 00



**Public :** Tout public

## CROSSFIT LAURAGAIS

**Activité :** CrossFit

**Contact :**

05 32 53 75 44 crossfitlauragais@gmail.com



<https://www.crossfit-lauragais.fr/>



**Public :** Tout public

## FOYER RURAL

**Activité :** Gym adulte, Stretching Postural, Pilates, Modern Jazz

**Contact :**

Justine 06 31 48 53 11  
Anne PEREZ DE MANUEL 07 82 38 28 21



**Public :** Tout public

foyer.rural.bsb@gmail.com  
ananitapdm@ecomail.fr /

## JUDO CLUB CŒUR LAURAGAIS

**Activité :** Judo - Taïso

**Contact :**

Loïc LETORT 07 81 54 76 62



**Public :** Tout public

[jc.coeur.lauragais@gmail.com](mailto:jc.coeur.lauragais@gmail.com)

## PLENITUDE

**Activité :** Gym, Yoga

**Contact :**

Marie Pierre ALNORD [plenitude.calmont@gmail.com](mailto:plenitude.calmont@gmail.com)



<http://www.plenitude-calmont.fr>



**Public :** Tout public

## K'RI'GYM BY CHRISALIDE DANSE



CALMONT & NAILLOUX

**Activité :** Gym douce, gym tonique, Fitness, Zumba kids , Baby motricité

**Public :** à partir de 3 ans

### L'info en plus :

Cours pour adultes de gym douce (Pilates, Stretching et Yoga), de gym tonique (Renforcement musculaire, Cuisses-Abdos-Fessiers), de Fitness (Step, Cardio Dance, TBC, HIIT, Interval Training, Zumba) et pour les enfants Zumba kids et Baby Motricité / Eveil corporel

### Contact :

Karine PELOUS

06 61 46 61 35

krigym.nailloux@gmail.com



<https://k-ri-gym.fr/accueil-krigym/>

## OLYMPIQUE JUDO CLUB 31



CALMONT & NAILLOUX

**Activité :** Judo, Jujitsu, self defense, Taïso

**Public :** Tout public

### L'info en plus:

Calmont : Cours de Judo pour les enfants de 3 à 11 ans le mercredi de 17h à 19h selon créneaux.

Nailloux : Cours de Taïso et de Jujitsu le samedi. Cours de Judo les mercredis et vendredis pour enfants et adultes selon créneaux.



Enseignant.e. formé.e au sport adapté

### Contact :

Mickael SALZE

06 41 60 99 91

judo@ojc31.com



<https://www.myojc31.com>

## R'VEIL YOGA



CALMONT

**Activité :** Yoga

**Public :** Tout public

### Contact :

Nathalie CHARTON

06 85 43 01 80

nathalie.charton3@orange.fr



<https://www.facebook.com/reveilyoga>

## ENCORPS



CARAMAN

**Activité :** Pilates, éveil, initiation, danse classique, moderne et street afro

**Public :** Tout public

### Contact :

Lucie CADARS

06 73 60 22 76

info@asso-encorps.com



<https://asso-encorps.com/>

## QI GONG MÉDITATION ASSO S-H-E-N

**Activité :** Qi Gong

**Contact :**

Isabelle CLEMENT 06 82 81 20 00

 <https://www.qi-gong-shen.fr/>

 CARAMAN, LE VAUX & REVEL

**Public :** à partir de 9 ans

qi.gong.shen31@gmail.com

## SPORT LOISIRS «ENDAVANC»

**Activité :** Randonnées, Gym, Pilates

**Contact :**

Evelyne THURIES 05 61 83 56 32

 CARAMAN

**Public :** à partir de 16 ans

## GYMNASTIQUE CARAMANAISE

**Activité :** Gym

**Contact :**

Colette PUJOL 09 77 34 25 17

 CARAMAN

**Public :** Tout public

## YOGA / ASSOCIATION SAT BODI

**Activité :** Yoga

**Contact :**

Mailys DUCOS 07 69 05 01 17

 <http://satbodhi.fr/mailysducos>

 CARAMAN

**Public :** Tout public

## ASSOCIATION FAMILLE RURALE SECTION LOISIR



**Activité :** Gym, Danse, Randonnée

**L'info en plus:**

Danse à partir de 4 ans, Gym à partir de 18 ans, Randonnée pour public adulte et sénior.

**Contact :**

Marcel FAURÉ 06 29 96 79 34

 <https://afr-gardouch.jimdofree.com/>

 GARDOUCH

**Public :** à partir de 4 ans

asso-afr@orange.fr

## ASSOCIATION 1+1



GARDOUCH

**Activité :** Pilates, Yoga, Danse Afro Moderne

**Public :** Adulte

### Contact :

Alexia FAVEAUX	Pilates	06 75 16 98 75	pilates.alexia@gmail.com
Nathalie CHARTON	Yoga	06 85 43 01 80	nathalie.charton3@orange.fr
Doria MOUCHOUS	Danse Afro Moderne	06 30 15 84 46	doria79@hotmail.fr



<https://asso1plus1.fr/>

## CARLA HUILLET COACHING



GARDOUCH

**Activité :** Renforcement musculaire, Cardio training, Stretching et Relaxation **Public :** Tout public

### L'info en plus :

Cours à domicile personnalisés à votre niveau et votre santé



Habilitée à la pratique sport santé adapté

### Contact :

Carla HUILLET	06 70 22 13 21	carla.huillet@gmail.com
---------------	----------------	-------------------------



<https://www.carlahuillet-coaching.fr/>

## YOGA TOGETHER



GARDOUCH & SAINT LEON

**Activité :** Yoga

**Public :** dès 12 ans

### Contact :

Gabrielle LADEVANT	06 21 55 01 06	gabrielledevant@gmail.com
--------------------	----------------	---------------------------



<https://yoga-together.com/>

## ANSONATUROSPOORT



LANTA - REVEL

**Activité :** coaching sportif à domicile, réflexologie et naturopathie sportive

**Public :** Tout public

### L'info en plus:

Le coaching sportif n'est effectué qu'à domicile. Les consultations naturopathie, reflexologie sont effectuées en cabinet à Lanta et à domicile.

### Contact :

Anne-Sophie GARCIA	06 40 54 91 00	contact@ansonaturo.fr
--------------------	----------------	-----------------------



<http://www.ansonaturo.fr/>

## SPORT ET LOISIRS AU FAGET



LE FAGET

**Activité :** Gym adaptée, Tennis de table, Badminton et Yoga, Trail

**Public :** à partir de 4 ans

**L'info en plus :** Le premier cours d'essai est gratuit

### Contact :

selfaget@gmail.com



<http://selfaget.free.fr>

## JUDO JUJITSU CLUB SHING-GI-TAI

**Activité :** Gym douce, Arts Martiaux

**Contact :**

Olivier TAMBY

06 85 07 28 35



<https://www.facebook.com/Olivetamjudo/>



LE VAUX

**Public :** Tout Public

olivetam@hotmail.fr

## ASSOCIATION LES COCCINELLES 31

**Activité :** Hatha Yoga

**L'info en plus:**

Pratique du yoga sur chaise pour les personnes ayant des complications de santé.

**Contact :**

Lionel MAURY

06 81 93 63 46

maury.lionel63@gmail.com



LOUBENS LAURAGAIS

**Public :** Tout public

## LE GRAND GESTE

**Activité :** Tai Chi Chuan, Qi Gong

**Contact :**

Brigitte DURAND

07 84 42 93 13 / 06 67 81 93 04



LOUBENS LAURAGAIS

**Public :** A partir de 4 ans

## GYMNASTIQUE VOLONTAIRE DE MAUREVILLE

**Activité :** Gym

**L'info en plus:**

Activités cardio chorégraphiées, Exercice musculaire, souplesse et étirements

**Contact :**

Françoise SERIN

06 20 03 53 76



MAUREVILLE

**Public :** Tout public

## COURS DE BIEN ÊTRE

**Activité :** Bien être

**Contact :**

Christine

ailleurschezsoi@orange.fr



MONTGEARD

**Public :** Tout public

## GYMNASTIQUE MONTESQUIRIENNE



MONTESQUIEU-LAURAGAIS

**Activité :** Gym douce, Gym cardio, Baby Gym

**Public :** à partir de 3 ans

### L'info en plus :

Le mardi cours pour les enfants de 16h45 à 17h30 (3 - 5 ans) et de 17h30 à 18h30 (6 - 10 ans)

### Contact :

Christine MASOT

06 10 77 11 57

[gymnastique.montesquieu@laposte.net](mailto:gymnastique.montesquieu@laposte.net)

## AILLEURS CHEZ SOI

**Activité :** Yoga

### Contact :

Christine

[ailleurschezsoi@orange.fr](mailto:ailleurschezsoi@orange.fr)



MONTGEARD

**Public :** Tout public

## ESCALE AU TAI CHI CHUAN

**Activité :** Tai Chi Chuan, Qi Gong

### Contact :

Isabelle SANNINO

06 77 26 16 80



NAILLOUX

**Public :** Ado et adulte

 <http://taiji-quan-nailloux.jimdo.com>

[isa.sannino@gmail.com](mailto:isa.sannino@gmail.com)

## L. PILATES

**Activité :** Pilates

### Contact :

Lidwine LAUDEBAT

06 21 61 69 43



NAILLOUX

**Public :** à partir de 15 ans

 <https://lidwinepilates.wixsite.com/l-pilates>

[l.pilates@outlook.fr](mailto:l.pilates@outlook.fr)

## TEAM D&S



NAILLOUX

**Activité :** Danse Modern, New Jazz, BellyDance  
Pilates, CardioFitness et BabyGym

**Public :** à partir de 3 ans

### Contact :

Claire

professeur : 06 64 61 25 29 / bureau : 06 11 25 01 63

[association.teamds@gmail.com](mailto:association.teamds@gmail.com)

## YOGA & HARMONIE

**Activité :** Yoga

### Contact :

Claire

06 28 07 64 83



NAILLOUX

**Public :** Tout public

 <https://yogaetharmonie.puzl.com/contacts>

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

## YOGA AND YOU

**Activité :** Différents types de yoga

**Contact :**

Cynthia GIVERNAUD 06 16 58 30 73



<https://cynthiagivernaud.wixsite.com/website-1>



NAILLOUX

**Public :** Tout public

yoga-and-you@outlook.com

## SPORT SANTÉ 31

**Activité :** Gym douce

**Contact :**

Brigitte GENOLINI 06 67 23 92 69



NAILLOUX

**Public :** 17/18 ans

<https://nailloux.org/360/sport/sante.html>

## ASSOCIATION GYM PRÉSERVILLE AGP

**Activité :** Gymnastique, fitness, pilates

**Contact :**

[gym.preserville@gmail.com](mailto:gym.preserville@gmail.com)



PRÉSERVILLE

**Public :** Tout public

## A CORPS LIBRE

**Activité :** Yoga martial, Pilates, Gymnastique énergétique,  
Gym forme bien-être

**Contact :**

Jean-Louis BAZIN 06 37 69 75 58



REVEL

**Public :** dès 15 ans

[a.corps.libre@free.fr](mailto:a.corps.libre@free.fr)

## AINSIDANSE



**Activité :** Pilates, Fitness, Stretching, Ballon  
Danse Classique, Hip Hop, Danse Moderne, Modern Jazz  
Contemporain, Dance Hall, Danse Africaine, Danse Afrolatino

**Contact :**

Rosine PONS 06 70 59 63 44



REVEL

**Public :** à partir de 4 ans

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



<http://www.ainsidanse.com/>

## ASSOCIATION D'AÏKI GOSHINDO ET DE TAÏ CHI REVÉLOISE

**Activité :** Aïki-Jujustu, Iai Do, Jo Do, Taï-chi-chuan

**Contact :**

Michel JREIGE 06 24 41 09 60



REVEL

**Public :** Tout public

[taichirevel2@gmail.com](mailto:taichirevel2@gmail.com)

## CAC -CENTRE DES ARTS CORPORELS



**Activité :** gym énergie, gym zen (étirements, Yoga, Pilate taï chi...)  
marche avec bâton de Bungy pump et marche active

**Public :** Tout public

**APA** Activités adaptées proposées : Marche active, Gym après cancer, programme bien vieillir, Packs sport santé, Body zen, Gym sénior

**Contact :**

Pierre ROBERT 06 81 14 51 38 cacrevel@gmail.com

 <https://ffepgv.fr/club/SX99Ux>

## JEEM - STÉPHANIE DOASSANS



**Activité :** Marche afghane (adultes – seniors)  
Renforcement musculaire, équilibre, prévention des chutes (seniors)

**Public :** Adulte, Sénior

**L'info en plus :**

Cours à domicile pour les seniors (crédit d'impôt grâce au SAP), Marche afghane en pleine nature sur Revel et alentours.

**APA** Enseignante en Activité Physique Adaptée diplômée (Licence STAPS mention « Santé Vieillissement Activité Physique Adaptée » - formation ETP – DU Nutrition – DU Prévention des chutes

**Contact :**

Stéphanie DOASSANS 06 11 60 17 10 jeemapa@gmail.com

 <https://stephaniedoassans-jeem.fr/>

## JUDO CLUB REVÉLOIS



**Activité :** Judo, Taïso

**Public :** à partir de 4 ans

**L'info en plus :**

Organisation de «séances Judo Santé» : pas de chutes, assouplissements, et activités gymniques avec en lien avec le le judo.

**APA** Enseignant.e. formé.e à la pratique du sport adapté, diplômé BP JEPS. Club partenaire du programme «Sport & santé» de la ville ed Revel. Projet en cours : création de s»ances en para judo

**Contact :**

Pierre ORTALA 06 81 27 13 79 jc.revelois31@gmail.com

 <https://www.facebook.com/judoclubrevelois.jcr>

## LE BAYLOU



**Activité :** Zumba,

**Public :** Tout public

**Contact :**

Ali TEKOUK 06 52 03 00 22 direction@lapeo.fr

 <https://www.facebook.com/p/Association-sportive-et-socioculturelle-Le-Baylou-100057214938970/>

## LA PATANNE

**Activité :** Gym pour tous, Pilates, Gym tonique

**Contact :**

Annette BIATEAU

06 22 10 75 94



REVEL

**Public :** Adulte

biateau.patrick@neuf.fr

## REVEL TAÏSO

**Activité :** Taïso

**Contact :**

Steeve COLLEWET

06 10 13 42 38



REVEL

**Public :** Tout public

revel.taiso@gmail.com

## TAM TAO MON PHAI

**Activité :** Qi Gong, TaiChi-PaKua

**Contact :**

Michel BREMOND

05 62 18 34 60 / 06 85 46 96 07



REVEL

**Public :** à partir de 6 ans

tamtao.lauragais@gmail.com



<http://tamtao.fr/>



## GYM ROUMENS

**Activité :** Renforcement musculaire, stretching, inspiration yoga, yin yoga, cardio

**Contact :**

Myriam MORETTI

05 61 83 06 44



ROUMENS

**Public :** Adulte

myriamoretti@gmail.com

## ASSOCIATION SANYA

**Activité :** Hatha Yoga

**L'info en plus :**

Cours les mardi en soirée et mercredi et jeudi le matin. Cours limités à 12 personnes.

Intagram : @yogaaufildessaisons

**Contact :**

Geneviève PELISSIER CALABRO

06 18 71 94 89



SAINTE-FOY D'AIGREFEUILLE

**Public :** à partir de 18 ans

sanya.asso@yahoo.fr

## GYM SAINTE-FOY

**Activité :** Renforcement musculaire, Pilates, Gym douce, Cardio

**L'info en plus :**

Séances programmées les lundi et mercredi, avec des cours adaptés à tous les niveaux.

**Contact :**

Alexandra MONTERO

06 76 73 47 98

Caroline CHAPEAU

06 23 65 11 09



SAINTE-FOY D'AIGREFEUILLE

**Public :** à partir de 18 ans

gymsaintefoy31@gmail.com



[gymsaintefoy31.wixsite.com](http://gymsaintefoy31.wixsite.com)

## GYMNASTIQUE ENFANTS SFA



SAINTE-FOY D'AIGREFEUILLE

**Activité :** Gymnastique, motricité

**Public :** de 9 mois à 9 ans

**Contact :**

Laura BOURGEOIS

06 81 81 06 60

gymentantssfa@gmail.com

## GYMNASTIQUE SENIOR ADAPTEE SFA



SAINTE-FOY D'AIGREFEUILLE

**Activité :** Gym adaptée, équilibre, prévention des chutes

**Public :** Sénior

**L'info en plus :**

3 cycles tout au long de l'année : Gym/mémoire, Equilibre/Prévention des chutes et Gym adaptée



**Contact :**

Laura BOURGEOIS

06 81 81 06 60

gymentantssfa@gmail.com

## YANG SHENG



SAINTE-FOY D'AIGREFEUILLE

**Activité :** Cours de Qi-Gong

**Public :** Adulte

**Contact :**

Xiaomei DURAN

yangshenstefoy@gmail.com

## DÉTENTE ET BIEN ÊTRE



SAINT-LEON

**Activité :** Gymnastique, Renforcement musculaire, Cardio, Souplesse, Coordination, Equilibre

**Public :** à partir de 17 ans

**Contact :**

Valérie LOZANO

06 37 21 33 01

assoc.detenteetbienetre@gmail.com

## PRIS EN FLAG



SAINT-LEON

**Activité :** Rugby Flag, Initiation rugby, Baby-gym, Gymnastique

**Public :** à partir de 3 ans

**L'info en plus :**

RUGBY FLAG à partir de 16 ans, INITIATION RUGBY A XIII pour les 6-11 ans, BABY-GYM pour les 3-6 ans, GYMNASIQUE pour les 6-11 ans

**Contact :**

Sébastien CARRERE

06 16 53 43 73

sebastien.carrere@gmail.com

## CAP FITNESS



SAINT PIERRE DE LAGES

**Activité :** Gym, Step, Pilates, Zumba, Body Tonic

**Public :** Tout public

**Contact :**

Christèle

06 73 51 47 88

capfitness.stpierredelages@gmail.com

## GYM FIT' SAUSSENS

**Activité :** Gymtonic adulte, Pilates

**Contact :**

Valérie 06 33 64 06 61



SAUSSENS

**Public :** Adulte

## STRETCHING POSTURAL

**Activité :** Stretching postural

**Contact :**

Florence MESSENT 06 14 75 69 80



TARABEL

**Public :** Tout public

flo4131@gmail.com

## FOYER RURAL DE VALLÈGUE

**Activité :** Pilates

**L'info en plus :** cours les jeudis soirs

**Contact :**

foyerruralvallegue@gmail.com



VALLEGUE

**Public :** Tout public

## ASSO SPORTIVE ET CULTURELLE DE VALLESVILLES

**Activité :** Tennis, Circuit Training, Fitness, Pilates, Yoga

**Contact :**

Elodie EL MANSSOURI 07 45 22 85 04



VALLESVILLE

**Public :** A partir de 15 ans

ascv31570@gmail.com



<https://www.facebook.com/p/Asso-Sportive-et-Culturelle-de-Vallesvilles-100067760471188/>

## FOYER RURAL

**Activité :** Pilates

**Contact :**

foyerruralvallegue@gmail.com



VALLEGUE

**Public :** Tout public

## SPORT LOISIRS VIEILLEVIGNE

**Activité :** Gym, Pilates, Pétanque, Tennis

**Contact :**

Christine CLAUSTRES Gym et Pilates 05 61 81 87 39

Christophe VERHEYDEN Tennis 06 88 61 01 64



VIEILLEVIGNE

**Public :** Tout public



<https://mairie-vieillevigne-31.fr/sport-loisirs-vieillevigne/>

## ASAYAKÉ

**Activité :** Karaté light contact, Qi Gong

**L'info en plus :**

QI GONG : entretien du corps et de l'esprit - KARATE LIGHT CONTACT : boxe pied-poing sans vocation compétitive

**Contact :**

06 59 26 63 16      asa@asayake.fr



<https://www.facebook.com/Qi.art.energetique/>



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Public :** à partir de 16 ans

## BODY TRAINING

**Activité :** Salle de sport / fitness

**Contact :**

06 03 42 19 43      bodytraining31290@gmail.com



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Public :** 17/18 ans

## DOUCE GYM

**Activité :** Gym douce

**Contact :**

Elisabeth DOUMERC      06 77 59 24 01



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Public :** Tout public

fontainebarreau@gmail.com/

## FONDAMENTAL COACHING

**Activité :** Coaching sportif,

**L'info en plus:**

séances adaptées aux séniors / ados

**Contact :**

Philippe PRIDO      06 22 24 81 72



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Public :** Tout public

fondamental.coaching@gmail.com



<https://www.fondamental-coaching.fr/>

## GCV GYMNASTIQUE

**Activité :** Gymnastique/fitness

**L'info en plus:**

Pratique loisir, 2 cours par semaine.

**Contact :**

Germaine TREMBLAY      06 10 92 14 12



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Public :** Tout public

gymclubvillefranche@gmail.com

## GYMNASIA

**Activité :** Salle de sport / fitness / gym douce

### L'info en plus:

Pratique en autonomie ou coaching personnalisé selon vos objectifs. Un accompagnement adapté est proposé pour les personnes en situation de handicap, TSA ou atteintes de pathologies multiples — pour que chacun puisse bouger en toute confiance.

### Contact :

05 61 27 26 62

villefranche@gymnasia.fr



<https://www.gymnasia.fr/salle-sport/villefranche/>



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Public :** Tout public

## JUDO CLUB

**Activité :** judo, taïso, self defense

### Contact :

Sylvie RASSU

06 28 37 27 46

sec.jcvdl@gmail.com



<https://jc-villefranche-lauragais.ffjudo.com/cours>



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Public :** à partir de 4 ans

## MJC VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Activité :** Gym posturale, Pilates, Yoga, Danse Afro Moderne, Orientale, Sevillanes, Hip Hop, Lady Stiling, Modern Jazz, Salsa, Street Jazz, Cirque

### L'info en plus:

**Activités enfants :** Cirque (4 à 12 ans), Sevillanes Flamencas (7 à 11 ans), Hip Hop Breakdance (à partir de 5 ans), Modern Jazz (à partir de 6 ans), Street Jazz (à partir de 11 ans)

**Activités adultes, séniors :** Gym posturale, Latino training soft, Pilates, Yoga, Afro Moderne, Classique, Orientale (2 niveaux : débutant et intermédiaire), Hip Hop Breakdance, Lady Stiling, Modern Jazz, Salsa, Street Jazz

### Contact :

MJC de Villefranche

05 61 27 13 66

mjc.villefranchelauragais@gmail.com



<https://www.mjc-villefranchedelauragais.com/>



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Public :** à partir de 3 ans

## TAIJI DU SOLEIL

**Activité :** Tai Chi

### Contact :

Sophie CROIZET

06 40 32 06 01

taiji-du-soleil@laposte.net



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS & VILLENouvelle

**Public :** Tout public

## TONIC MOUVEMENT

**Activité :** Pilates, Danse Moderne, Renforcement musculaire, JiuJitsu brésilien, Grappling, MMA, Auto-défense

### Contact :

Antoni et Maria

06 98 66 19 51/07 68 80 35 59

tonicmouvement@gmail.com



<https://tonic-mouvement.com/>



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Public :** Enfant, Adulte

## GYM BIEN ÊTRE



VILLENouvelle

**Activité :** Gym dynamique, pilates, Renfo Musculaire, Body Zen, Zumba ®

**Public :** à partir de 15 ans

**Contact :**

Nassima ZERGUINI

gymbienetre02@gmail.com



## CHASSE ET PÊCHE

### AAPPMA (Association Agréée pour la pêche et la protection du Milieu Aquatique)



AVIGNONET-LAURAGAIS, CARAMAN  
REVEL & VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Activité :** Pêche

**Public :** Adulte

**L'info en plus :**

Revel est classée 1ère catégorie piscicole

Caraman, Avignonet-Lauragais et Villefranche-de-Lauragais sont classées 2ème catégorie piscicole..

**Contact Revel:**

Jean-Pierre BEZOMBES 05 61 83 54 97 / 06 16 43 22 46

patricia3gilbert@orange.fr



<https://www.fede-peche31.com/5966-carte-peche-haute-garonne.htm>

### ASSOCIATION DE CHASSE AGREEE DE CARAMAN



CARAMAN

**Activité :** Chasse

**Public :** Adulte

**Contact :**

Patrick FRAYSSINET

05 61 83 34 37 / 06 13 88 92 45



<https://www.chasse-nature-occitanie.fr>

### BALL TRAP



LANTA

**Activité :** Ball Trap

**Public :** Adulte

**Contact :**

Gervais MARCUZZO

05 61 83 77 02

### L'ASSOCIATION COMMUNALE DE CHASSE AGRÉE (ACCA)



MONTESQUIEU LAURAGAIS

**Activité :** Chasse

**Public :** Adulte

**Contact :**

BANDIERA Gabriel

06 74 52 98 39

## AICA AUTANT REVEL

**Activité :** Chasse

**Contact :**

Georges AZAM                      georges.azam@orange.fr



REVEL

**Public :** Adulte

## ACCA DE TREBONS

**Activité :** Chasse

**Contact :**

Antoine COLOMBIES              06 75 82 47 17



TREBONS-SUR-LA-GRASSE

**Public :** Adulte

## ACCA DE MAUREMONT

**Activité :** Chasse

**Contact :**

Nathalie BERSEILLE              nathalie.berseille21@gmail.com



MAUREMONT

**Public :** à partir de 15 ans

## CLUB MOUCHE DU LAURAGAIS

**Activité :** Pêche

**Contact :**

LAMON Thierry                      06 16 56 42 21                      clubmouchedulauragais@gmail.com



VILLEFRANCHE-DU-LAURAGAIS

**Public :** Adulte



<https://www.facebook.com/groups/457360562401357>



## CORDE À SAUTER / JUMP ROPE

### JUMP ROPE CLUB

**KIDS**



NAILLOUX

**Activité :** Corde à Sauter

**Public :** à partir de 6 ans

**L'info en plus :**

Pratique du double Dutch (2 cordes en équipe de 2 ou 4) et corde simple)

Cours programmés tous les jours de la semaine + dimanche selon âge et catégorie..

**Contact :**

Bree MARAUX                      06.62.21.02.76                      breemaraux@jumprope.fr



<https://www.jumprope.fr>



# CYCLISME

## VÉLO COEUR LAURAGAIS

**Activité :** cyclisme

**Contact :**

Christophe VOGRINCIC      06 21 68 04 60      c.vogrincic@terresinovia.fr



<https://www.strava.com/clubs/v%C3%A9lo-coeur-lauragais-111297?hl=fr-FR>



CARAMAN

**Public :** Enfant - Adolescent

## EUROPALL

**Activité :** Randonnée cycliste et cyclotourisme

**Contact :**

Marcel DIDIER      06 50 36 28 69      gardouch.cyclo@gmail.com



GARDOUCH

**Public :** Adulte - sénior

## REVEL SPRINTER CLUB

**Activité :** Pratique du VTT

**Contact :**

Bruno MAIRE      06 85 89 45 22      rsc.rpvtt31@gmail.com



[https://www.facebook.com/revelsprinterclub/?locale=fr\\_FR](https://www.facebook.com/revelsprinterclub/?locale=fr_FR)



REVEL

**Public :** dès 7 ans

## UNION DES CYCLOTOURISTES REVELOIS

**Activité :** cyclisme

**Contact :**

Jean LETANOUX      06 87 12 73 73      letanoux.jean@orange.fr



<http://uc-revel.ffvelo.fr/>



REVEL

**Public :** Tout public

## VELO CLUB VILLEFRANCHOIS

**Activité :** Cyclotourisme et cyclisme

**L'info en plus :**

2 groupes de niveaux sont proposés

**Contact :**

Daniel PLANELLES      06 65 48 51 30      vcv31290@gmail.com



<https://www.velo-club-villefranchois.fr/>



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Public :** Adulte



# DANSE

## DANSE ORIENTALE

**Activité :** Danse Orientale

**Contact :**

Laliana

06 06 87 48 67

Laliana.dancer@gmail.com



<https://laliana.fr/danse>



AURIAC-SUR-VENDINELLE &  
VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Public :** Tout public

## MJC AURIAC-SUR-VENDINELLE



AURIAC-SUR-VENDINELLE

**Activité :** Pilates, Qi-Gong, Salsa, Danse Orientale, Cirque  
Gym Douce,

**Public :** à partir de 3 ans

**Contact :**

MJC

06 87 16 04 98

mjcauriac@gmail.com



<https://www.facebook.com/mjcauriac>

## FOYER RURAL

**Activité :** Gym adulte, Stretching Postural, Pilates, Modern Jazz

**Contact :**

Justine

06 31 48 53 11

Anne PEREZ DE MANUEL

07 82 38 28 21



BOURG-SAINT-BERNARD

**Public :** Tout public

## C.A.I.G.N.A.C

**Activité :** GRS, Pôle dance, Danse en ligne, Randonnée

**Contact :**

Guy

06 34 16 79 90

cagnac31@gmail.com



[https://www.facebook.com/p/Nouvelle-association-Cagnac-100072334868480/?paipv=0&eav=AfaPsVfb6UZPTkarUi7\\_GsQ26KqCQomxAu5FH0vTshZSqqkTx2KJELSp3CkTZ5WiW60&\\_rdr](https://www.facebook.com/p/Nouvelle-association-Cagnac-100072334868480/?paipv=0&eav=AfaPsVfb6UZPTkarUi7_GsQ26KqCQomxAu5FH0vTshZSqqkTx2KJELSp3CkTZ5WiW60&_rdr)



CAIGNAC

**Public :** Tout public

## K'RI'GYM BY CHRISALIDE DANSE



CALMONT & NAILLOUX

**Activité :** Gym douce, gym tonique, Fitness, Zumba kids , Baby motricité

**Public :** à partir de 3 ans

**L'info en plus :**

Cours pour adultes de gym douce (Pilates, Stretching et Yoga), de gym tonique (Renforcement musculaire, Cuisses-Abdos-Fessiers), de Fitness (Step, Cardio Dance, TBC, HIIT, Interval Training, Zumba) et pour les enfants Zumba kids et Baby Motricité / Eveil corporel

**Contact :**

Karine PELOUS

06 61 46 61 35

krigym.nailloux@gmail.com



<https://k-ri-gym.fr/accueil-krigym/>

## ENCORPS



**Activité :** Pilates, éveil, initiation, danse classique, moderne et street afro

**Public :** Tout public

**Contact :**

Lucie CADARS

06 73 60 22 76

info@asso-encorps.com



<https://asso-encorps.com/>

## TERPSICHORE



CARAMAN & VILLENOUVELLE

**Activité :** Baby Dance / Eveil / Initiation

Danse classique/ Danse Néo-classique

Danse Modern'jazz / Cabaret/Hip-Hop

Stretching / Gym douce

**Public :** à parti de 4 ans, Ado, Adultes

**L'info en plus :**

**CARAMAN :** Cours d'éveil à partir de 4 ans de danse classique à partir de 6 ans, de danse jazz et modern'jazz à partir de 6 ans. Néo classique / Cabaret ( danse avec talons )

**VILLENOUVELLE :** Cours d'éveil à la danse classique à partir de 5 ans, de danse classique/ jazz et modern'jazz à partir de 8 ans

**Contact :**

Christine BOISSEAU

05 61 83 30 80 / 06 68 71 20 11

assoterpsichore@bbox.fr

Anne FOURES



<http://assoterpsichore.com/>

## ASSOCIATION 1+1



GARDOUCH

**Activité :** Pilates, Yoga, Danse Afro Moderne

**Public :** Adulte

**Contact :**

Alexia FAVEAUX

Pilates

06 75 16 98 75

pilates.alexia@gmail.com

Nathalie CHARTON

Yoga

06 85 43 01 80

nathalie.charton3@orange.fr

Doria MOUCHOUS

Danse Afro Moderne

06 30 15 84 46

doria79@hotmail.fr



<https://asso1plus1.fr/>

## ASSOCIATION FAMILLE RURALE SECTION LOISIR



GARDOUCH

**Activité :** Gym, Danse, Randonnée

**Public :** à partir de 4 ans

**L'info en plus:**

Danse à partir de 4 ans, Gym à partir de 18 ans, Randonnée pour public adulte et sénior.

**Contact :**

Marcel FAURÉ

06 29 96 79 34

asso-afr@orange.fr



<https://afr-gardouch.jimdofree.com/>

## SD SWING



MONTESQUIEU-LAURAGAIS

**Activité :** danse en couple, cours de Lindy Hop, Rock, Salsa

**Public :** Adultes

### L'info en plus :

5 soirées dansantes par an, ouvertes à tout public

### Contact :

Magali Denoy

06 52 60 19 87

denoy.magali@sfr.fr

Serge Denoy

06 86 73 67 23

denoy.serge@neuf.fr



<https://sdswing.org>

## IDDEAL



MONTGAILLARD-LAURAGAIS

**Activité :** Danses traditionnelles et country

**Public :** Tout public

### Contact :

Fabienne GAZO

iddeal.montgaillard@gmail.com

## CHRISALIDE DANSE

KIDS



NAILLOUX

**Activité :** Modern Jazz, Classique, Street Jazz, Contemporain, Ragga Dancehall, Danse Africaine et Pole Dance

**Public :** à partir de 4 ans

### Contact :

Karine PELOUS

06 61 46 61 35

danse.chrysalide@gmail.com



<https://k-ri-gym.fr/accueil-chrysalide-danse/>

## TEAM D&S

KIDS



NAILLOUX

**Activité :** Danse Modern, New Jazz, BellyDance  
Pilates, CardioFitness et BabyGym

**Public :** à partir de 3 ans

### Contact :

Claire

professeur : 06 64 61 25 29 / bureau : 06 11 25 01 63

association.teamds@gmail.com

## AINSIDANSE

KIDS



REVEL

**Activité :** Pilates, Fitness, Stretching, Ballon  
Danse Classique, Hip Hop, Danse Moderne, Modern Jazz  
Contemporain, Dance Hall, Danse Africaine, Danse Afrolatino

**Public :** à partir de 4 ans

### Contact :

Rosine PONS

06 70 59 63 44

ainsidansenew@gmail.com



<http://www.ainsidanse.com/>

## RELIANCES



REVEL

**Activité :** Danse

**Public :** à partir de 7 ans

**L'info en plus :**

Ateliers mensuels de danse, intervention de danse en crèche et stages résidentiels de danse et mouvement

**Contact :**

Mme AVRIL

06 83 93 83 65

asso.reliances@gmail.com

## LA COMPAGNIE ARABESQUE



SAINTE-FOY D'AIGREFEUILLE

**Activité :** Eveil, Hip-Hop, Modern Jazz, Danse Classique

**Public :** A partir de 4 ans

**L'info en plus :**

EVEIL dès 4 ans : initiation et prise de conscience du corps ; HIP-HOP, MODERN JAZZ et DANSE CLASSIQUE à partir de 6 ans et jusqu'au collège ; MODERN JAZZ pour les adultes.

**Contact :**

Bertrand JEHENNE

06 21 64 14 07

arabesque31570@gmail.com

## LET & B (LEVE TOI ET BOUGE)



SAINTE-FOY D'AIGREFEUILLE

**Activité :** Urban Training

**Public :** A partir de 4 ans

**L'info en plus :**

Urban Training : Proprioception, renforcement musculaire, endurance, mobilité, vitesse, explosivité. Niveau débutant ou confirmé, le cours est adapté au besoin de chacun et est complété par du stretching (renforcement et souplesse).

**Contact :**

Remi LEBLOND

06 76 89 62 29

letandb@outlook.fr

## ROCK'N CO



SAINTE-FOY D'AIGREFEUILLE

**Activité :** Rock, Salsa, Bachata, chachacha, rumba, tango, valse et Zumba

**Public :** Adulte

**L'info en plus :**

Au-delà des cours traditionnels, des stages et soirées sont organisés tout au long de la saison et ouverts à tous.

**Contact :**

Eric PERRIER

rocknco31@gmail.Com

## AUTANT DANSER



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Activité :** Danse de salon, Rock, Salsa, Batchata  
Kizomba, Danse en ligne

**Public :** Adulte

**L'info en plus :**

Organisation de soirée dansantes ouvertes au public

**Contact :**

Gino FREGOLENT

06 72 85 33 04

autandanser@gmail.com



<https://www.autandanser.fr/>

## MJC VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

KIDS



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Activité :** Gym posturale, Pilates, Yoga, Danse Afro Moderne, Orientale, Sevillanes, Hip Hop, Lady Stiling, Modern Jazz, Salsa, Street Jazz, Cirque

**Public :** à partir de 3 ans

### L'info en plus:

**Activités enfants :** Cirque (4 à 12 ans), Sevillanes Flamencas (7 à 11 ans), Hip Hop Breakdance (à partir de 5 ans), Modern Jazz (à partir de 6 ans), Street Jazz (à partir de 11 ans)

**Activités adultes, séniors :** Gym posturale, Latino training soft, Pilates, Yoga, Afro Moderne, Classique, Orientale (2 niveaux : débutant et intermédiaire), Hip Hop Breakdance, Lady Stiling, Modern Jazz, Salsa, Street Jazz

### Contact :

MJC de Villefranche      05 61 27 13 66      mjc.villefranchelauragais@gmail.com



<https://www.mjc-villefranchedelauragais.com/>

## TONIC MOUVEMENT



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Activité :** Pilates, Danse Moderne, Renforcement musculaire, JiuJitsu brésilien, Grappling, MMA, Auto-défense

**Public :** Enfant, Adulte

### Contact :

Antoni et Maria      06 98 66 19 51/07 68 80 35 59      tonicmouvement@gmail.com



<https://tonic-mouvement.com/>

## DALL DIAM

KIDS



VILLENouvelle

**Activité :** Danse africaine

**Public :** à partir de 6 ans

### Contact :

Franck NOIROT      06 58 39 41 72      f.noiro31@gmail.com



[https://www.facebook.com/dalldiamm.galass/?locale=fr\\_FR](https://www.facebook.com/dalldiamm.galass/?locale=fr_FR)



## EQUITATION

## CENTRE EQUESTRE D'AURIN

KIDS



AURIN

**Activité :** Equitation

**Public :** à partir de 4 ans

### Contact :

Chloé ESTRADÉ      06 16 48 55 19      centre.equestre.aurin@gmail.com

## TOUS EN SELLE

**Activité :** Equitation

**Contact :**

Myriam GUASCH

07 85 27 10 35



<http://www.ecuriesdemajouraut.com>



CALMONT

**Public :** Tout public

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

## ECURIES DE MAREILLAGUES

**Activité :** Equitation

**Contact :**

Anne ARFEUX GUITARD

06 22 42 56 94 / 07 81 59 13 95



<https://ecuriesdemareillagues.ffe.com/page/racine/trouver>



GIBEL

**Public :** Tout public

## CAVAL'A LAPOUTICARIO

**Activité :** Equitation

**Contact :**

06 23 45 03 97

[poneyclub.revel@gmail.com](mailto:poneyclub.revel@gmail.com)



<https://poneyclub-revel.com/>



REVEL

**Public :** à partir de 4 ans

## EQUISPHÈRE

**Activité :** Equitation

**Contact :**

Mathilde BREAU

06 49 84 79 58



<http://assoequisphere.fr/>



REVEL

**Public :** Tout public

[asso.equisphere@gmail.com](mailto:asso.equisphere@gmail.com)

## L'ÉTRIER D'OC

**Activité :** Equitation

**Contact :**

Manon GAUBERT

06 64 79 66 03



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



REVEL

**Public :** Tout public

## FERME EQUESTRE DES RANDONNEURS

**Activité :** Equitation, randonnées à cheval

**Contact :**

06 75 24 82 26

[ce.saintfelix@gmail.com](mailto:ce.saintfelix@gmail.com)



<https://www.facebook.com/leschevauxdecoraline/>



SAINT-FELIX LAURAGAIS

**Public :** à partir de 3 ans

## LE HARAS DES LACS

KIDS



VAUDREUILLE

**Activité :** Equitation

**Public :** à partir de 3 ans

### L'info en plus :

Initiation et perfectionnement à l'équitation pour tous dont dressage, saut d'obstacle, cross, balades, jeux, voltige, tir à l'arc, horse-ball, laser game ...



Monitrice formée à l'équithérapie et équitation adaptée

### Contact :

Fabrice GRATTON

06 74 77 69 52

fgratton@harasdeslacs.fr



<https://harasdeslacs.fr>

## EQUI-LANDES

KIDS



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Activité :** Equitation

**Public :** à partir de 3 ans

### L'info en plus :

Crénaux réservables tous les autres jours de la semaine (sauf le lundi), pour des séances spécifiques. Randonnées, stages à thème et séjours avec nuitées sont organisés tout du long de l'année



Monitrice formée à la médiation animale et équitation adaptée

### Contact :

Emilie GUIRAUD

06 28 54 17 03

equilands@gmail.com



## ESCALADE

## GRIMPE ALTITUDE LAURAGAIS



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Activité :** Escalade

**Public :** Tout public

### L'info en plus:

Mur intérieur : Structure Artificielle d'Escalade (SAE) située dans la salle polyvalente de Villefranche. Séances libres pour grimpeurs autonomes.

### Contact :

escalade.vdl@gmail.com



## FLÉCHETTES

## PHOENIX DARTS CLUB



VILLENouvelle

**Activité :** Fléchette

**Public :** Adolescent.e et Adulte

### Contact :

Richard BLANC

06 68 80 90 39

phoenixdartsclub31@gmail.com



## GRS ET GYMNASTIQUE SPORTIVE

### C.A.I.G.N.A.C

**Activité :** GRS, Pôle dance, Danse en ligne

**Contact :**

Mairie 06 10 77 20 90 caignac31@gmail.com



CAIGNAC

**Public :** Tout public

### LES ZEBULONS

**Activité :** GRS

**Contact :**

Marion SAYSSAC 06 12 46 36 11 zebulonscaraman@gmail.com



CARAMAN

**Public :** à partir de 5 ans

### GYMNASTIQUE RYTHMIQUE REVEL

**Activité :** GRS

**Contact :**

Laétitia CAGNA 06 03 05 19 85 clubgrsrevel@gmail.com



<https://clubgrsrevel.fr/>



REVEL

**Public :** à partir de 4 ans

### AVENIR GYM VILLEFRANCHE

**Activité :** Gymnastique artistique féminine

**Contact :**

Christine LENFANT 06 51 81 91 43 avenirgym.vdl@gmail.com



<https://avenirgym-villefranche.jimdofree.com/>



SAINT-VINCENT

**Public :** à partir de 7 ans



## NATATION

### COURS DE NATATION

**Activité :** Initiation et perfectionnement, Aquaform

**L'info en plus :**

Cours en piscine privée et chauffée. Initiation et perfectionnement pour enfant.  
Cours aqua-forme pour adulte uniquement.

**Contact :**

Jean-Louis TAILLANDIER 06 18 43 88 80 jl.taillandier@hotmail.fr



AURIAC-SUR-VENDINELLE

**Public :** à partir de 5 ans et demi

## SPORT OLYMPIQUE REVÉLOIS NATATION ESTIVALE



**Activité :** Natation sportive, natation artistique, nage en eau libre

**Public :** Tout public

**Contact :**

Cathy ALGANS

06 47 78 96 67

revelnatation@gmail.com



[http://natationestivale.fr/index\\_m.html](http://natationestivale.fr/index_m.html)

## LE CERCLE DES NAGEURS



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Activité :** Natation sportive, natation artistique, secourisme

**Public :** à partir de 11 ans

**L'info en plus :**

Natation : entraînements de perfectionnement (adulte) et entraînements sportifs (adulte et adolescents), Natation artistique en compétition. Secourisme : formation au BNSSA, PSC1 et PSE1

**Contact :**

Secretariat

06 75 13 67 68

secretariat.cnvl@gmail.com



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



## PAINTBALL

## BOULE DE FEU



AVIGNONET-LAURAGAIS

**Activité :** Paintball Sportif

**Public :** Adolescent/Adulte

**Contact :**

Fabrice

06 62 54 37 34

mareva@hotmail.fr



[https://www.facebook.com/BouleDeFeuPaintballSportif/?locale=fr\\_FR](https://www.facebook.com/BouleDeFeuPaintballSportif/?locale=fr_FR)



## PÉTANQUE ET BOULES

## LA BOULE AURIACAISE



AURIAC-SUR-VENDINELLE

**Activité :** Pétanque

**Public :** Tout public

**Contact :**

Jean-François LASSERRE

05 61 83 18 30

## ASSOCIATION PÉTANQUE BOURG SAINT BERNARD

**Activité :** Pétanque

**Contact :**

BERGOGNE Jacques

05 61 83 81 10

jacques.bergogne@orange.fr



BOURG-SAINT-BERNARD

**Public :** Tout public

## AMICALE BOULISTE CALMONTAISE

**Activité :** Pétanque

**Contact :**

Jean-Philippe BALARD

06 08 35 95 97

christine.balard@hotmail.fr



CALMONT

**Public :** Tout public



<https://www.facebook.com/profile.php?id=100057353602199>

## LA BOULE CARAMANAISE

**Activité :** Pétanque

**Contact :**

Monique LOUBET

06 20 76 62 00

loubetm@neuf.fr



CARAMAN

**Public :** Tout public

## AMICALES JUZOISE

**Activité :** Pétanque

**Contact :**

05 61 83 83 99

amicalesjuzoise@hotmail.com



<https://www.facebook.com/Amicale-Juzoise-P%C3%A9tanque-229528369096/>



JUZES

**Public :** Tout public

## CLUB DE PETANQUE

**Activité :** Pétanque

**Contact :**

Mairie de Lagarde

05 61 81 65 40



LAGARDE

**Public :** Tout public

## BOULE LANTANAISE LOISIRS

**Activité :** Pétanque

**Contact :**

Jean ALBERTON

06 07 62 85 06



LANTA

**Public :** Tout public

## LA BOULE MAURENOISE

**Activité :** Pétanque

**Contact :**

05 61 83 84 28

mairie-de-maurens@orange.fr



MAURENS

**Public :** Tout public

## LA BOULE MONTGEARDINE

**Activité :** Pétanque

**Contact :**

Lionel TOUSTOU

06 98 84 22 70



MONTGEARD

**Public :** Tout public

## NAILLOUX PÉTANQUE CLUB

**Activité :** Pétanque

**L'info en plus :**

Préparation à trois concours dans l'année et entraînement tous les mardis soirs à partir de mai

**Contact :**

Alain CROUZILLAT

06 12 02 05 97

naillouxpétanque\_club@hotmail.fr



NAILLOUX

**Public :** à partir de 7 ans

## PÉTANQUE NAILLOUX

**Activité :** Pétanque

**Contact :**

Jean-Michel RIVALS

06 84 70 73 48

jeanmi.kiki@cegetel.net



NAILLOUX

**Public :** Tout public

## SPORTS LOISIRS REVEL

**Activité :** Jeu de boules, Pickle ball, Swing golf

**Contact :**

André SAINT-CHAMAND (Jeu de boules)

06 81 22 31 70 / 05 61 27 61 08

asc-revel@orange.fr

Olivier (Pickle ball, Swing golf)

06 67 21 17 06



REVEL

**Public :** Tout public



<https://ligueoccitaniesportboules.com/>

## UNION SPORTIVE REVEL PÉTANQUE

**Activité :** Pétanque

**Contact :**

Bernard MENEGON

06 26 62 01 64

bernardmenegon@sfr.fr



REVEL

**Public :** Tout public

## PÉTANQUE DE SAINT-FÉLIX-LAURAGAIS

**Activité :** Pétanque

**Contact :**

Mairie

05 61 83 01 71

fdomis31@gmail.com



SAINT-FELIX LAURAGAIS

**Public :** Tout public



[https://www.facebook.com/petanque.saintfelix/?locale=fr\\_FR](https://www.facebook.com/petanque.saintfelix/?locale=fr_FR)

## LES JOYEUX PÉTANQUEURS

**Activité :** Pétanque

**Contact :**

Michel SERAN et Bernard GIN

05 62 18 38 80



SAINT-PIERRE-DE-LAGES

**Public :** Tout public

sarl.ginwanadoo.fr@wanadoo.fr

## ASSOCIATION «LE PETIT TRÉBONNAIS»

**Activité :** Pétanque

**Contact :**

Laurent MANEVIT

06 75 93 58 19



TREBONS SUR LA GRASSE

**Public :** Tout public

manevitlaurent@yahoo.fr

## PÉTANQUE OLYMPIQUE VALLÈGUAISE

**Activité :** Pétanque

**Contact :**

Laurent ESPLUGA

06 31 37 78 73



VALLEGUE

**Public :** Tout public

laurent.espluga@itelcom-reseaux.fr



<https://www.facebook.com/petanque.valleguoise.9>

## GAIS BOULISTE

**Activité :** Pétanque

**Contact :**

Frederic DAVAL

06 09 94 94 18



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Public :** Tout public

fredericlaval18@sfr.fr

## SPORT LOISIRS VIEILLEVIGNE

**Activité :** Gym, Pilates, Pétanque, Tennis

**Contact :**

Christine CLAUSTRES

Gym et Pilates

05 61 81 87 39

Christophe VERHEYDEN

Tennis

06 88 61 01 64



VIEILLEVIGNE

**Public :** Tout public



<https://mairie-vieillevigne-31.fr/sport-loisirs-vieillevigne/>

## ESV PETANQUE

**Activité :** Pétanque

**Contact :**

Marc ASTRIC

06 82 24 63 46



VILLENouvelle

**Public :** Tout public

marcastric@yahoo.fr



# RANDONNÉE

## C.A.I.G.N.A.C

**Activité :** GRS, Pôle dance, Danse en ligne, Randonnée

**Contact :**

Guy 06 34 16 79 90



[https://www.facebook.com/p/Nouvelle-association-Caignac-100072334868480/?paipv=0&eav=AfaPsVfb6UZPTkarUi7\\_GsQ26KqCQomxAu5FH0vTshZSqqkTx2KJELSp3CkTZ5WiW60&\\_rdr](https://www.facebook.com/p/Nouvelle-association-Caignac-100072334868480/?paipv=0&eav=AfaPsVfb6UZPTkarUi7_GsQ26KqCQomxAu5FH0vTshZSqqkTx2KJELSp3CkTZ5WiW60&_rdr)



CAIGNAC

**Public :** Tout public

## FOULÉES PORTES D'ARIÈGE PYRÉNÉES

**Activité :** Course et marche à pied

**Contact :**

Jean GIGOMAS 06 61 80 06 88



CALMONT

**Public :** Tout public

## SENTIERS NATURE CALMONTAIS

**Activité :** Randonnée

**L'info en plus :**

Defricher et mettre en place des chemins de randonnée sur calmont. Chemins mis a disposition de tout le monde de 7 à 77 ans. Site Web en cours de création en lien avec visio rando. Plan général accessible sur le site de calmont,

**Contact :**

René PONCY 06 73 63 32 09



<https://snc31.fr/>



CALMONT

**Public :** à partir de 7 ans

## CARAMAN RANDONNÉES LOISIRS

**Activité :** Randonnée pédestre

**Contact :**

Delphine LEBRETON 06 87 50 31 71



<https://crlrando.fr/>



CARAMAN

**Public :** Tout public

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

## SPORT LOISIRS «ENDAVANC»

**Activité :** Randonnées, Gym, Pilates

**Contact :**

Evelyne THURIES 05 61 83 56 32



CARAMAN

**Public :** à partir de 16 ans

## ASSOCIATION FAMILLE RURALE SECTION LOISIR



GARDOUCH

**Activité :** Gym, Danse, Randonnée

**Public :** à partir de 4 ans

### L'info en plus:

Danse à partir de 4 ans, Gym à partir de 18 ans, Randonnée pour public adulte et sénior.

### Contact :

Marcel FAURÉ

06 29 96 79 34

asso-afr@orange.fr



<https://afr-gardouch.jimdofree.com/>

## RANDONNÉE REVÉLOISE



REVEL

**Activité :** Randonnées pédestre et raquettes

**Public :** à partir de 8 ans avec accompagnant

### Contact :

Suzanne IZARD

06 33 23 29 84

asso.rando.rev@gmail.com



<https://randorevel31.fr/>



## ROLLER

## ROLLER JET



REVEL

**Activité :** Roller et Roller Hockey

**Public :** à partir de 6 ans

### Contact :

Serge DE ARRIBA

06 18 49 20 40

rollerjet31@gmail.com

Guillaume ESTRAN (Hockeyroller)

06 63 57 20 72



## SPORTS COLLECTIFS

## ÉCOLE DES SPORTS



AURIAC-SUR-VENDINELLE

**Activité :** Multiactivités

**Public :** de 4 à 8 ans

### L'info en plus :

Eveil à toutes les disciplines sportives, sports collectifs et individuels, développement des motricités.

### Contact :

Jean-Louis TAILLANDIER

06 18 43 88 80

jl.taillandier@hotmail.fr

Mélie TAILLANDIER

06 34 28 22 52

melie.taill@hotmail.fr

Sylvain LOGEART

06 61 82 30 57

## UNION SPORTIVE AURICAISE

**Activité :** Football

**Contact :**

Bernard LUCAS

05 61 83 80 09



AURIAC-SUR-VENDINELLE

**Public :** Tout public

jeremy-dirigeant-u.s.auriac@outlook.fr

## UNION SPORTIVE AVIGNONETAINE

KIDS

**Activité :** Foot

**Contact :**

Frédéric BATAN

06 59 91 85 16



AVIGNONET-LAURAGAIS

**Public :** à partir de 6 ans



<https://us-avignonet.footeo.com/>

## ECOLE DE FOOT BALE

KIDS

**Activité :** Football

**Contact :**

Kamel HAMAMI

06 51 96 96 73



CALMONT

**Public :** à partir de 6 ans



<https://www.facebook.com/footballbalebasseariege>

## HERS LAURAGAIS XV

**Activité :** Rugby

**Contact :**

Gerald ISSANCHOU

06 49 58 34 92



CALMONT

**Public :** Adulte et sénior



<https://www.facebook.com/people/Hers-Lauragais-XV/100042022155862>

## UNION SPORTIVE CALMONTAISE (USC)

**Activité :** Foot loisir Vétérans

**Contact :**

Jean-Mathieu BRUN

06 71 90 16 53



CALMONT

**Public :** plus de 35 ans

506148@footoccitanie.fr

## CARAMAN BASKET CLUB

KIDS

**Activité :** Basket

**Contact :**

Carine RABAUD

06 14 08 19 77



CARAMAN

**Public :** à partir de 7 ans



[https://www.facebook.com/CaramanBasketClub/about?locale=fr\\_FR](https://www.facebook.com/CaramanBasketClub/about?locale=fr_FR)

## CARAMAN VOLLEYBALL



**Activité :** Volleyball, volley assis

**Public :** Adulte

**Contact :**

Pierre PORTET

06 07 43 23 48

caramanvolleyball@gmail.com



<https://www.instagram.com/caramanvolleyball>

## JEUNESSE SPORTIVE CARAMANAISE



**Activité :** Rugby

**Public :** à partir de 6 ans

**Contact :**

Florian THURIES

06 64 77 65 14

thuriesflorian@gmail.com



<https://caramanrugby.ffr.fr/>

## GARDOUCH OLYMPIQUE CLUB



**Activité :** Football

**Public :** à partir de 6 ans

**Contact :**

Alain MILHAU

06 79 73 15 38

gardoucholympiqueclub@gmail.com



[https://www.facebook.com/GardouchOlympiqueClub/?locale=fr\\_FR](https://www.facebook.com/GardouchOlympiqueClub/?locale=fr_FR)

## VOLLEY OLYMPIQUE GARDOUCHOIS



**Activité :** Volley

**Public :** à partir de 15 ans

**Contact :**

Serge STIP

06 79 76 48 15

sergio.stip@orange.fr



[https://www.facebook.com/volley.gardouch?locale=fr\\_FR](https://www.facebook.com/volley.gardouch?locale=fr_FR)

## XV DU GARDIJOL



**Activité :** rugby amateur

**Public :** Tout public

**Contact :**

Mathieu MOMI

matthieu.momi@sfr.fr



<https://www.facebook.com/718705084826280/posts/719490114747777/>

## NAILLOUX BASKET

**Activité :** Basket

### L'info en plus :

Pratique loisir mixte,

### Contact :

Nicolas DESDOIT

06 64 92 59 80

nailloux.basket@gmail.com



<https://nailloux.org/360/basket/nailloux.html>



NAILLOUX

**Public :** à partir de 18 ans

## SPORT ENSEMBLE EN LAURAGAIS

**Activité :** handball en sport adapté (mental, psychique)



Enseignant.e formé.e à la pratique du sport adapté

### Contact :

Laurent CASANOVA

06 78 72 28 15

huguettegaetan4@gmail.com



NAILLOUX

**Public :** Tout public

## US NAILLOUX

KIDS

**Activité :** Football

### L'info en plus :

Sport adapté foot en marchant en partenariat avec la MSS de Nailloux

### Contact :

Christophe BOUVET

06 35 97 19 13

contact@usnailloux.fr



[https://www.instagram.com/us\\_nailloux/](https://www.instagram.com/us_nailloux/)

<https://usnailloux.footeo.com/>



NAILLOUX

**Public :** à partir de 18 ans

## VOLLEY BALL NAILLOUX

**Activité :** Volley

### Contact :

Vincent MIQUEL

06 19 61 59 22

volleynailloux@gmail.com

## BASKET LAURAGAIS

KIDS

**Activité :** Basket

### Contact :

Didier LHOPITEAU

06 73 11 53 89

basket.lauragais@yahoo.com



REVEL

**Public :** à partir de 6 ans

## BASKET REVEL SAINT-FERRÉOL



REVEL

**Activité :** Basket

**Public :** à partir de 6 ans

**Contact :**

Nicolas LASSERRE

06 88 48 36 86

nicolas.lasserre1@ac-toulouse.fr

## HANDBALL CLUB DE REVEL



REVEL

**Activité :** Handball

**Public :** à partir de 3 ans

**Contact :**

Sandrine Bongéot

06 82 25 14 07

hbcrevel@gmail.com



<https://www.facebook.com/p/Handball-Club-Revel-100052272773473/>

## ROLLER JET



REVEL

**Activité :** Roller et Roller Hockey

**Public :** à partir de 6 ans

**Contact :**

Serge DE ARRIBA

06 18 49 20 40

rollerjet31@gmail.com

Guillaume ESTRAN (Hockeyroller)

06 63 57 20 72

## RUGBY CLUB REVÉLOIS



REVEL

**Activité :** Rugby

**Public :** à partir de 5 ans

**Contact :**

Fabian Tournier

07 71 78 54 68

5354V@ffr.fr

## USR FOOTBALL -UNION SPORTIVE REVEL FOOTBALL



REVEL

**Activité :** Football, Fit foot

**Public :** à partir de 5 ans

**Contact :**

Didier ROQUES

05 62 18 98 51 / 06 87 71 87 27

usrevelfoot@gmail.com



<https://www.usrevelfootball.com/>

## VOLLEY-BALL REVÉLOIS



REVEL

**Activité :** Volley

**Public :** Adulte et sénior

**Contact :**

Ludivine SPRINGOLO

06 14 11 36 11

ludivine.springolo@gmail.com

## PRIS EN FLAG



SAINT-LEON

**Activité :** Rugby Flag, Initiation rugby, Baby-gym, Gymnastique

**Public :** à partir de 3 ans

### L'info en plus :

RUGBY FLAG à partir de 16 ans, INITIATION RUGBY A XIII pour les 6-11 ans, BABY-GYM pour les 3-6 ans, GYMNASTIQUE pour les 6-11 ans

### Contact :

Sébastien CARRERE

06 16 53 43 73

sebastien.carrere@gmail.com

## LAURAGAIS FOOTBALL CLUB



BOURG-SAINT-BERNARD, LANTA,  
SAINTE-FOY-D'AIGREFEUILLE,  
SAINT-PIERRE-DE-LAGES

**Activité :** Football

**Public :** à partir de 5 ans

### L'info en plus :

Club de football intercommunal à l'esprit familial également soutenu par les communes de Preserville, Aurin et Tarel.

### Contact :

Benoît LEBERTRE

06 63 84 56 40

553206@footoccitanie.fr



<https://www.facebook.com/lauragaisfc>

## FCV RUGBY



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Activité :** Rugby, Baby rugby

**Public :** à partir de 5 ans

### Contact :

FCV RUGBY

FAURE Nicolas

06 12 65 76 68

contact@fcvrugby.fr

ECOLE DE RUGBY

NICHEL Romain

06 81 94 62 99

edrententedulauragais@gmail.com

POLE JEUNE

SAINT AMANS Séverine

06 20 23 33 33

polejeune@fcvrugby.fr



<https://www.fcvrugby.fr/>

## FOOTBALL AMIS CLUB



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Activité :** Football

**Public :** Tout public

### Contact :

Jacques GALLI

06 13 11 22 25

facvillefranche@gmail.com

## HANDBALL CLUB VILLEFRANCHOIS

KIDS



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Activité :** Handball, Handfit, Baby Hand

**Public :** à partir de 3 ans

### L'info en plus :

Plusieurs créneaux de handball masculin / féminin pour la compétition ou le loisir. Séances de HandFit pour adultes ou adolescent.e.s le mercredi à 19h30.



Enseignant.e. formé.e au sport adapté

### Contact :

Yoann BEAUSSE

06 63 59 94 56

hbcv31@gmail.com



<https://sites.google.com/view/hbcv31/accueil>

## LES COUSTELLOUS

**Activité :** rugby loisir vétéran

### Contact :

M. CATALA

06 87 57 48 18

didcatala@gmail.com



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Public :** Adulte

## ECOLE DE RUGBY

KIDS



VILLENouvelle

**Activité :** Rugby pour enfants

**Public :** à partir de 5 ans

### Contact :

Laurent CASANOVA

06 73 82 79 51

ecolerugbyesv@gmail.com

## ESV FOOT

KIDS



VILLENouvelle

**Activité :** Foot U6 à U15 et section féminine

**Public :** à partir de 5 ans

### Contact :

Sébastien BERTHES

06 12 28 50 13

footesvilleneuve@gmail.com

## ESV RUGBY

**Activité :** Rugby



VILLENouvelle

**Public :** Adulte

### Contact :

Emmanuel VIALAN

06 88 82 88 18

esvilleneuve@gmail.com



[https://www.facebook.com/p/ESVillenneuvoise-XV-100057635462251/?locale=fr\\_FR](https://www.facebook.com/p/ESVillenneuvoise-XV-100057635462251/?locale=fr_FR)

## FOOT LOISIR



VILLENouvelle

**Activité :** Foot

**Public :** Tout public

**Contact :**

Carle STIP

06 85 60 53 30

carlito313@hotmail.fr



## SPORTS DE COMBAT

## JUDO CLUB CŒUR LAURAGAIS



BOURG-SAINT-BERNARD & CARAMAN

**Activité :** Judo - Taïso

**Public :** à partir de 4 ans

**Contact :**

Loïc LETORT

07 81 54 76 62

jc.coeur.lauragais@gmail.com

## AIKIDO DANS LE VENT D'AUTAN



CALMONT & NAILLOUX

**Activité :** Aikido

**Public :** Enfant, Adulte

**Contact :**

Thierry SANNINO

06 42 27 15 38



<https://aikido-nailloux.jimdofree.com/>

## OLYMPIQUE JUDO CLUB 31



CALMONT & NAILLOUX

**Activité :** Judo, Jujitsu, self defense, Taïso

**Public :** Tout public

**L'info en plus:**

Calmont : Cours de Judo pour les enfants de 3 à 11 ans le mercredi de 17h à 19h selon créneaux.

Nailloux : Cours de Taïso et de Jujitsu le samedi. Cours de Judo les mercredis et vendredis pour enfants et adultes selon créneaux.



Enseignant.e. formé.e au sport adapté

**Contact :**

Mickael SALZE

06 41 60 99 91

judo@ojc31.com



<https://www.myojc31.com>

## ECOLE LAURAGAISE D'AÏKIDO



CARAMAN

**Activité :** Aïkido

**Public :** Ado, adulte

**Contact :**

Gilles DURVIN

06 13 48 20 31

ela.aikido@gmail.com



<https://aikiela.fr/>

## KARATÉ CLUB CARAMANAIS

**Activité :** Karaté

**Contact :**

HARRAT 06 15 25 84 91



<http://karatecaraman.free.fr/caraman.html>



CARAMAN

**Public :** Tout public

## SAVATE CARAMANAISE

**Activité :** Boxe française

**Contact :**

Sébastien POUPART 06 10 66 73 56 savatebf.caraman@gmail.com



CARAMAN

**Public :** à partir de 13 ans

## FIGHT CLUB LAURAGAIS

**Activité :** Savate, Boxe Française

**L'info en plus :**

3 moniteurs fédéraux. Entraînement les lundis, jeudis et samedis. Participation à des championnats..

**Contact :**

Patrice FAVIER 06 62 86 35 97 843awl@orange.fr



LANTA & SAINT-PIERRE-DE-LAGES

**Public :** à partir de 12 ans

## JUDO JUJITSU CLUB SHING-GI-TAI

KIDS

**Activité :** Gym douce, Arts Martiaux

**Contact :**

Olivier TAMBY 06 85 07 28 35 olivetam@hotmail.fr



<https://www.facebook.com/Olivetamjudo/>



LE VAUX

**Public :** à partir de 4 ans

## CAPOEIR'AXÉ

KIDS

**Activité :** Capoeira

**Contact :**

Marie-Jeanne PILLAIRE 06 99 23 94 54 capoeira.axe17@gmail.com  
Sonic 07 68 84 47 58



<https://www.capoeira-gcb31.com/>



NAILLOUX

**Public :** à partir de 4 ans

## NAILLOUX KARATE DO

**Activité :** Karaté

**Contact :**

Myriam FOLTRAN

06 77 05 63 88

mfoltran@orange.fr



<https://naillouxkarate.fr/>



NAILLOUX

**Public :** à partir de 7 ans

## TAEKWONDO

KIDS

**Activité :** Taekwondo, Energy Taek, Self défense, Relaxation

**L'info en plus:**

Différents créneaux selon tranche d'âge du lundi au jeudi.. Dès 3 ans à Nailloux et 5 ans à Villefranche-de-Lauragais

**APA** Enseignant.e. formé.e à la pratique du sport adapté (AQSA), diplômé DE JEPS.

**Contact :**

Éric DA SILVA

06 30 98 56 26

contact.tkd@gmail.com



<https://taekdojang.com/>



NAILLOUX

VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Public :** à partir de 3 ans

## AGEL - AIKI - GOSHINDO EN LAURAGAIS

**Activité :** Capoeira

**Contact :**

Laurent ANDIER

06 11 72 36 38

asso.agel31@gmail.com



<https://www.asso-agel.fr/>



REVEL

**Public :** à partir de 13 ans

## ASSOCIATION D'AIKI GOSHINDO ET DE TAÏ CHI REVÉLOISE

**Activité :** Aïki-Jujustu, lai Do, Jo Do, Taï-chi-chuan

**Contact :**

Michel JREIGE

06 24 41 09 60

taichirevel2@gmail.com



REVEL

**Public :** Tout public

## COULEURS PASTEL

**Activité :** Kin Jo

**Contact :**

Agnès TROUPEL

06 81 15 79 92

fil31@laposte.net



REVEL

**Public :** à partir de 18 ans

## ESCREMIE



**Activité :** escrime

**Public :** à partir de 11 ans

### L'info en plus :

Escrime médiévale du 13e au 15e siècle. Pratique et techniques de l'escrime occidentale (fleuret, sabre, épée), l'escrime ancienne (escrime médiévale, dague / rapière, épée de cour, canne, bâton, escrime de duel) et de toutes les formes d'escrime alternative (éveil musculaire, escrime artistique...).

### Contact :

Olivier DELCHAMBRE

06 33 51 47 89

olivier.delchambre@wanadoo.fr

## JUDO CLUB REVÉLOIS



**Activité :** Judo, self défense, taïso

**Public :** à partir de 4 ans

### L'info en plus :

Organisation de «séances Judo Santé» : pas de chutes, assouplissements, et activités gymniques avec en lien avec le le judo.

Enseignant.e. formé.e à la pratique du sport adapté, diplômé BP JEPS. Club partenaire du programme «Sport & santé» de la ville de Revel. Projet en cours : création de s»ances en para judo

### Contact :

Anthony CARBONELL

07 45 22 99 31

President@judo-revel.fr



<https://www.facebook.com/judoclubrevelois.jcr>

## KARATÉ CLUB REVEL



**Activité :** Karaté Shotokan, Body karaté, Krav-maga, Karaté santé

**Public :** à partir de 6 ans

Enseignant.e. formé.e à la pratique du sport adapté, diplômé DE JEPS. Club partenaire du programme «Sport & santé» de la ville de Revel

### Contact :

Benoît Pont

06 60 89 46 05

karate.revel@free.fr



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

## KENPÔ SYSTÈME REVELOIS



**Activité :** Kenpo/MMA, arts martiaux, pieds-poings/ sol

**Public :** à partir de 8 ans

### L'info en plus :

Crée en 1998 et renommé en 2002, le club de Kenpô Systems Revélois propose des cours de Kenpo/MMA, arts martiaux, pieds-poings/ sol, pour les enfants, adolescents et adultes, les mercredis, vendredis et samedis.

### Contact :

Frédéri FEYFANT

06 34 26 93 21

kenpo.revel@outlook.fr



<https://www.instagram.com/kenpsystemsrevelois?igsh=NGI0MTV5YWtvbG9p>  
<https://www.facebook.com/profile.php?id=100061144073265>

## RASMUAYTHAÏ 971



**Activité :** Box Thaïlandaise

**Public :** à partir de 7 ans

**Contact :**

Mickaël FLOWER

06 84 13 76 64

rasmuaythai971@gmail.com

## REVEL MUAY THAÏ



**Activité :** Boxe Thaïlandaise, Boxe anglaise, Kick boxing, Self-défense

**Public :** à partir de 4 ans

**Contact :**

Jean-Luc GUETROT

06 18 62 87 16

rmt.boxing.revel@gmail.com



<http://revelmuaythai.fr/>

## TAM TAO MON PHAI



**Activité :** Qi Gong, TaiChi-PaKua

**Public :** à partir de 6 ans

**Contact :**

Michel BREMOND

05 62 18 34 60 / 06 85 46 96 07

tamtao.lauragais@gmail.com



<http://tamtao.fr/>

## LÉZARD MARTIAUX



**Activité :** Taekwondo, sonmudo

**Public :** à partir de 5 ans

**Contact :**

Audrey REYSSET

06 82 32 25 77

lezardmartiauxstl31@gmail.com



<https://www.facebook.com/Olivetamjudo/>

## ASAYAKÉ



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Activité :** Karaté light contact, Qi Gong

**Public :** à partir de 16 ans

**L'info en plus :**

QI GONG : entretien du corps et de l'esprit - KARATE LIGHT CONTACT : boxe pied-poing sans vocation compétitive

**Contact :**

06 59 26 63 16

asa@asayake.fr



<https://www.facebook.com/Qi.art.energetique/>

## GUERRIER MUAY THAÏ

**Activité :** Boxe thaï/Kick boxing/K1

**Contact :**

06 17 54 20 91 g.muaythaiclub@gmail.com



[www.facebook.com/guerriermuaythai/](https://www.facebook.com/guerriermuaythai/) [www.instagram.com/guerriermuaythai](https://www.instagram.com/guerriermuaythai)



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Public :** Tout public

## JUDO CLUB



**Activité :** judo, taïso, self defense

**Contact :**

Sylvie RASSU 06 28 37 27 46



<https://jc-villefranche-lauragais.ffjudo.com/cours>



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Public :** à partir de 4 ans

sec.jcvdl@gmail.com

sec.jcvdl@gmail.com

## TONIC MOUVEMENT

**Activité :** Pilates, Danse Moderne, Renforcement musculaire, JiuJitsu brésilien, Grappling, MMA, Auto-défense

**Contact :**

Antoni et Maria 06 98 66 19 51/07 68 80 35 59



<https://tonic-mouvement.com/>



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Public :** à partir de 7 ans

tonicmouvement@gmail.com



## SPORTS MÉCANIQUES

## AVAT (ASSOCIATION VELIVOLE ET AERONAUTIQUE TOULOUSAINE)

**Activité :** vol en planeurs

**Contact :**

Christina DUCHENE 05 61 83 77 72



<https://www.avat.fr/>



BOURG-SAINT-BERNARD

**Public :** Tout public

avat@wanadoo.fr

## CALMONT SPORT MECANIQUE (CSM)

**Activité :** Club auto

**Contact :**

Laurent FERRE 06 13 09 27 11



<https://www.csm31.fr>

[https://www.facebook.com/csm31.fr/?locale=fr\\_FR/](https://www.facebook.com/csm31.fr/?locale=fr_FR/)



CALMONT

**Public :** Tout public

laurent.ferre@free.fr / info@csm31.fr

## LA BÉQUILLE CALMONTAISE

**Activité :** Club moto



CALMONT

**Public :** Adulte

**Contact :**

Georges MIRABAIL

06 77 13 22 67

georges.mirabail@laposte.net



<https://www.facebook.com/La-b%C3%A9quille-Calmontaise-210921702744991>

## AÉRO-CLUB REVEL

**Activité :** Ecole de pilotage



REVEL

**Public :** à partir de 14 ans

**L'info en plus:**

Ecole de pilotage, Vols avion et U.L.M, Baptêmes de l'air, Cours théoriques pour le brevet, Initiation à l'aéronautique

**Contact :**

Michel MORELIERE

05 61 83 53 73 / 06 73 19 27 79

aero-club.revel@orange.fr

Patrick GAUDIN / Michel BILOTTE

## APPARAT

**Activité :** Vols et restauration d'avions typiques



REVEL

**Public :** Adulte

**L'info en plus:**

Preservation du patrimoine aéronautique et la restauration d'avions typiques .Pas de limite d'âge mais contrôle médical régulier obligatoire.

**Contact :**

Bernard GABOLDE

06 83 18 46 51

bn.gabolde@orange.fr



<http://a.p.p.a.r.a.t.free.fr/>

## MB COMPÉTITION

**Activité :** Motocross



REVEL

**Public :** Tout public

**Contact :**

Frédéric REGGIANI

05 61 45 79 37

mbcompetition@gmail.com

## MODEL CLUB DE REVEL

**Activité :** Aéromodélisme



REVEL

**Public :** à partir de 12 ans

**Contact :**

Fabien GRAMOLI

06 75 25 66 47

modelclubrevel@gmail.com



<http://www.mcrevel.com/>

## REVEL TEAM AUTO



**Activité :** Sport automobile

**Public :** à partir de 9 ans

### L'info en plus :

Pratique, promotion et organisation d'activités liées à l'automobile et le sport automobile sous toutes ses formes : courses, démonstrations, expositions...

### Contact :

Marie CAMMARES

06 45 87 22 39

revelteamauto@gmail.com



<https://revel-team-auto.jimdofree.com/>

## PÔLE MÉCANIQUE MONTAGNE NOIRE



VAUDREUILLE

**Activité :** Motocross

**Public :** A partir de 6 ans

### Contact :

Pascal FINOT

07 69 81 57 61

polemecaniquemontagnenoire@gmail.com

## VOL À VOILE MONTAGNE NOIRE (VVMN)



VAUDREUILLE

**Activité :** Vol à voile, formation et vol planeur

**Public :** à partir de 15 ans

### Contact :

Aurélie Parisot

07 44 50 19 62

vvmontagnenoire@gmail.com

Alain (initiation vol)

07 68 88 52 67



<http://www.vvmn.fr/>

## MOTO CLUB DU LAURAGAIS



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Activité :** Moto Cross

**Public :** Tout public

### L'info en plus:

Réglementé dans le cadre fédéral et homologué par la préfecture de Toulouse. Entraînement le 4ème dimanche de chaque mois. 1 session d'initiation par mois pour enfants et adultes

### Contact :

Sébastien SALVY

06 31 11 51 53

motoclubdulauragais@gmail.com



<https://www.facebook.com/MCLauragais>



## SPORTS NAUTIQUES

### DRAGON BOAT



RENNEVILLE

**Activité :** Dragon Boat

**Public :** Tout public

**L'info en plus :**

Activité reconnue pour ses bienfaits pendant et après un cancer du sein ou une maladie invalidante.

**Contact :**

Antoine

06 16 18 38 51

vrac31290@gmail.com



<http://vrac31290.blogspot.com/search/label/ANIMATION%20DRAGON%20BOAT>

### VILLEFRANCHE-RENNEVILLE AVIRON CLUB DU LAURAGAIS



RENNEVILLE

**Activité :** Aviron, Dragon Boat, Avifit

**Public :** à partir de 10 ans

**L'info en plus :**

Pratique en loisir ou compétition

**Contact :**

Antoine

06 16 18 68 51

vrac31290@gmail.com



<http://vrac31290.blogspot.com/>

### CLUB NAUTIQUE DE SAINT-FERRÉOL



REVEL

**Activité :** Club de voile

**Public :** A partir de 14 ans

**Contact :**

Henri PECHARD

06 63 16 54 02

basedeloisirs.revel@gmail.com



## SPORTS DE RAQUETTE

### ÉCOLE DES SPORTS



AURIAC-SUR-VENDINELLE

**Activité :** Multiactivités

**Public :** de 4 à 8 ans

**L'info en plus :**

Eveil à toutes les disciplines sportives, sports collectifs et individuels, développement des motricités.

**Contact :**

Jean-Louis TAILLANDIER

06 18 43 88 80

jl.taillandier@hotmail.fr

Mélie TAILLANDIER

06 34 28 22 52

melie.taill@hotmail.fr

Sylvain LOGEART

06 61 82 30 57

## FOYER RURAL



BOURG-SAINT-BERNARD

**Activité :** Danse Modern Jazz, Gym adulte, Badminton

**Public :** Tout public

**Contact :**

Justine

06 31 48 53 11

foyer.rural.bsb@gmail.com

## TENNIS CLUB BOURG SAINT BERNARD

KIDS



BOURG-SAINT-BERNARD

**Activité :** Tennis

**Public :** à partir de 5 ans

**Contact :**

Didier METCHE

06 88 06 33 89

tc.bourgsaintbernard@fft.fr



<https://bourgsaintbernard-tc.fr/index.html>

## TENNIS CLUB CALMONTAIS



CALMONT

**Activité :** Tennis

**Public :** à partir de 7 à 8 ans

**Contact :**

Sandra HENRI

06 76 97 51 68

chandou31@live.fr

## CLUB DE TENNIS DE CARAMAN

KIDS



CARAMAN

**Activité :** Tennis

**Public :** A partir de 5 ans

**L'info en plus :**

Enseignant titulaire du brevet d'état. Possibiliter de cours réservés pour les élèves en situation de handicap.

**Contact :**

Paul HALBEDEL

06 81 67 96 26

halbedepaul@hotmail.com



<https://www.facebook.com/tenniscaraman/>

## GARDOUCH TENNIS CLUB



GARDOUCH

**Activité :** Tennis

**Public :** à partir de 15 ans

**Contact :**

Lionel ENJALRAN

06 72 77 36 55

lionel80fr@yahoo.fr

## LES FOUS DU VOLANT GARDOUCHOIS



GARDOUCH

**Activité :** Badminton

**Public :** à partir de 15 ans

**L'info en plus:**

Une à deux fois par an blackminton organisé (jeu dans le noir avec équipement phosphorescent).

**Contact :**

Aurore SAINT AMANS

06 20 97 37 17

narore24@live.fr

## TENNIS CLUB DE LA COCAGNE



**Activité :** Tennis

**Public :** à partir de 3 ans

**Contact :**

Vincent MURON

06 80 10 32 26

bureau@tccocagne.com



<https://www.tccocagne.com>

## SPORT ET LOISIRS AU FAGET



**Activité :** Gym adaptée, Tennis de table, Badminton et Yoga, Trail

**Public :** à partir de 4 ans

**Contact :**

selfaget@gmail.com



<http://selfaget.free.fr/>

## ASSOCIATION DES TENNIS MEN ET PONGISTES DE MONTESQUIEU



MONTESQUIEU-LAURAGAIS

**Activité :** Tennis / Tennis de table

**Public :** Tout public

**Contact :**

Leny TRUMEL

07 60 70 95 37

atpmondesquieu@gmail.com

## NAILLOUX BADMINTON CLUB



NAILLOUX

**Activité :** badminton

**Public :** à partir de 7 ans

**Contact :**

nailloux.badminton@gmail.com



<https://nailloux.wixsite.com/naillouxbadminton>

## TENNIS CLUB NAILLOUSAIN



NAILLOUX

**Activité :** Tennis

**Public :** à partir de 5 ans

**Contact :**

Mairie

06 11 15 63 14

tennisclubnaillousain@gmail.com



[https://club.fft.fr/tennisclubnailloux/60310488\\_a/cms/index\\_public.php?us\\_action=show\\_note\\_site&login\\_off=1&ui\\_id\\_site=1](https://club.fft.fr/tennisclubnailloux/60310488_a/cms/index_public.php?us_action=show_note_site&login_off=1&ui_id_site=1)

## TENNIS CLUB



PRESERVILLE

**Activité :** Tennis

**Public :** à partir de 4 ans

### L'info en plus :

Cours tous niveaux du débutant au confirmé, pour toute la famille. A partir de 4 ans. Cours sur plusieurs créneaux selon l'âge du mercredi au samedi.



Enseignante DEJEPS, formée à la pratique du sport santé. Prendre contact pour plus de renseignements.

### Contact :

Christine ROZYKI

06 22 34 47 62

tennis.preserville@gmail.com

## BADMINTON REVÉLOIS



REVEL

**Activité :** Badminton

**Public :** Tout public

### Contact :

Laurent GUIRAUD

07 83 22 28 70

badminton.revel@free.fr

## BOULE SPORTIVE REVÉLOISE



REVEL

**Activité :** Jeu de boules, Pickle ball, Swing golf, Fit boules, Boules santé, école de boules

**Public :** à partir de 8 ans

### L'info en plus :

L'adhésion Sports Loisirs REVEL via la RETRAITE SPORTIVE permet pour les plus de 50 ans de pratiquer les 3 activités : pickle ball, swin golf et sport boules. Le coût de l'adhésion est de 45 €

**Contact :** le lundi 15h30-18h et jeudi 14h30-18h

André SAINT-CHAMAND (Jeu de boules)

06 81 22 31 70 / 05 61 27 61 08

asc-revel@orange.fr

Olivier (Pickle ball, Swing golf)

06 67 21 17 06

## TENNIS CLUB REVEL SAINT-FERRÉOL



REVEL

**Activité :** Enseignement Tennis

**Public :** à partir de 4 ans

### Contact :

05.61.27.54.28

tennisrevel@gmail.com



<https://tennisclubrevel.fr>

## TENNIS DE TABLE REVEL-LAURAGAIS



REVEL

**Activité :** Tennis de table

**Public :** à partir de 7 à 8 ans

### Contact :

Johny SALVETAT

06 18 38 14 46

ttrl31@yahoo.com



<https://ttrevellauragais.clubeo.com/>

## TENNIS CLUB SAINTE-FOY



SAINTE-FOY D'AIGREFEUILLE

**Activité :** Tennis

**Public :** A partir de 3/4 ans

### L'info en plus :

club dynamique qui propose des animations pour nos jeunes membres et les adultes : tournoi des familles, tournoi à la mêlée, tournoi par équipe des jeunes...

**APA** En 2023 le TCSFA a obtenu le label « Tennis Santé » qui permet au club de proposer une pratique du tennis intégrée dans le parcours de soin.

### Contact :

THOMAS DUPRAT                      tennisclubsfa@gmail.com

## TENNIS DE SAINT-GERMIER



SAINTE-GERMIER

**Activité :** Tennis

**Public :** Tout public

### Contact :

Sylvie CREMEY                      07 61 00 32 15                      sycr31@hotmail.fr

## CLUB DE TENNIS



TREBONS SUR LA GRASSE

**Activité :** Tennis

**Public :** Tout public

### Contact :

Mairie                      05 61 81 56 11

## ASSO SPORTIVE ET CULTURELLE DE VALLESVILLES



VALLESVILLE

**Activité :** Tennis, Circuit Training, Fitness, Pilates, Yoga

**Public :** A partir de 15 ans

### Contact :

Elodie                      07 45 22 85 04                      ascv31570@gmail.com

 <https://www.facebook.com/p/Asso-Sportive-et-Culturelle-de-Vallesvilles-100067760471188/>

## SPORT LOISIRS VIEILLEVIGNE



VIEILLEVIGNE

**Activité :** Gym, Pilates, Pétanque, Tennis

**Public :** Tout public

### Contact :

Christine CLAUSTRES                      Gym et Pilates                      05 61 81 87 39  
Christophe VERHEYDEN                      Tennis                      06 88 61 01 64

 <https://mairie-vieillevigne-31.fr/sport-loisirs-vieillevigne/>

## LA PLUME LAURAGAISE

**Activité :** badminton et jeu de volant

**Contact :**

Stéphane MELIES

06 87 52 71 61



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Public :** à partir de 15 ans

plumelauragaise31@gmail.com

## TENNIS CLUB VILLEFRANCHE DE LAURAGAIS

**Activité :** Tennis

**Contact :**

06.08.31.14.75

tennisclubvillefranche31290@gmail.com



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Public :** Tout public



## TRIATHLON

## TRIATHLON CLUB DU LAURAGAIS



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Activité :** Triathlon

**Public :** à partir de 6 ans

**Contact :**

triathlonclublauragais@gmail.com

école de triathlon

06 75 86 26 61

ecole2tri@triathlonclubdulauragais.fr



<https://triathlonclubdulauragais.fr/>

## SWIMRUN LAURAGAIS

**Activité :** Triathlon



GARDOUCH

**Public :** à partir de 15 ans

**Contact :**

Jean-François D'HOE

marine.beaury@hotmail.fr



<https://www.facebook.com/people/Team-Envol-Lauragais-Swimrun/100063119445361/>



## TWIRLING CLUB



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Activité :** twirling loisir et compétition

**Public :** à partir de 3 ans

### L'info en plus :

Section Mini-Twirl: Découverte du Twirling Bâton par l'intermédiaire d'activités ludiques ; section adaptée pour le public petite enfance.

### Contact :

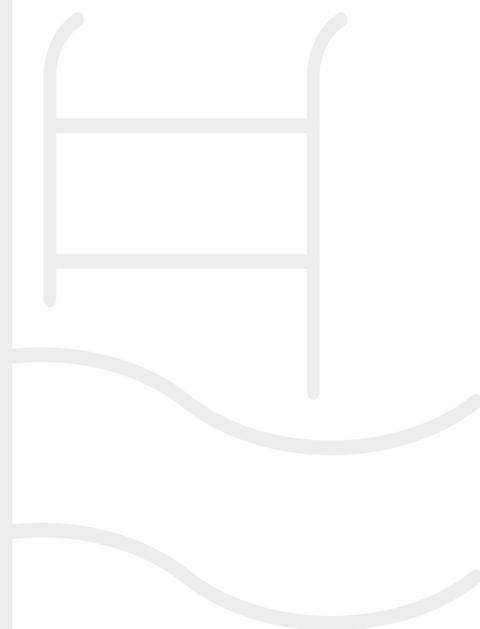
06 64 78 27 58

twirl.villefranche@gmail.com



<https://twirling-club-villefranchois.jimdosite.com/>

**CLASSEMENT**



**ACTIVITES  
PAR  
COMMUNES**



# AURIAC-SUR-VENDINELLE

## AAPPMA (Association Agréée pour la pêche et la protection du Milieu Aquatique)



AVIGNONET-LAURAGAIS, CARAMAN  
REVEL & VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Activité :** Pêche

**Public :** Adulte

### L'info en plus :

Revel est classée 1ère catégorie piscicole

Caraman, Avignonet-Lauragais et Villefranche-de-Lauragais sont classées 2ème catégorie piscicole..

### Contact Revel:

Jean-Pierre BEZOMBES 05 61 83 54 97 / 06 16 43 22 46

patricia3gilbert@orange.fr



<https://www.fede-peche31.com/5966-carte-peche-haute-garonne.htm>

## COURS DE NATATION



AURIAC-SUR-VENDINELLE

**Activité :** Initiation et perfectionnement, Aquaform

**Public :** selon activité

### L'info en plus :

Cours en piscine privée et chauffée. Initiation et perfectionnement pour enfant à partir de 5,5 ans.

Cours aqua-forme pour adulte uniquement.

### Contact :

Jean-Louis TAILLANDIER

06 18 43 88 80

jl.taillandier@hotmail.fr

## DANSE ORIENTALE



AURIAC-SUR-VENDINELLE &  
VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Activité :** Danse Orientale

**Public :** Tout public

### Contact :

Laliana

06 06 87 48 67

Laliana.dancer@gmail.com



<https://laliana.fr/danse>

## ÉCOLE DES SPORTS



AURIAC-SUR-VENDINELLE

**Activité :** Multiactivités

**Public :** de 4 à 8 ans

### L'info en plus :

Eveil à toutes les disciplines sportives, sports collectifs et individuels, développement des motricités.

### Contact :

Jean-Louis TAILLANDIER

06 18 43 88 80

jl.taillandier@hotmail.fr

Mélie TAILLANDIER

06 34 28 22 52

melie.tail@hotmail.fr

Sylvain LOGEART

06 61 82 30 57

## FITNESS

**Activité :** Pilates, Step, renforcement musculaire, rural training

**Contact :**

Méli TAILLANDIER

06 34 28 22 52



AURIAC-SUR-VENDINELLE

**Public :** Adulte

melie.taill@hotmail.fr

## GYM AURICAISE

**Activité :** Gymnastique Féminine

**Contact :**

Ginette LASSERRE

05 61 83 18 30



AURIAC-SUR-VENDINELLE

**Public :** à partir de 7 ans



[www.mairie-maureville.fr](http://www.mairie-maureville.fr)

## LA BOULE AURICAISE

**Activité :** Pétanque

**Contact :**

Jean-François LASSERRE

05 61 83 18 30



AURIAC-SUR-VENDINELLE

**Public :** Tout public

## MARCHE NORDIQUE DU LAURAGAIS

**Activité :** Marche nordique

**L'info en plus :**

Plusieurs créneaux sont proposés tout au long de la semaine, le programme des sorties (avec distance et dénivelé) est envoyé le dimanche à tous les licenciés.

Le Mardi matin est réservé aux débutants.

**Contact :**

Jean-Louis TAILLANDIER

06 18 43 88 80



AURIAC-SUR-VENDINELLE

**Public :** Adulte

jl.taillandier@hotmail.fr



<http://mnlauragais.e-monsite.com>

## MJC AURIAC-SUR-VENDINELLE

KIDS

**Activité :** Pilates, Qi-Gong, Salsa, Danse Orientale, Cirque Gym Douce,

**Contact :**

MJC

06 87 16 04 98



AURIAC-SUR-VENDINELLE

**Public :** à partir de 3 ans

mjcauriac@gmail.com



<https://www.facebook.com/mjcauriac>

## PILATES

**Activité :** Pilates

**Contact :**

Ana PEREZ DE MANUEL

ananitapdm@ecomail.fr



AURIAC-SUR-VENDINELLE

**Public :** Adulte

## QI GONG

**Activité :** Qi Gong

**Contact :**

Jacqueline DE CAMBIAIRE

06 84 93 42 92

jacqueline.decambiaire@wanadoo.fr



AURIAC-SUR-VENDINELLE

**Public :** Adulte

## UNION SPORTIVE AURICAISE

**Activité :** Football

**Contact :**

Bernard LUCAS

05 61 83 80 09

jeremy-dirigeant-u.s.auriac@outlook.fr



AURIAC-SUR-VENDINELLE

**Public :** Tout public

# AURIN

## CENTRE EQUESTRE D'AURIN

**Activité :** Equitation

**Contact :**

Chloé ESTRADÉ

06 16 48 55 19

centre.equestre.aurin@gmail.com



AURIN

**Public :** à partir de 4 ans

## NATURAL PILATES

**Activité :** Pilates

**Contact :**

Sylvie et Michel

05 61 83 78 30 / 06 06 98 07 00



AURIN

**Public :** Tout public

# AVIGNONET-LAURAGAIS

## AAPPMA (Association Agréée pour la pêche et la protection du Milieu Aquatique)

**Activité :** Pêche

**L'info en plus :**

Revel est classée 1ère catégorie piscicole. Caraman, Avignonet-Lauragais et Villefranche-de-Lauragais sont classées 2ème catégorie piscicole..

**Contact Revel:**

Jean-Pierre BEZOMBES

05 61 83 54 97 / 06 16 43 22 46

patricia3gilbert@orange.fr



<https://www.fede-peche31.com/5966-carte-peche-haute-garonne.htm>



AVIGNONET-LAURAGAIS, CARAMAN  
REVEL & VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Public :** Adulte

## BOULE DE FEU

**Activité :** Paintball Sportif

**Contact :**

Fabrice

06 62 54 37 34

mareva@hotmail.fr



[https://www.facebook.com/BouleDeFeuPaintballSportif/?locale=fr\\_FR](https://www.facebook.com/BouleDeFeuPaintballSportif/?locale=fr_FR)



AVIGNONET-LAURAGAIS

**Public :** à partir de 16 ans

## CROSSFIT LAURAGAIS

**Activité :** Crossfit, Crossfit Kids

KIDS

**Contact :**

05 32 53 75 44

crossfitlauragais@gmail.com



<https://www.crossfit-lauragais.fr/>



AVIGNONET-LAURAGAIS

**Public :** à partir de 6 ans

## UNION SPORTIVE AVIGNONETAINE

**Activité :** Foot

**Contact :**

Frédéric BATAN

06 59 91 85 16



<https://us-avignonet.footeo.com/>



AVIGNONET-LAURAGAIS

**Public :** à partir de 6 ans

# BOURG-SAINT-BERNARD

## AVAT (ASSOCIATION VELIVOLE ET AERONAUTIQUE TOULOUSAIN)



BOURG-SAINT-BERNARD

**Activité :** vol en planeurs

**Public :** Tout public

**Contact :**

Christina DUCHENE

05 61 83 77 72

avat@wanadoo.fr



<https://www.avat.fr/>

## ASSOCIATION PÉTANQUE BOURG SAINT BERNARD



BOURG-SAINT-BERNARD

**Activité :** Pétanque

**Public :** Tout public

**Contact :**

Jacques BERGOGNE

05 61 83 81 10

jacques.bergogne@orange.fr

## FOYER RURAL



BOURG-SAINT-BERNARD

**Activité :** Danse Modern Jazz, Gym adulte, Badminton

**Public :** Tout public

**Contact :**

Justine

06 31 48 53 11

foyer.rural.bsb@gmail.com

## JUDO CLUB CŒUR LAURAGAIS



BOURG-SAINT-BERNARD & CARAMAN

**Activité :** Judo - Taïso

**Public :** à partir de 4 ans

**Contact :**

Loïc LETORT

07 81 54 76 62

jc.coeur.lauragais@gmail.com

## LAURAGAIS FOOTBALL CLUB



BOURG-SAINT-BERNARD, LANTA, SAINTE-FOY-D'AIGREFEUILLE, SAINT-PIERRE-DE-LAGES

**Activité :** Football

**Public :** à partir de 5 ans

**L'info en plus :**

Club de football intercommunal à l'esprit familial également soutenu par les communes de Preserville, Aurin et Tarel.

**Contact :**

Benoît LEBERTRE

06 63 84 56 40

553206@footoccitanie.fr



<https://www.facebook.com/lauragaisfc>

## TENNIS CLUB BOURG SAINT BERNARD



BOURG-SAINT-BERNARD

**Activité :** Tennis

**Public :** à partir de 5 ans

**Contact :**

Didier METCHE

06 88 06 33 89

tc.bourgsaintbernard@fft.fr



<https://bourgsaintbernard-tc.fr/index.html>

## CAIGNAC

### ASSO' COM (CONFIANCE OUVERTURE MOUVEMENT)



CAIGNAC & LAGARDE

**Activité :** Ballade Sophro et Sophro Rando

**Public :** Adulte, Sénior

**Info en plus :**

Organisation de petites balades, pour les moins sportifs, et randonnées plus ou moins longues selon les groupes. Activités associées à des techniques de respiration et autres propositions ressourçantes.

**Contact :**

Céline BOYER GARAVEL

06 17 60 81 54

confiancecom@gmail.com

### C.A.I.G.N.A.C



CAIGNAC

**Activité :** GRS, Pôle dance, Danse en ligne, Randonnée

**Public :** Tout public

**Contact :**

Guy

06 34 16 79 90

caignac31@gmail.com



[https://www.facebook.com/p/Nouvelle-association-Caignac-100072334868480/?paipv=0&eav=AfaPsVfb6UZPTkarUi7\\_GsQ26KqCQomxAu5FH0vTshZSqqkTx2KJELSp3CkTZ5WiW60&\\_rdr](https://www.facebook.com/p/Nouvelle-association-Caignac-100072334868480/?paipv=0&eav=AfaPsVfb6UZPTkarUi7_GsQ26KqCQomxAu5FH0vTshZSqqkTx2KJELSp3CkTZ5WiW60&_rdr)

## CALMONT

### AIKIDO DANS LE VENT D'AUTAN



CALMONT & NAILLOUX

**Activité :** Aikido

**Public :** Enfant, Adulte

**Contact :**

Thierry SANNINO

06 42 27 15 38



<https://aikido-nailloux.jimdofree.com/>

## AMICALE BOULISTE CALMONTAISE

**Activité :** Pétanque

**Contact :**

Jean-Philippe BALARD

06 08 35 95 97

christine.balard@hotmail.fr



CALMONT

**Public :** Tout public

## CALMONT SPORT MECANIQUE (CSM)

**Activité :** Club auto

**Contact :**

Laurent FERRE

06 13 09 27 11

laurent.ferre@free.fr / info@csm31.fr



<https://www.csm31.fr>

[https://www.facebook.com/csm31.fr/?locale=fr\\_FR/](https://www.facebook.com/csm31.fr/?locale=fr_FR/)



CALMONT

**Public :** Tout public

## ECOLE DE FOOT BALE



**Activité :** Football

**Contact :**

Kamel HAMAMI

06 51 96 96 73

khammami@hotmail.fr



<https://www.facebook.com/footballbalebasseariege>



CALMONT

**Public :** à partir de 6 ans

## FOULÉES PORTES D'ARIÈGE PYRÉNÉES

**Activité :** Course et marche à pied

**Contact :**

Jean GIGOMAS

06 61 80 06 88



CALMONT

**Public :** Tout public

## HERS LAURAGAIS XV

**Activité :** Rugby

**Contact :**

Gerald ISSANCHOU

06 49 58 34 92

seniorshlxv@gmail.com



<https://www.facebook.com/people/Hers-Lauragais-XV/100042022155862>



CALMONT

**Public :** Adulte et sénior

## K'RI'GYM BY CHRISALIDE DANSE

KIDS



CALMONT & NAILLOUX

**Activité :** Gym douce, gym tonique, Fitness, Zumba kids , Baby motricité

**Public :** à partir de 3 ans

### L'info en plus :

Cours pour adultes de gym douce (Pilates, Stretching et Yoga), de gym tonique (Renforcement musculaire, Cuisses-Abdos-Fessiers), de Fitness (Step, Cardio Dance, TBC, HIIT, Interval Training, Zumba) et pour les enfants Zumba kids et Baby Motricité / Eveil corporel

### Contact :

Karine PELOUS

06 61 46 61 35

krigym.nailloux@gmail.com



<https://k-ri-gym.fr/accueil-krigym/>

## LA BÉQUILLE CALMONTAISE



CALMONT

**Activité :** Club moto

**Public :** Tout public

### Contact :

Georges MIRABAIL

06 77 13 22 67

georges.mirabail@laposte.net



<https://www.facebook.com/La-b%C3%A9quille-Calmontaise-210921702744991>

## LIDWINE PILATES



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS  
NAILLOUX - CALMONT

**Activité :** Coaching sportif à domicile

**Public :** Tout public

### Contact :

Lidwine LAUDEBAT

06 21 61 69 43

l.pilates@outlook.fr



<https://lidwinepilates.wixsite.com/l-pilates>

## OLYMPIQUE JUDO CLUB 31

KIDS



CALMONT & NAILLOUX

**Activité :** Judo, Jujitsu, self defense, Taïso

**Public :** à partir de 3 ans

### L'info en plus:

Calmont : Cours de Judo pour les enfants de 3 à 11 ans le mercredi de 17h à 19h selon créneaux.

Nailloux : Cours de Taïso et de Jujitsu le samedi. Cours de Judo les mercredis et vendredis pour enfants et adultes selon créneaux.



Enseignant.e. formé.e au sport adapté

### Contact :

Mickael SALZE

06 41 60 99 91

judo@ojc31.com



<https://www.myojc31.com>

## PLENITUDE



CALMONT

**Activité :** Danse gym,yoga

**Public :** à partir de 4 ans

**Contact :**

Marie Pierre ALNORD                      plenitude.calmont@gmail.com



<http://www.plenitude-calmont.fr>

## R'VEIL YOGA



CALMONT

**Activité :** Yoga

**Public :** Enfant / Adulte

**Contact :**

Nathalie CHARTON                                      06 85 43 01 80                      nathalie.charton3@orange.fr



<https://www.facebook.com/reveilyoga>

## SENTIERS NATURE CALMONTAIS



CALMONT

**Activité :** Randonnée

**Public :** à partir de 7 ans

**L'info en plus :**

defricher et mettre en place des chemins de randonnée sur calmont. Chemins mis a disposition de tout le monde de 7 à 77 ans. Site Web en cours de création en lien avec visio rando. Plan général accessible sur le site de calmont,

**Contact :**

René PONCY                                      06 73 63 32 09                                      rponcy.lcdc@laposte.net



<https://snc31.fr/>

## TENNIS CLUB CALMONTAIS



CALMONT

**Activité :** Tennis

**Public :** à partir de 7 à 8 ans

**Contact :**

Sandra HENRI                                      06 76 97 51 68                                      chandou31@live.fr

## TOUS EN SELLE



CALMONT

**Activité :** Equitation

**Public :** Tout public

**Contact :**

Myriam GUASCH                                      07 85 27 10 35                                      tousensellemajouraut@gmail.com



<http://www.ecuriesdemajouraut.com>

## UNION SPORTIVE CALMONTAISE (USC)



CALMONT

**Activité :** Foot loisir Vétérans

**Public :** plus de 35 ans

**Contact :**

Jean-Mathieu BRUN                                      06 71 90 16 53                                      506148@footoccitanie.fr

# CARAMAN

## AAPPMA (Association Agréée pour la pêche et la protection du Milieu Aquatique)

**Activité :** Pêche

**L'info en plus :**

Revel est classée 1ère catégorie piscicole

Caraman, Avignonet-Lauragais et Villefranche-de-Lauragais sont classées 2ème catégorie piscicole..

**Contact Revel:**

Jean-Pierre BEZOMBES 05 61 83 54 97 / 06 16 43 22 46

patricia3gilbert@orange.fr



<https://www.fede-peche31.com/5966-carte-peche-haute-garonne.htm>



AVIGNONET-LAURAGAIS, CARAMAN  
REVEL & VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Public :** Adulte

## ASSOCIATION DE CHASSE AGREEE DE CARAMAN

**Activité :** Chasse

**Contact :**

Patrick FRAYSSINET

05 61 83 34 37 / 06 13 88 92 45



<https://www.chasse-nature-occitanie.fr>



CARAMAN

**Public :** Adulte

## ASSOCIATION SAT BODHI

**Activité :** Yoga

**Contact :**

Mailys DUCOS

07 69 05 01 17

mailysducos@gmail.com



<http://satbodhi.fr/mailysducos>



CARAMAN

**Public :** Tout public

## CARAMAN BASKET CLUB

**Activité :** Basket

**Contact :**

Carine RABAUD

06 14 08 19 77

caramanbasketclub@gmail.com



[https://www.facebook.com/CaramanBasketClub/about?locale=fr\\_FR](https://www.facebook.com/CaramanBasketClub/about?locale=fr_FR)



CARAMAN

**Public :** à partir de 7 ans

## CARAMAN RANDONNÉES LOISIRS

**Activité :** Randonnée pédestre

**Contact :**

Delphine LEBRETON

06 87 50 31 71

lebretonfredel@wanadoo.fr



<https://crlrando.fr/>



CARAMAN

**Public :** Tout public

## CARAMAN VOLLEYBALL



**Activité :** Volleyball, volley assis

**Public :** Adulte

**Contact :**

Pierre PORTET

06 07 43 23 48

caramanvolleyball@gmail.com



<https://www.instagram.com/caramanvolleyball>

## CLUB DE TENNIS DE CARAMAN



**Activité :** Tennis

**Public :** A partir de 5 ans

**L'info en plus :**

Enseignant titulaire du brevet d'état. Possibiliter de cours réservés pour les élèves en situation de handicap.

**Contact :**

Paul HALBEDEL

06 81 67 96 26

halbedelpaul@hotmail.com



<https://www.facebook.com/tenniscaraman/>

## ECOLE LAURAGAISE D'AÏKIDO



**Activité :** Aïkido

**Public :** Ado, adulte

**Contact :**

Gilles DURVIN

06 13 48 20 31

ela.aikido@gmail.com



<https://aikiela.fr/>

## ENCORPS



**Activité :** Pilates, éveil, initiation, danse classique, danse moderne et street afro

**Public :** à partir de 4 ans

**Contact :**

Lucie CADARS

06 73 60 22 76

info@asso-encorps.com



<https://asso-encorps.com/>

## GYMNASTIQUE CARAMANAISE



**Activité :** Gym

**Public :** Adulte

**Contact :**

Colette PUJOL

09 77 34 25 17

## JEUNESSE SPORTIVE CARAMANAISE



**Activité :** Rugby

**Public :** à partir de 6 ans

**Contact :**

Florian THURIES

06 64 77 65 14

thuriesflorian@gmail.com



<https://caramanrugby.ffr.fr/>

## JUDO CLUB CŒUR LAURAGAIS



BOURG-SAINT-BERNARD &  
CARAMAN

**Activité :** Judo - Taïso

**Public :** à partir de 4 ans

**Contact :**

Loïc LETORT

07 81 54 76 62

jc.coeur.lauragais@gmail.com

## LA BOULE CARAMANAISE



CARAMAN

**Activité :** Pétanque

**Public :** Tout public

**Contact :**

Monique LOUBET

06 20 76 62 00

loubetm@neuf.fr

## LES ZEBULONS CARAMAN



CARAMAN

**Activité :** GRS

**Public :** à partir de 5 ans

**Contact :**

Marion SAYSSAC

06 12 46 36 11

zebulonscaraman@gmail.com

## KARATÉ CLUB CARAMANAIS



CARAMAN

**Activité :** Karaté

**Public :** Tout public

**Contact :**

HARRAT

06 15 25 84 91



<http://karatecaraman.free.fr/caraman.html>

## SAVATE CARAMANAISE



CARAMAN

**Activité :** Boxe française

**Public :** à partir de 13 ans

**Contact :**

Sébastien POUPART

06 10 66 73 56

savatebf.caraman@gmail.com

## QI GONG MÉDITATION ASSO S-H-E-N



CARAMAN, LE VAUX & REVEL

**Activité :** Qi Gong

**Public :** à partir de 9 ans

**Contact :**

Isabelle CLEMENT

06 82 81 20 00

qi.gong.shen31@gmail.com



<https://www.qi-gong-shen.fr/>

## SPORT LOISIRS «ENDAVANC»

**Activité :** Randonnées, Gym, Pilates

**Contact :**

Evelyne THURIES 05 61 83 56 32



CARAMAN

**Public :** à partir de 16 ans

## TERPSICHORE

KIDS

**Activité :** Baby Dance / Eveil / Initiation  
Danse classique/ Danse Néo-classique  
Danse Modern'jazz / Cabaret/Hip-Hop  
Stretching / Gym douce



CARAMAN & VILLENOUVELLE

**Public :** à parti de 4 ans,

**L'info en plus :**

**CARAMAN :** Cours d'éveil à partir de 4 ans de danse classique à partir de 6 ans, de danse jazz et modern'jazz à partir de 6 ans. Néo classique / Cabaret ( danse avec talons )

**VILLENOUVELLE :** Cours d'éveil à la danse classique à partir de 5 ans, de danse classique/ jazz et modern'jazz à partir de 8 ans

**Contact :**

Christine BOISSEAU 05 61 83 30 80 / 06 68 71 20 11 assoterpsichore@bbox.fr  
Anne FOURES



<http://assoterpsichore.com/>

## VÉLO COEUR LAURAGAIS

**Activité :** cyclisme

**Contact :**

Christophe VOGRINCIC 06 21 68 04 60 c.vogrincic@terresinovia.fr



CARAMAN

**Public :** Enfant - Adolescent



<https://www.strava.com/clubs/v%C3%A9lo-coeur-lauragais-111297?hl=fr-FR>

# GARDOUCH

## ASSOCIATION 1+1

**Activité :** Pilates, Yoga, Danse Afro Moderne

**Contact :**

Alexia FAVEAUX	Pilates	06 75 16 98 75	pilates.alexia@gmail.com
Nathalie CHARTON	Yoga	06 85 43 01 80	nathalie.charton3@orange.fr
Doria MOUCHOUS	Danse Afro Moderne	06 30 15 84 46	doria79@hotmail.fr



GARDOUCH

**Public :** Adulte



<https://asso1plus1.fr/>

## ASSOCIATION FAMILLE RURALE SECTION LOISIR



GARDOUCH

**Activité :** Gym, Danse, Randonnée

**Public :** à partir de 4 ans

### L'info en plus:

Danse à partir de 4 ans, Gym à partir de 18 ans, Randonnée pour public adulte et sénior.

### Contact :

Marcel FAURÉ

06 29 96 79 34

asso-afr@orange.fr



<https://afr-gardouch.jimdofree.com/>

## CARLA HUILLET COACHING



GARDOUCH

**Activité :** Renforcement musculaire, Cardio training, Stretching

**Public :** Tout public

### L'info en plus :

Cours à votre domicile, personnalisés à votre niveaux et votre santé



Habilitée à la pratique sport santé adapté

### Contact :

Carla HUILLET

06 70 22 13 21

carla.huillet@gmail.com



<https://www.carlahuillet-coaching.fr/>

## EUROPALL



GARDOUCH

**Activité :** randonnée cycliste

**Public :** Tout public

### Contact :

Gérard SANT

06 24 91 80 91

gardouch.cyclo@gmail.com



<http://europall13-19.ffvelo.fr/>

## GARDOUCH OLYMPIQUE CLUB



GARDOUCH

**Activité :** Football

**Public :** à partir de 6 ans

### Contact :

Alain MILHAU

06 79 73 15 38

gardoucholympiqueclub@gmail.com



[https://www.facebook.com/GardouchOlympiqueClub/?locale=fr\\_FR](https://www.facebook.com/GardouchOlympiqueClub/?locale=fr_FR)

## GARDOUCH TENNIS CLUB



GARDOUCH

**Activité :** Tennis

**Public :** à partir de 15 ans

### Contact :

Lionel ENJALRAN

06 72 77 36 55

lionel80fr@yahoo.fr

## LES FOUS DU VOLANT

**Activité :** Badminton

### L'info en plus:

Une à deux fois par an, organisation d'un blackminton (jeu dans le noir avec équipement phosphorescent).

### Contact :

Aurore SAINT AMANS

06 20 97 37 17

narore24@live.fr



GARDOUCH

**Public :** à partir de 15 ans

## SWIMRUN LAURAGAIS

**Activité :** Triathlon

### Contact :

Jean-François D'HOE

marine.beaury@hotmail.fr



<https://www.facebook.com/people/Team-Envol-Lauragais-Swimrun/100063119445361/>



GARDOUCH

**Public :** à partir de 15 ans

## VOLLEY OLYMPIQUE GARDOUCHOIS

**Activité :** Volley

### Contact :

Serge STIP

06 79 76 48 15

sergio.stip@orange.fr



[https://www.facebook.com/volley.gardouch?locale=fr\\_FR](https://www.facebook.com/volley.gardouch?locale=fr_FR)



GARDOUCH

**Public :** à partir de 15 ans

## XV DU GARDIJOL

**Activité :** rugby amateur

### Contact :

Mathieu MOMI

matthieu.momi@sfr.fr



<https://www.facebook.com/718705084826280/posts/719490114747777/>



GARDOUCH

**Public :** Tout public

## YOGA TOGETHER

**Activité :** Yoga

### Contact :

Gabrielle LADEVANT

06 21 55 01 06

gabrielleladevant@gmail.com



<https://yoga-together.com/>



GARDOUCH & SAINT LEON

**Public :** à partir de 12 ans

# GIBEL

## ECURIES DE MAREILLAGUES

**Activité :** Equitation

**Contact :**

Anne ARFEUX GUITARD 06 22 42 56 94 / 07 81 59 13 95

 <https://ecuriesdemareillagues.ffe.com/page/racine/trouver>



**Public :** Tout public

# JUZES

## AMICALES JUZOISE

**Activité :** Pétanque

**Contact :**

05 61 83 83 99 amicalesjuzoise@hotmail.com

 <https://www.facebook.com/Amicale-Juzoise-P%C3%A9tanque-229528369096//>



**Public :** Tout public

# LANTA

## ANSONATUROSPO

**Activité :** coaching sportif à domicile, réflexologie et naturopathie sportive

**L'info en plus:**

Le coaching sportif n'est effectué qu'à domicile. Les consultations naturopathie, réflexologie sont effectuées en cabinet à Lanta et à domicile.

**Contact :**

Anne-Sophie GARCIA 06 40 54 91 00 [contact@ansonaturo.fr](mailto:contact@ansonaturo.fr)

 <http://www.ansonaturo.fr/>



**Public :** Tout public

## BALL TRAP

**Activité :** Ball Trap

**Contact :**

Gervais MARCUZZO 05 61 83 77 02



**Public :** Tout public

## BOULE LANTANAISE LOISIRS

**Activité :** Pétanque

**Contact :**

Jean ALBERTON

06 07 62 85 06



**Public :** Tout public

## FIGHT CLUB LAURAGAIS

**Activité :** Savate, Boxe Française

**L'info en plus :**

3 moniteurs fédéraux. Entraînement les lundis, jeudis et samedis. Participation à des championnats..

**Contact :**

Patrice FAVIER

06 62 86 35 97

843awl@orange.fr

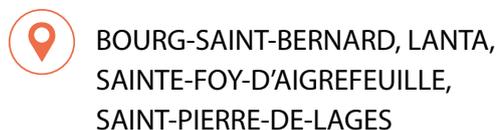


**Public :** à partir de 12 ans

## LAURAGAIS FOOTBALL CLUB

**Activité :** Football

**Public :** à partir de 5 ans



**L'info en plus :**

Club de football intercommunal à l'esprit familial également soutenu par les communes de Preserville, Aurin et Taramel.

**Contact :**

Benoît LEBERTRE

06 63 84 56 40

553206@footoccitanie.fr



<https://www.facebook.com/lauragaisfc>

## TENNIS CLUB DE LA COCAGNE

**Activité :** Tennis



**Public :** à partir de 3 ans

**Contact :**

Vincent MURON

06 80 10 32 26

bureau@tccocagne.com



<https://www.tccocagne.com>

# LAGARDE

## ASSO' COM (CONFIANCE OUVERTURE MOUVEMENT)



CAIGNAC & LAGARDE

**Activité :** Ballade Sophro et Sophro Rando

**Public :** Adulte, Sénior

### Info en plus :

Organisation de petites balades, pour les moins sportifs, et randonnées plus ou moins longues selon les groupes. Activités associées à des techniques de respiration

### Contact :

Céline BOYER GARAVEL

06 17 60 81 54

confiancecom@gmail.com

## CLUB DE PETANQUE



LAGARDE

**Activité :** Pétanque

**Public :** Tout public

### Contact :

Mairie de Lagarde

05 61 81 65 40

# LE FAGET

## SPORT ET LOISIRS AU FAGET



LE FAGET

**Activité :** Gym adaptée, Tennis de table, Badminton et Yoga, Trail

**Public :** à partir de 4 ans

### Contact :

selfaget@gmail.com



<http://selfaget.free.fr/>

# LE VAUX

## JUDO JUJITSU CLUB SHING-GI-TAI



LE VAUX

**Activité :** Gym douce, Arts Martiaux

**Public :** à partir de 4 ans

### Contact :

Olivier TAMBY

06 85 07 28 35

olivetam@hotmail.fr



<https://www.facebook.com/Olivetamjudo/>

## QI GONG MÉDITATION ASSO S-H-E-N

**Activité :** Qi Gong

**Contact :**

Isabelle CLEMENT

06 82 81 20 00

qi.gong.shen31@gmail.com



<https://www.qi-gong-shen.fr/>



CARAMAN, LE VAUX & REVEL

**Public :** à partir de 9 ans

## LOUBENS-LAURAGAIS

## ASSOCIATION LES COCCINELLES 31

**Activité :** Hatha Yoga

**L'info en plus:**

Pratique du yoga sur chaise pour les personnes ayant des complications de santé.

**Contact :**

Lionel MAURY

06 81 93 63 46

maury.lionel63@gmail.com



LOUBENS LAURAGAIS

**Public :** Tout public

## MAUREMONT

## ACCA DE MAUREMONT

**Activité :** Chasse

**Contact :**

Nathalie BERSEILLE

nathalie.berseille21@gmail.com



MAUREMONT

**Public :** à partir de 15 ans

## MAURENS

## LA BOULE MAURENOISE

**Activité :** Pétanque

**Contact :**

05 61 83 84 28

mairie-de-maurens@orange.fr



MAURENS

**Public :** Tout public

# MAUREVILLE

## GYMNASTIQUE VOLONTAIRE DE MAUREVILLE



MAUREVILLE

**Activité :** Gym

**Public :** Adulte

**L'info en plus:**

Activités cardio chorégraphiées, Exercice musculaire, souplesse et étirements

**Contact :**

Françoise SERIN

06 20 03 53 76

# MONTESQUIEU-LAURAGAIS

## ASSOCIATION COMMUNALE DE CHASSE AGRÉE (ACCA)



MONTESQUIEU LAURAGAIS

**Activité :** Chasse

**Public :** Adulte

**Contact :**

BANDIERA Gabriel

06 74 52 98 39

## ASSOCIATION DES TENNIS MEN ET PONGISTES DE MONTESQUIEU



MONTESQUIEU-LAURAGAIS

**Activité :** Tennis / Tennis de table

**Public :** Tout public

**Contact :**

Leny TRUMEL

07 60 70 95 37

atpmontesquieu@gmail.com

## GYMNASTIQUE MONTESQUIRIENNE



MONTESQUIEU-LAURAGAIS

**Activité :** Gym douce, Gym cardio, Baby Gym

**Public :** à partir de 3 ans

**L'info en plus :**

Le mardi cours pour les enfants de 16h45 à 17h30 (3 - 5 ans) et de 17h30 à 18h30 (6 - 10 ans)

**Contact :**

Christine MASOT

06 10 77 11 57

gymnastique.montesquieu@laposte.net

## SD SWING



MONTESQUIEU-LAURAGAIS

**Activité :** danse en couple, cours de Lindy Hop, Rock, Salsa

**Public :** Adulte

**L'info en plus :** 5 soirées dansantes par an, ouvertes à tout public

**Contact :**

Magali Denoy

06 52 60 19 87

denoy.magali@sfr.fr

Serge Denoy

06 86 73 67 23

denoy.serge@neuf.fr



<https://sdswing.org>

## MONTGAILLARD-LAURAGAIS

## IDDEAL



MONTGAILLARD-LAURAGAIS

**Activité :** Danses traditionnelles et country

**Public :** Tout public

**Contact :**

Fabienne GAZO

iddeal.montgaillard@gmail.com

## MONTGEARD

## AILLEURS CHEZ SOI



MONTGEARD

**Activité :** Yoga

**Public :** Tout public

**Contact :**

Christine

ailleurschezsoi@orange.fr

## LA BOULE MONTGEARDINE



MONTGEARD

**Activité :** Pétanque

**Public :** Tout public

**Contact :**

Lionel TOUSTOU

06 98 84 22 70

# NAILLOUX

## AIKIDO DANS LE VENT D'AUTAN

**Activité :** Aikido

**Contact :**

Thierry SANNINO 06 42 27 15 38

 <https://aikido-nailloux.jimdofree.com/>

 CALMONT & NAILLOUX

**Public :** Enfant, Adulte

## CAPOEIR'AXÉ

**Activité :** Capoeira

**Contact :**

Marie-Jeanne PILLAIRE 06 99 23 94 54  
Sonic 07 68 84 47 58

 <https://www.capoeira-gcb31.com/>

KIDS

 NAILLOUX

**Public :** à partir de 4 ans

capoeira.axe17@gmail.com

## CHRISALIDE DANSE

**Activité :** Modern Jazz, Classique, Street Jazz, Contemporain, Ragga Dancehall, Danse Africaine et Pole Dance

**Contact :**

Karine PELOUS 06 61 46 61 35

 <https://k-ri-gym.fr/accueil-chrysalide-danse/>

KIDS

 NAILLOUX

**Public :** à partir de 4 ans

danse.chrysalide@gmail.com

## ESCALE AU TAI CHI CHUAN

**Activité :** Tai Chi Chuan, Qi gong

**Contact :**

Isabelle SANNINO 06 77 26 16 80

 <http://taiji-quan-nailloux.jimdo.com>

 NAILLOUX

**Public :** Ado et adulte

isa.sannino@gmail.com

## JUMP ROPE CLUB

**Activité :** Corde à Sauter

**L'info en plus :**

Pratique du double Dutch (2 cordes en équipe de 2 ou 4) et corde simple)  
Cours programmés tous les jours de la semaine + dimanche selon âge et catégorie..

**Contact :**

Bree MARAUX 06.62.21.02.76

 <https://www.jumprope.fr>

KIDS

 NAILLOUX

**Public :** à partir de 6 ans

breemaraux@jumprope.fr

## K'RI'GYM BY CHRISALIDE DANSE



CALMONT & NAILLOUX

**Activité :** Gym douce, gym tonique, Fitness, Zumba kids , Baby motricité

**Public :** à partir de 3 ans

### L'info en plus :

Cours pour adultes de gym douce (Pilates, Stretching et Yoga), de gym tonique (Renforcement musculaire, Cuisses-Abdos-Fessiers), de Fitness (Step, Cardio Dance, TBC, HIIT, Interval Training, Zumba) et pour les enfants Zumba kids et Baby Motricité / Eveil corporel

### Contact :

Karine PELOUS

06 61 46 61 35

krigym.nailloux@gmail.com



<https://k-ri-gym.fr/accueil-krigym/>

## LIDWINE PILATES

**Activité :** Coaching sportif à domicile

### Contact :

Lidwine LAUDEBAT

06 21 61 69 43

l.pilates@outlook.fr



<https://lidwinepilates.wixsite.com/l-pilates>



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS  
NAILLOUX - CALMONT

**Public :** Tout public

## NAILLOUX BADMINTON CLUB

**Activité :** Badminton

### Contact :

nailloux.badminton@gmail.com



<https://nailloux.wixsite.com/naillouxbadminton>



NAILLOUX

**Public :** à partir de 7 ans

## NAILLOUX BASKET

**Activité :** Basket

### L'info en plus :

Pratique loisir mixte,

### Contact :

Nicolas DESDOIT

06 64 92 59 80

nailloux.basket@gmail.com



<https://nailloux.org/360/basket/nailloux.html>



NAILLOUX

**Public :** à partir de 18 ans

## NAILLOUX KARATE DO

**Activité :** Karaté

### Contact :

Myriam FOLTRAN

06 77 05 63 88

mfoltran@orange.fr



<https://naillouxkarate.fr/>



NAILLOUX

**Public :** à partir de 7 ans

## NAILLOUX PÉTANQUE CLUB



NAILLOUX

**Activité :** Pétanque

**Public :** à partir de 7 ans

### L'info en plus :

Préparation à trois concours dans l'année et entraînement tous les mardis soirs à partir de mai

### Contact :

Michel SERAN et Bernard GIN

06 12 02 05 97

naillouxpetanque\_club@hotmail.fr



<https://www.facebook.com/p/Nailloux-Petanque-CLUB-100057482978658>

## OLYMPIQUE JUDO CLUB 31



CALMONT & NAILLOUX

**Activité :** Judo, Jujitsu, self defense, Taïso

**Public :** à partir de 3 ans

### L'info en plus:

Calmont : Cours de Judo pour les enfants de 3 à 11 ans le mercredi de 17h à 19h selon créneaux.

Nailloux : Cours de Taïso et de Jujitsu le samedi. Cours de Judo les mercredis et vendredis pour enfants et adultes selon créneaux.



Enseignant.e. formé.e au sport adapté

### Contact :

Mickael SALZE

06 41 60 99 91

judo@ojc31.com



<https://www.myojc31.com>

## PÉTANQUE NAILLOUX



NAILLOUX

**Activité :** Pétanque

**Public :** Tout public

### Contact :

Jean-Michel RIVALS

06 84 70 73 48

jeanmi.kiki@cegetel.net

## SPORT ENSEMBLE EN LAURAGAIS



NAILLOUX

**Activité :** handball en sport adapté (mental, psychique)

**Public :** Tout public



Enseignant.e formé.e à la pratique du sport adapté

### Contact :

Laurent CASANOVA

06 78 72 28 15

huguettegaetan4@gmail.com

## SPORT SANTÉ 31



NAILLOUX

**Activité :** Gym douce

**Public :** à partir de 18 ans

### Contact :

Brigitte GENOLINI

06 67 23 92 69

<https://nailloux.org/360/sport/sante.html>

## TAEKWONDO

KIDS



NAILLOUX  
VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Activité :** Taekwondo, Energy Taek, Self défense, Relaxation

**Public :** à partir de 3 ans

### L'info en plus:

Différents créneaux selon tranche d'âge du lundi au jeudi.. Dès 3 ans à Nailloux et 5 ans à Villefranche-de-Lauragais

**APA** Enseignant.e. formé.e à la pratique du sport adapté (AQSA), diplômé DE JEPS.

### Contact :

Éric DA SILVA

06 30 98 56 26

contact.tkd@gmail.com



<https://taekdojang.com/>

## TAI CHI CHUAN

**Activité :** Tai Chi



NAILLOUX

**Public :** Tout public

### Contact :

Isabelle SANNINO

06 77 26 16 80

isa.sannino@gmail.com



<http://taiji-quan-nailloux.jimdo.com>

## TEAM D&S

KIDS



NAILLOUX

**Activité :** Danse Modern, New Jazz, BellyDance  
Pilates, CardioFitness et BabyGym

**Public :** à partir de 3 ans

### Contact :

Claire

professeur : 06 64 61 25 29 / bureau : 06 11 25 01 63

association.teamds@gmail.com

## TENNIS CLUB NAILLOUSAIN

KIDS



NAILLOUX

**Activité :** Tennis

**Public :** à partir de 5 ans

### Contact :

Mairie

06 11 15 63 14

tennisclubnaillousain@gmail.com



[https://club.fft.fr/tennisclubnailloux/60310488\\_a/cms/index\\_public.php?us\\_action=show\\_note\\_site&login\\_off=1&ui\\_id\\_site=1](https://club.fft.fr/tennisclubnailloux/60310488_a/cms/index_public.php?us_action=show_note_site&login_off=1&ui_id_site=1)

## US NAILLOUX

KIDS



NAILLOUX

**Activité :** Football

**Public :** à partir de 5 ans

### L'info en plus :

Sport adapté foot en marchant en partenariat avec la MSS de Nailloux

### Contact :

Christophe BOUVET

06 35 97 19 13

contact@usnailloux.fr



[https://www.instagram.com/us\\_nailloux/](https://www.instagram.com/us_nailloux/)

<https://usnailloux.footeo.com/>

## VOLLEY BALL NAILLOUX

**Activité :** Volley

**Contact :**

Vincent MIQUEL

06 19 61 59 22



NAILLOUX

**Public :** à partir de 18 ans

volleynaillox@gmail.com

## YOGA AND YOU

**Activité :** Différents types de yoga

**Contact :**

Cynthia GIVERNAUD

06 16 58 30 73

yoga-and-you@outlook.com



NAILLOUX

**Publi :** Tout public



<https://cynthiagivernaud.wixsite.com/website-1>

## YOGA & HARMONIE

**Activité :** Yoga

**Contact :**

Claire

06 28 07 64 83

fontainebarreau@gmail.com



NAILLOUX

**Public :** Tout public



<https://yogaetharmonie.puzl.com/contacts>

# PRÉSERVILLE

## ASSOCIATION GYM PRÉSERVILLE (AGP)

**Activité :** Gymnastique, fitness, pilates

**Contact :**

[gym.preserville@gmail.com](mailto:gym.preserville@gmail.com)



PRÉSERVILLE

**Public :** Tout public

## TENNIS CLUB

KIDS

**Activité :** Tennis

**L'info en plus :**

Cours tous niveaux du débutant au confirmé, pour toute la famille. A partir de 4 ans. Cours sur plusieurs créneaux selon l'âge du mercredi au samedi.



Enseignante DEJEPS, formée à la pratique du sport santé. Prendre contact pour plus de renseignements.

**Contact :**

Christine ROZYKI

06 22 34 47 62

[tennis.preserville@gmail.com](mailto:tennis.preserville@gmail.com)



PRÉSERVILLE

**Public :** à partir de 4 ans

# RENNEVILLE

## DRAGON BOAT



RENNEVILLE

**Activité :** Dragon Boat

**Public :** Tout public

### L'info en plus :

Activité reconnue pour ses bienfaits pendant et après un cancer du sein ou une maladie invalidante.

### Contact :

Antoine

06 16 18 68 51

vrac31290@gmail.com



<http://vrac31290.blogspot.com/search/label/ANIMATION%20DRAGON%20BOAT>

## VILLEFRANCHE-RENNEVILLE AVIRON CLUB DU LAURAGAIS



RENNEVILLE

**Activité :** Aviron, Dragon Boat, Avifit

**Public :** à partir de 10 ans

### L'info en plus :

Pratique en loisir ou compétition

### Contact :

Antoine

06 16 18 68 51

vrac31290@gmail.com



<http://vrac31290.blogspot.com/>

# REVEL

## AAPPMA (Association Agréée pour la pêche et la protection du Milieu Aquatique



AVIGNONET-LAURAGAIS, CARAMAN  
REVEL & VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Activité :** Pêche

**Public :** Adulte

### L'info en plus :

Revel est classée 1ère catégorie piscicole

Caraman, Avignonet-Lauragais et Villefranche-de-Lauragais sont classées 2ème catégorie piscicole..

### Contact Revel:

Jean-Pierre BEZOMBES 05 61 83 54 97 / 06 16 43 22 46

patricia3gilbert@orange.fr



<https://www.fede-peche31.com/5966-carte-peche-haute-garonne.htm>

## A CORPS LIBRE



REVEL

**Activité :** Yoga martial, Pilates, Gymnastique énergétique,  
Gym forme bien-être

**Public :** dès 15 ans

**Contact :**

Jean-Louis BAZIN

06 37 69 75 58

a.corps.libre@free.fr

## AÉRO-CLUB REVEL



REVEL

**Activité :** Ecole de pilotage

**Public :** à partir de 14 ans

**L'info en plus:**

Ecole de pilotage, Vols avion et U.L.M, Baptêmes de l'air, Cours théoriques pour le brevet, Initiation à l'aéronautique

**Contact :**

Michel MORELIERE

05 61 83 53 73 / 06 73 19 27 79

aero-club.revel@orange.fr

Patrick GAUDIN / Michel BILOTTE

## AGEL - AIKI - GOSHINDO EN LAURAGAIS



REVEL

**Activité :** Capoeira

**Public :** à partir de 13 ans

**Contact :**

Laurent ANDIER

06 11 72 36 38

asso.agel31@gmail.com



<https://www.asso-agel.fr/>

## AICA AUTAN REVEL



REVEL

**Activité :** Chasse

**Public :** Adulte

**Contact :**

Georges AZAM

georges.azam@orange.fr

## AINSIDANSE



REVEL

**Activité :** Pilates, Fitness, Stretching, Ballon

**Public :** à partir de 4 ans

Danse Classique, Hip Hop, Danse Moderne, Modern Jazz

Contemporain, Dance Hall, Danse Africaine, Danse Afrolatino

**Contact :**

Rosine PONS

06 70 59 63 44

ainsidansenew@gmail.com



<http://www.ainsidanse.com/>

## ANSONATUROSPOORT



LANTA - REVEL

**Activité :** coaching sportif à domicile, réflexologie et naturopathie sportive

**Public :** Tout public

### L'info en plus:

Le coaching sportif n'est effectué qu'à domicile. Les consultations naturopathie, réflexologie sont effectuées en cabinet à Lanta et à domicile.

### Contact :

Anne-Sophie GARCIA

06 40 54 91 00

contact@ansonaturo.fr



<http://www.ansonaturo.fr/>

## APPARAT



REVEL

**Activité :** Vols et restauration d'avions typiques

**Public :** Adulte

### L'info en plus:

Preservation du patrimoine aéronautique et la restauration d'avions typiques .Pas de limite d'âge mais contrôle médical régulier obligatoire.

### Contact :

Bernard GABOLDE

06 83 18 46 51

bn.gabolde@orange.fr



<http://a.p.p.a.r.a.t.free.fr/>

## ASSOCIATION D'AÏKI GOSHINDO ET DE TAÏ CHI REVÉLOISE



REVEL

**Activité :** Aïki-Jujustu, lai Do, Jo Do, Taï-chi-chuan

**Public :** Tout public

### Contact :

Michel JREIGE

06 24 41 09 60

taichirevel2@gmail.com

## ATHLÉTIC CLUB RÉVELOIS



REVEL

**Activité :** Athlétisme

**Public :** à partir de 3 ans

### L'info en plus :

Babys Athlé à partir de 3 ans - Découverte et pratique de l'athlétisme en compétitions ou en loisirs - Groupe Running à partir de Cadets

### Contact :

Sophie TALLET

06 70 23 00 26

athletic.club.revelois@gmail.com

## BADMINTON REVÉLOIS



**Activité :** Badminton

**Public :** Tout public

**Contact :**

Laurent GUIRAUD

07 83 22 28 70

badminton.revel@free.fr

## BASKET LAURAGAIS



**Activité :** Basket

**Public :** à partir de 6 ans

**Contact :**

Didier LHOPITEAU

06 73 11 53 89

basket.lauragais@yahoo.com

## BASKET REVEL SAINT-FERRÉOL



**Activité :** Basket

**Public :** à partir de 6 ans

**Contact :**

Nicolas LASSERRE

06 88 48 36 86

nicolas.lasserre1@ac-toulouse.fr

## BOULE SPORTIVE REVÉLOISE



**Activité :** Jeu de boules, Pickle ball, Swing golf, Fit boules,  
Boules santé, école de boules

**Public :** à partir de 8 ans

**L'info en plus :**

L'adhésion Sports Loisirs REVEL via la RETRAITE SPORTIVE permet pour les plus de 50 ans de pratiquer les 3 activités : pickle ball , swin golf et sport boules . le coût de l'adhésion est de 45 €

**Contact :** le lundi 15h30-18h et jeudi 14h30-18h

André SAINT-CHAMAND (Jeu de boules)

06 81 22 31 70 / 05 61 27 61 08

asc-revel@orange.fr

Olivier (Pickle ball, Swing golf)

06 67 21 17 06

## CAC -CENTRE DES ARTS CORPORELS



**Activité :** gym énergie, gym zen (étirements, Yoga, Pilate tai chi...)  
marche avec bâton de Bungy pump et marche active

**Public :** Tout public



Activités adaptées proposées : Marche active, Gym après cancer, programme bien vieillir, Packs sport santé, Body zen, Gym sénior

**Contact :**

Pierre ROBERT

06 81 14 51 38

cacrevel@gmail.com



<https://ffepgv.fr/club/SX99Ux>

## CAVAL'A LAPOUTICARIO



**Activité :** Equitation

**Public :** à partir de 4 ans

**Contact :**

06 23 45 03 97                      poneyclub.revel@gmail.com

<https://poneyclub-revel.com/>

## COULEURS PASTEL



**Activité :** Kin Jo

**Public :** à partir de 18 ans

**Contact :**

Agnès TROUPEL                      06 81 15 79 92                      fl131@laposte.net

## CLUB NAUTIQUE DE SAINT-FERRÉOL



**Activité :** Voile

**Public :** A partir de 14 ans

**Contact :**

Henri PECHARD                      06 63 16 54 02                      basedeloisirs.revel@gmail.com

## ESCREMIE



**Activité :** escrime

**Public :** à partir de 11 ans

**L'info en plus :**

Escrime médiévale du 13e au 15e siècle. Pratique et techniques de l'escrime occidentale (fleuret, sabre, épée), l'escrime ancienne (escrime médiévale, dague / rapière, épée de cour, canne, bâton, escrime de duel) et de toutes les formes d'escrime alternative (éveil musculaire, escrime artistique...).

**Contact :**

Olivier DELCHAMBRE                      06 33 51 47 89                      olivier.delchambre@wanadoo.fr

## EQUISPHERE



**Activité :** Equitation

**Public :** Tout public

**Contact :**

Mathilde BREAU                      06 49 84 79 58                      asso.equisphere@gmail.com

<http://assoequisphere.fr/>

## GYMNASTIQUE RYTHMIQUE REVEL



**Activité :** GRS

**Public :** à partir de 4 ans

**Contact :**

Laétitia CAGNA                      06 03 05 19 85                      clubgrsrevel@gmail.com

<https://clubgrsrevel.fr/>

## HANDBALL CLUB DE REVEL



REVEL

**Activité :** Handball

**Public :** à partir de 3 ans

**Contact :**

Sandrine Bongéot

06 82 25 14 07

hbcrevel@gmail.com



<https://www.facebook.com/p/Handball-Club-Revel-100052272773473/>

## JEEM - STÉPHANIE DOASSANS



REVEL

**Activité :** Marche afghane (adultes – seniors)

**Public :** Adulte, Sénior

Renforcement musculaire, équilibre, prévention des chutes (seniors)

**L'info en plus :**

Cours à domicile pour les seniors (crédit d'impôt grâce au SAP), Marche afghane en pleine nature sur Revel et alentours.



Enseignante en Activité Physique Adaptée diplômée (Licence STAPS mention « Santé Vieillesse Activité Physique Adaptée » - formation ETP – DU Nutrition – DU Prévention des chutes

**Contact :**

Stéphanie DOASSANS

06 11 60 17 10

jeemapa@gmail.com



<https://stephaniedoassans-jeem.fr/>

## JUDO CLUB REVÉLOIS



REVEL

**Activité :** Judo, self défense, taïso

**Public :** à partir de 4 ans

**L'info en plus :**

Organisation de «séances Judo Santé» : pas de chutes, assouplissements, et activités gymniques avec en lien avec le le judo.



Enseignant.e. formé.e à la pratique du sport adapté, diplômé BP JEPS. Club partenaire du programme «Sport & santé» de la ville de Revel. Projet en cours : création de s»ances en para judo

**Contact :**

Anthony CARBONELL

07 45 22 99 31

President@judo-revel.fr



<https://www.facebook.com/judoclubrevelois.jcr>

## KARATÉ CLUB REVEL



REVEL

**Activité :** Karaté Shotokan, Body karaté, Krav-maga, Karaté santé

**Public :** à partir de 6 ans



Enseignant.e. formé.e à la pratique du sport adapté, diplômé DE JEPS. Club partenaire du programme «Sport & santé» de la ville de Revel

**Contact :**

Benoît Pont

06 60 89 46 05

karate.revel@free.fr



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

## KENPÔ SYSTÈME REVELOIS



**Activité :** Kenpo/MMA, arts martiaux, pieds-poings/ sol

**Public :** à partir de 8 ans

### L'info en plus :

Crée en 1998 et renommé en 2002, le club de Kenpô Systems Revélois propose des cours de Kenpo/MMA, arts martiaux, pieds-poings/ sol, pour les enfants, adolescents et adultes, les mercredis, vendredis et samedis.

### Contact :

Frédéri FEYFANT

06 34 26 93 21

kenpo.revel@outlook.fr



<https://www.instagram.com/kenpsystemsrevelois?igsh=NGI0MTV5YWtvbG9p>

<https://www.facebook.com/profile.php?id=100061144073265>

## LA PATANNE



**Activité :** Gym pour tous, Pilates, Gym tonique

**Public :** Adulte

### Contact :

Annette BIATEAU

06 22 10 75 94

biateau.patrick@neuf.fr

## LE BAYLOU



**Activité :** Zumba

**Public :** Tout public

### Contact :

Ali TEKOUK

06 52 03 00 22

tekoukali@gmail.com



<https://www.facebook.com/p/Association-sportive-et-socioculturelle-Le-Baylou-100057214938970/>

## L'ÉTRIER D'OC



**Activité :** Equitation

**Public :** Tout public

### Contact :

Manon GAUBERT

06 64 79 66 03

letrierdoc@gmail.com

## MB COMPÉTITION



**Activité :** Motocross

**Public :** Tout public

### Contact :

Frédéric REGGIANI

05 61 45 79 37

mbcompetition@gmail.com

## MODEL CLUB DE REVEL



**Activité :** Aéromodélisme

**Public :** à partir de 12 ans

### Contact :

Fabien GRAMOLI

06 75 25 66 47

modelclubrevel@gmail.com



<http://www.mcrevel.com/>

## QI GONG MÉDITATION ASSO S-H-E-N



CARAMAN, LE VAUX & REVEL

**Activité :** Qi Gong

**Public :** à partir de 9 ans

**Contact :**

Isabelle CLEMENT

06 82 81 20 00

qi.gong.shen31@gmail.com



<https://www.qi-gong-shen.fr/>

## RANDONNÉE REVÉLOISE



REVEL

**Activité :** Randonnées pédestre et raquettes

**Public :** à partir de 8 ans avec accompagnant

**Contact :**

Suzanne IZARD

06 33 23 29 84

asso.rando.rev@gmail.com



<https://randorevel31.fr/>

## RASMUAYTHAÏ 971



REVEL

**Activité :** Boxe Thaïlandaise

**Public :** à partir de 7 ans

**Contact :**

Mickaël FLOWER

06 84 13 76 64

rasmuaythai971@gmail.com

## RELIANCES



REVEL

**Activité :** Danse

**Public :** à partir de 7 ans

L'info en plus :

Ateliers mensuels de danse, intervention de danse en crèche et stages résidentiels de danse et mouvement

**Contact :**

Mme AVRIL

06 83 93 83 65

asso.reliances@gmail.com

## REVEL MUAY THAÏ



REVEL

**Activité :** Boxe Thaïlandaise, anglaise, Kick boxing, Self-défense

**Public :** à partir de 4 ans

**Contact :**

Jean-Luc GUETROT

06 18 62 87 16

rmt.boxing.revel@gmail.com



<http://revelmuaythai.fr/>

## REVEL SPRINTER CLUB



REVEL

**Activité :** Pratique du VTT

**Public :** dès 7 ans

**Contact :**

Bruno MAIRE

06 85 89 45 22

rsc.rpvtt31@gmail.com



[https://www.facebook.com/revelsprinterclub/?locale=fr\\_FR](https://www.facebook.com/revelsprinterclub/?locale=fr_FR)

## REVEL TAÏSO



**Activité :** Taïso

**Public :** Tout public

**Contact :**

Steeve COLLEWET

06 10 13 42 38

revel.taïso@gmail.com

## REVEL TEAM AUTO



**Activité :** Sport automobile

**Public :** à partir de 9 ans

**L'info en plus :**

Pratique, promotion et organisation d'activités liées à l'automobile et le sport automobile sous toutes ses formes : courses, démonstrations, expositions...

**Contact :**

Marie CAMMARES

06 45 87 22 39

revelteamauto@gmail.com



<https://revel-team-auto.jimdofree.com/>

## ROLLER JET



**Activité :** Roller et Roller Hockey

**Public :** à partir de 6 ans

**Contact :**

Serge DE ARRIBA

06 18 49 20 40

rollerjet31@gmail.com

Guillaume ESTRAN (Hockeyroller)

06 63 57 20 72

## RUGBY CLUB REVÉLOIS



**Activité :** Rugby

**Public :** à partir de 5 ans

**Contact :**

Fabian Tournier

07 71 78 54 68

5354V@ffr.fr

## SPORT OLYMPIQUE REVÉLOIS NATATION ESTIVALE



**Activité :** Natation sportive, natation artistique, nage en eau libre

**Public :** Tout public

**Contact :**

Cathy ALGANS

06 47 78 96 67

revelnatation@gmail.com



<http://natationestivale.fr>

## TAM TAO MON PHAI

KIDS



**Activité :** Qi Gong, TaiChi-PaKua

**Public :** à partir de 6 ans

**Contact :**

Michel BREMOND 05 62 18 34 60 / 06 85 46 96 07

tamtao.lauragais@gmail.com

 <http://tamtao.fr/>

## TENNIS CLUB REVEL SAINT-FERRÉOL

KIDS



**Activité :** Enseignement Tennis

**Public :** à partir de 4 ans

**Contact :**

05.61.27.54.28 tennisrevel@gmail.com

 <https://tennisclubrevel.fr>

## TENNIS DE TABLE REVEL-LAURAGAIS



**Activité :** Tennis de table

**Public :** à partir de 7 à 8 ans

**Contact :**

Johny SALVETAT 06 18 38 14 46 ttrl31@yahoo.com

 <https://ttrevellauragais.clubeo.com/>

## UNION DES CYCLOTOURISTES REVELOIS



**Activité :** cyclisme

**Public :** Tout public

**Contact :**

Jean LETANOUX 06 87 12 73 73 letanoux.jean@orange.fr

 <http://uc-revel.ffvelo.fr/>

## UNION SPORTIVE REVEL PÉTANQUE



**Activité :** Pétanque

**Public :** Tout public

**Contact :**

Bernard MENEGON 06 26 62 01 64 bernardmenegon@sfr.fr

## USR FOOTBALL - UNION SPORTIVE REVEL FOOTBALL

KIDS



**Activité :** Football, Fit foot

**Public :** à partir de 5 ans

**Contact :**

Didier ROQUES 05 62 18 98 51 / 06 87 71 87 27

usrevelfoot@gmail.com

 <https://www.usrevelfootball.com/>

## VOLLEY-BALL REVÉLOIS

**Activité :** Volley



REVEL

**Public :** Adulte et sénior

**Contact :**

Ludivine SPRINGOLO

0614113611

ludivine.springolo@gmail.com

## ROUMENS

### GYM ROUMENS

**Activité :** Renforcement musculaire, stretching, inspiration yoga, yin yoga, cardio



ROUMENS

**Public :** Adulte

**Contact :**

Myriam MORETTI

05 61 83 06 44

myriamoretti@gmail.com

### DESPERADO TRAIL

**Activité :** Trail



ROUMENS

**Public :** Adulte

**L'info en plus :**

Les séances d'entraînement ont lieu le mercredi soir et le dimanche matin. Tous les niveaux sont les bienvenus.

**Contact :**

Jean-Marie CHESSERON

06 03 96 59 85



<http://www.desperadotrail.fr>

## SAINTE-FOY-D'AIGREFEUILLE

### ASSOCIATION SANYA

**Activité :** Hatha Yoga



SAINTE-FOY D'AIGREFEUILLE

**Public :** à partir de 18 ans

**L'info en plus :**

Cours les mardi en soirée et mercredi et jeudi le matin. Cours limités à 12 personnes. Instagram : @yogaaufildessaisons

**Contact :**

Geneviève PELISSIER CALABRO

06 18 71 94 89

sanya.asso@yahoo.fr

## GYMNASTIQUE ENFANTS SFA



SAINTE-FOY D'AIGREFEUILLE

**Activité :** Gymnastique, motricité

**Public :** de 9 mois à 9 ans

**Contact :**

Laura BOURGEOIS

06 81 81 06 60

gymentantssfa@gmail.com

## GYM SAINTE-FOY



SAINTE-FOY D'AIGREFEUILLE

**Activité :** Renforcement musculaire, Pilates, Gym douce, Cardio

**Public :** à partir de 18 ans

**L'info en plus :**

Séances programmées les lundi et mercredi, avec des cours adaptés à tous les niveaux.

**Contact :**

Alexandra MONTERO

06 76 73 47 98

gymsaintefoy31@gmail.com

Caroline CHAPEAU

06 23 65 11 09



[gymsaintefoy31.wixsite.com](https://gymsaintefoy31.wixsite.com)

## GYMNASTIQUE SENIOR ADAPTEE SFA



SAINTE-FOY D'AIGREFEUILLE

**Activité :** Gym adaptée, équilibre, prévention des chutes

**Public :** Sénior

**L'info en plus :**

3 cycles tout au long de l'année : Gym/mémoire, Equilibre/Prévention des chutes et Gym adaptée



**Contact :**

Laura BOURGEOIS

06 81 81 06 60

gymentantssfa@gmail.com

## LA COMPAGNIE ARABESQUE



SAINTE-FOY D'AIGREFEUILLE

**Activité :** Eveil, Hip-Hop, Modern Jazz, Danse Classique

**Public :** A partir de 4 ans

**L'info en plus :**

EVEIL dès 4 ans : initiation et prise de conscience du corps ; HIP-HOP, MODERN JAZZ et DANSE CLASSIQUE à partir de 6 ans et jusqu'au collège ; MODERN JAZZ pour les adultes.

**Contact :**

Bertrand JEHENNE

06 21 64 14 07

arabesque31570@gmail.com



<https://www.facebook.com/compagniearabesque/>

## LAURAGAIS FOOTBALL CLUB



BOURG-SAINT-BERNARD, LANTA,  
SAINTE-FOY-D'AIGREFEUILLE,  
SAINT-PIERRE-DE-LAGES

**Activité :** Football

**Public :** à partir de 5 ans

### L'info en plus :

Club de football intercommunal à l'esprit familial également soutenu par les communes de Preserville, Aurin et Tarabel.

### Contact :

Benoît LEBERTRE

06 63 84 56 40

553206@footoccitanie.fr



<https://www.facebook.com/lauragaisfc>

## LET & B (LEVE TOI ET BOUGE)



SAINTE-FOY D'AIGREFEUILLE

**Activité :** Urban Training

**Public :** A partir de 4 ans

### L'info en plus :

Urban Training : Proprioception, renforcement musculaire, endurance, mobilité, vitesse, explosivité. Niveau débutant ou confirmé, le cours est adapté au besoin de chacun. et est complété par du stretching (renforcement et souplesse).

### Contact :

Remi LEBLOND

06 76 89 62 29

letandb@outlook.fr



<https://www.facebook.com/groups/3453658944885141>

## TENNIS CLUB SAINTE-FOY



SAINTE-FOY D'AIGREFEUILLE

**Activité :** Tennis

**Public :** A partir de 3/4 ans

### L'info en plus :

club dynamique qui propose des animations pour nos jeunes membres et les adultes : tournoi des familles, tournoi à la mêlée, tournoi par équipe des jeunes...



En 2023 le TCSFA a obtenu le label « Tennis Santé » qui permet au club de proposer une pratique du tennis intégrée dans le parcours de soin.

### Contact :

THOMAS DUPRAT

tennisclubsfa@gmail.com

## ROCK'N CO



SAINTE-FOY D'AIGREFEUILLE

**Activité :** Rock, Salsa, Bachata, chachacha, rumba, tango, valse et Zumba

**Public :** Adulte

### L'info en plus :

Au-delà des cours traditionnels, des stages et soirées sont organisés tout au long de la saison et ouverts à tous.

### Contact :

Eric PERRIER

rocknco31@gmail.Com

## YANG SHENG

**Activité :** Cours de Qi-Gong

**Contact :**

Xiaomei DURAN

yangshenstefoy@gmail.com



SAINTE-FOY D'AIGREFEUILLE

**Public :** Adulte

## SAINT-FÉLIX-LAURAGAIS

### FERME EQUESTRE DES RANDONNEURS



SAINT-FELIX LAURAGAIS

**Activité :** Equitation, randonnées à cheval

**Public :** à partir de 3 ans

**Contact :**

06 75 24 82 26

ce.saintfelix@gmail.com



<https://www.facebook.com/leschevauxdecoraline/>

### PÉTANQUE DE SAINT-FÉLIX-LAURAGAIS



SAINT-FELIX LAURAGAIS

**Activité :** Pétanque

**Public :** Tout public

**Contact :**

Mairie

05 61 83 01 71

fdomis31@gmail.com



[https://www.facebook.com/petanque.saintfelix/?locale=fr\\_FR](https://www.facebook.com/petanque.saintfelix/?locale=fr_FR)

## SAINT-GERMIER

### TENNIS DE SAINT-GERMIER



SAINT-GERMIER

**Activité :** Tennis

**Public :** Tout public

**Contact :**

Sylvie CREMEY

07 61 00 32 15

sycr31@hotmail.fr

## SAINT-LÉON

### DÉTENTE ET BIEN ÊTRE



SAINT LEON

**Activité :** Gymnastique, renforcement musculaire, cardio, souplesse, coordination, équilibre

**Public :** à partir de 17 ans

**Contact :**

Valérie LOZANO

06 37 21 33 01

assoc.detenteetbienetre@gmail.com

## LÉZARD MARTIAUX

KIDS



SAINT LEON

**Activité :** Taekwondo, sonmudo

**Public :** à partir de 5 ans

**Contact :**

Audrey REYSSET

06 82 32 25 77

lezardmartiauxstl31@gmail.com



<https://www.facebook.com/Olivetamjudo/>

## PASSION TRAIL LAURAGAIS



SAINT-LEON

**Activité :** Trail

**Public :** Adulte

**L'info en plus :**

Une séance le dimanche matin pour courir à son rythme. Participation aux courses locales (Auragne, Montgiscard, Balma, Auterive, Pinsaguel, Eaunes, mais aussi Lavelanet, Foix etc) et aux courses régionales.

RdV tous les dimanches matins à 8h30 pour une sortie de 12-14 km sur Saint-Léon et les communes voisines

**Contact :**

Marie-Hélène Krief

06 09 71 06 52

passiontraillauragais@gmail.com



<https://www.facebook.com/PassionTrailLauragais>

## PRIS EN FLAG

KIDS



SAINT-LEON

**Activité :** Rugby Flag, Initiation rugby, Baby-gym, Gymnastique

**Public :** à partir de 3 ans

**L'info en plus :**

RUGBY FLAG à partir de 16 ans, INITIATION RUGBY A XIII pour les 6-11 ans, BABY-GYM pour les 3-6 ans, GYMNASTIQUE pour les 6-11 ans

**Contact :**

Sébastien CARRERE

06 16 53 43 73

sebastien.carrere@gmail.com

## YOGA TOGETHER



GARDOUCH & SAINT LEON

**Activité :** Yoga

**Public :** à partir de 12 ans

**Contact :**

Gabrielle LADEVANT

06 21 55 01 06

gabrielleladevant@gamil.com



<https://yoga-together.com/>

# SAINT-PIERRE-DE-LAGES

## ATHLETIC CLUB LAURAGAIS (ACL)



SAINT-PIERRE-DE-LAGES

**Activité :** Athlétisme, Marche nordique, Running, Trail

**Public :** à partir de 4 ans

### L'info en plus :

Athlétisme accessible pour les 4 à 15 ans. Les séances sont adaptées suivant les niveaux et l'activité des pratiquant.e.s.



Sessions de Marche Nordique adaptées sport santé avec des professionnel.le.s formé.e.s. Le club est en relation avec l'association efFORMip

### Contact :

Michel BERARDO

07 83 62 16 26

athletic.club.lauragais@gmail.com



<https://acl.kalisport.com>

## CAP FITNESS



SAINT-PIERRE-DE-LAGES

**Activité :** Gym, Step, Pilates, Zumba, Body Tonic

**Public :** Tout public

### Contact :

Christèle

06 73 51 47 88

capfitness.stpierredelages@gmail.com

## FIGHT CLUB LAURAGAIS



LANTA & SAINT-PIERRE-DE-LAGES

**Activité :** Savate, Boxe Française

**Public :** à partir de 12 ans

### L'info en plus :

3 moniteurs fédéraux. Entraînement les lundis, jeudis et samedis. Participation à des championnats..

### Contact :

Patrice FAVIER

06 62 86 35 97

843awl@orange.fr



[https://www.facebook.com/Lauragaissavate/?locale=fr\\_FR](https://www.facebook.com/Lauragaissavate/?locale=fr_FR)

## LAURAGAIS FOOTBALL CLUB



BOURG-SAINT-BERNARD, LANTA,  
SAINTE-FOY-D'AIGREFEUILLE,  
SAINT-PIERRE-DE-LAGES

**Activité :** Football

**Public :** à partir de 5 ans

### L'info en plus :

Club de football intercommunal à l'esprit familial également soutenu par les communes de Preserville, Aurin et Tabel.

### Contact :

Benoît LEBERTRE

06 63 84 56 40

553206@footoccitanie.fr



<https://www.facebook.com/lauragaisfc>

## LES JOYEUX PÉTANQUEURS

**Activité :** Pétanque

**Contact :**

Michel SERAN et Bernard GIN

05 62 18 38 80

sarl.ginwanadoo.fr@wanadoo.fr



SAINT-PIERRE-DE-LAGES

**Public :** Tout public

## SAINT-VINCENT

## AVENIR GYM VILLEFRANCHE

**Activité :** Gymnastique artistique féminine

**Contact :**

Christine LENFANT

avenirgym.vdl@gmail.com



SAINT-VINCENT

**Public :** à partir de 7 ans

## SAUSSENS

## GYM FIT' SAUSSENS

**Activité :** Gymtonic adulte, Pilates

**Contact :**

Valérie

06 33 64 06 61



SAUSSENS

**Public :** Adulte

## TARABEL

## STRETCHING POSTURAL

**Activité :** Stretching postural

**Contact :**

Florence MESSENT

06 14 75 69 80

flo4131@gmail.com



TARABEL

**Public :** Tout public

# TRÉBONS-SUR-LA-GRASSE

## ACCA DE TREBONS

**Activité :** Chasse

**Contact :**

Antoine COLOMBIES 06 75 82 47 17



TREBONS-SUR-LA-GRASSE

**Public :** Adulte

## ASSOCIATION «LE PETIT TRÉBONNAIS»

**Activité :** Pétanque

**Contact :**

Laurent MANEVIT 06 75 93 58 19



TREBONS SUR LA GRASSE

**Public :** Tout public

manevitlaurent@yahoo.fr

## CLUB DE TENNIS

**Activité :** Tennis

**Contact :**

Mairie 05 61 81 56 11



TREBONS SUR LA GRASSE

**Public :** Tout public

# VALLÈGUE

## FOYER RURAL DE VALLÈGUE

**Activité :** Pilates

**L'info en plus :** cours les jeudis soirs

**Contact :**

foyerruralvallegue@gmail.com



VALLEGUE

**Public :** Tout public

## PÉTANQUE OLYMPIQUE VALLÈGUAISE

**Activité :** Pétanque

**Contact :**

Laurent ESPLUGA 06 31 37 78 73



VALLEGUE

**Public :** Tout public

laurent.espluga@itelcom-reseaux.fr



<https://www.facebook.com/petanque.valleguaise.9>

# VALLESVILLES

## ASSO SPORTIVE ET CULTURELLE DE VALLESVILLES



VALLESVILLE

**Activité :** Tennis, Circuit Training, Fitness, Pilates, Yoga

**Public :** A partir de 15 ans

**Contact :**

Elodie

07 45 22 85 04

ascv31570@gmail.com



<https://www.facebook.com/p/Asso-Sportive-et-Culturelle-de-Vallesvilles-100067760471188/>

# VAUDREUILLE

## LE HARAS DES LACS



VAUDREUILLE

**Activité :** Equitation

**Public :** à partir de 3 ans

**L'info en plus :**

Initiation et perfectionnement à l'équitation pour tous dont dressage, saut d'obstacle, cross, balades, jeux, voltige, tir à l'arc, horse-ball, laser game ...



Monitrice formée à l'équithérapie et équitation adaptée

**Contact :**

Fabrice GRATTON

06 74 77 69 52

fgratton@harasdeslacs.fr



<https://harasdeslacs.fr>

## PÔLE MÉCANIQUE MONTAGNE NOIRE



VAUDREUILLE

**Activité :** Motocross

**Public :** A partir de 6 ans

**Contact :**

Pascal FINOT

07 69 81 57 61

polemecaniquemontagnenoire@gmail.com

## VOL À VOILE MONTAGNE NOIRE (VVMN)



VAUDREUILLE

**Activité :** Vol à voile, formation et vol planeur

**Public :** à partir de 15 ans

**Contact :**

Aurélie Parisot

07 44 50 19 62

vvmontagnenoire@gmail.com

Alain (initiation vol)

07 68 88 52 67



<http://www.vvmn.fr/>

# VIEILLEVIGNE

## SPORT LOISIRS VIEILLEVIGNE

**Activité :** Gym, Pilates, Pétanque, Tennis

**Contact :**

Christine CLAUSTRES	Gym et Pilates	05 61 81 87 39
Christophe VERHEYDEN	Tennis	06 88 61 01 64

 <https://mairie-vieillevigne-31.fr/sport-loisirs-vieillevigne/>



VIEILLEVIGNE

**Public :** Tout public

# VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

## AAPPMA (Association Agréée pour la pêche et la protection du Milieu Aquatique

**Activité :** Pêche

**L'info en plus :**

Revel est classée 1ère catégorie piscicole. Caraman, Avignonet-Lauragais et Villefranche-de-Lauragais sont classées 2ème catégorie piscicole..

**Contact Revel:**

Jean-Pierre BEZOMBES 05 61 83 54 97 / 06 16 43 22 46 [patricia3gilbert@orange.fr](mailto:patricia3gilbert@orange.fr)

 <https://www.fede-peche31.com/5966-carte-peche-haute-garonne.htm>



AVIGNONET-LAURAGAIS, CARAMAN  
REVEL & VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Public :** Adulte

## ASAYAKÉ

**Activité :** Karaté light contact, Qi Gong

**L'info en plus :**

QI GONG : entretien du corps et de l'esprit - KARATE LIGHT CONTACT : boxe pied-poing sans vocation compétitive

**Contact :**

06 59 26 63 16 [asa@asayake.fr](mailto:asa@asayake.fr)

 <https://www.facebook.com/Qi.art.energetique/>



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Public :** à partir de 16 ans

## AUTANT DANSER

**Activité :** Danse de salon, Rock, Salsa, Batchata  
Kizomba, Danse en ligne

### L'info en plus :

Cours pour tous les niveaux. Organisation de soirée dansantes ouvertes au public

### Contact :

Gino FREGOLENT

06 72 85 33 04

autandanser@gmail.com



<https://www.autandanser.fr/>



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Public :** Adulte

## BODY TRAINING

**Activité :** Salle de sport / fitness

### Contact :

06 03 42 19 43

bodytraining31290@gmail.com



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Public :** Adulte

## CLUB MOUCHE DU LAURAGAIS

**Activité :** Pêche

### Contact :

LAMON Thierry

06 16 56 42 21

clubmouchedulauragais@gmail.com



VILLEFRANCHE-DU-LAURAGAIS

**Public :** Adulte

## DANSE ORIENTALE

**Activité :** Danse Orientale

### Contact :

Laliana

06 06 87 48 67

Laliana.dancer@gmail.com



AURIAC-SUR-VENDINELLE &  
VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Public :** Tout public



<https://laliana.fr/danse>

## DOUCE GYM

**Activité :** gym douce

### Contact :

Elisabeth DOUMERC

06 77 59 24 01

fontainebarreau@gmail.com/



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Public :** Tout public

## EQUI-LANDES



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Activité :** Equitation

**Public :** à partir de 3 ans

### L'info en plus :

Crénaux réservés tous les autres jours de la semaine (sauf le lundi), pour des séances spécifiques. Randonnées, stages à thème et séjours avec nuitées sont organisés tout du long de l'année



Monitrice formée à la médiation animale et équitation adaptée

### Contact :

Emilie GUIRAUD

06 28 54 17 03

equilands@gmail.com

## FCV RUGBY



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Activité :** Rugby, Baby rugby

**Public :** à partir de 5 ans

### Contact :

FCV RUGBY

FAURE Nicolas

06 12 65 76 68

contact@fcvrugby.fr

ECOLE DE RUGBY

NICHEL Romain

06 81 94 62 99

edrententedulauragais@gmail.com

POLE JEUNE

SAINT AMANS Séverine

06 20 23 33 33

polejeune@fcvrugby.fr



<https://www.fcvrugby.fr/>

## FONDAMENTAL COACHING



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Activité :** coaching sportif / séances adaptées aux séniors / ados

**Public :** Tout public

### Contact :

Philippe PRIDO

06 22 24 81 72

## FOOTBALL AMIS CLUB



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Activité :** Football

**Public :** Tout public

### Contact :

Jacques GALLI

06 13 11 22 25

facvillefranche@gmail.com

## GAIS BOULISTE



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Activité :** Sport de boule

**Public :** Tout public

### Contact :

Guy ALLIERES

06 89 41 68 02

guy.allieres@orange.fr

## GCV GYMNASTIQUE

**Activité :** Gymnastique/fitness

### L'info en plus:

2 cours par semaine et pratique pour loisir. Professeurs diplômés et une encadrante ACI.

### Contact :

Germaine TREMBLAY

06 10 92 14 12

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



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Public :** Tout public

## GRIMPE ALTITUDE LAURAGAIS

**Activité :** Escalade

### L'info en plus:

Mur intérieur : Structure Artificielle d'Escalade (SAE) située dans la salle polyvalente de Villefranche. Séances libres pour grimpeurs autonomes.

### Contact :

[escalade.vdl@gmail.com](mailto:escalade.vdl@gmail.com)



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Public :** Tout public

## GUERRIER MUAY THAÏ

**Activité :** Boxe thai/Kick boxing/K1

### Contact :

06 17 54 20 91

[g.muaythaiclub@gmail.com](mailto:g.muaythaiclub@gmail.com)



[www.facebook.com/guerriermuaythai/](https://www.facebook.com/guerriermuaythai/) [www.instagram.com/guerriermuaythai](https://www.instagram.com/guerriermuaythai)



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Public :** Tout public

## GYMNASIA

**Activité :** Salle de sport / fitness / gym douce

### L'info en plus:

Pratique en autonomie ou coaching personnalisé selon vos objectifs. Un accompagnement adapté est proposé pour les personnes en situation de handicap, TSA ou atteintes de pathologies multiples — pour que chacun puisse bouger en toute confiance.

### Contact :

05 61 27 26 62

[villefranche@gymnasia.fr](mailto:villefranche@gymnasia.fr)



<https://www.gymnasia.fr/salle-sport/villefranche/>



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Public :** Tout public

## HANDBALL CLUB VILLEFRANCHOIS

KIDS



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Activité :** Handbal, Handfit, Baby Hand

**Public :** à partir de 3 ans

### L'info en plus :

Plusieurs créneaux de handball masculin / féminin pour la compétition ou le loisir. Séances de HandFit pour adultes ou adolescent.e.s le mercredi à 19h30.



Enseignant.e. formé.e au sport adapté

### Contact :

Yoann BEAUSSE

06 63 59 94 56

hbcv31@gmail.com



<https://sites.google.com/view/hbcv31/accueil>

## HOP'LA

KIDS



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Activité :** Hobby horse

**Public :** à partir de 4 ans

### L'info en plus :

Rendez-vous mensuels, tous niveaux, stages, compétitions, événements. Prêt de bâton cheval possible

### Contact :

06 77 17 22 68

hplavdl@gmail.com



<https://www.helloasso.com/associations/hop-la-hobby-horse-passion-lauragais>

## JUDO CLUB

KIDS



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Activité :** judo, taïso, self defense

**Public :** à partir de 4 ans

### Contact :

Sylvie RASSU

06 28 37 27 46

sec.jcvdl@gmail.com



<https://jc-villefranche-lauragais.ffjudo.com/cours>

## LA PLUME LAURAGAISE



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Activité :** badminton et jeu de volant

**Public :** à partir de 15 ans

### Contact :

Stéphane MELIES

06 87 52 71 61

plumelauragaise31@gmail.com

## LIDWINE PILATES



CALMONT - NAILLOUX  
VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Activité :** Coaching sportif à domicile

**Public :** Tout public

### Contact :

Lidwine LAUDEBAT

06 21 61 69 43

l.pilates@outlook.fr



<https://lidwinepilates.wixsite.com/l-pilates>

## LE CERCLE DES NAGEURS



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Activité :** Natation sportive, natation artistique, secourisme

**Public :** à partir de 11 ans

### L'info en plus :

Natation : entrainements de perfectionnement (adulte) et entrainements sportifs (adulte et adolescents), Natation artistique en compétition. Secourisme : formation au BNSSA, PSC1 et PSE1

### Contact :

Secretariat

06 75 13 67 68

secretariat.cnvl@gmail.com



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

## LES COUSTELLOUS



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Activité :** rugby loisir vétéran

**Public :** Adulte

### Contact :

M. CATALA

06 87 57 48 18

didcatala@gmail.com

## MJC VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Activité :** Gym posturale, Pilates, Yoga, Danse Afro Moderne Classique, Orientale, Hip Hop, Lady Stiling, Modern Jazz, Salsa, Street Jazz, Cirque

**Public :** à partir de 3 ans

### L'info en plus:

**Activités enfants :** Danse classique (à partir de 3 ans) - Cirque (de 4 à 12 ans) - Hip-hop breakdance (à partir de 5 ans) - Modern jazz (à partir de 6 ans)

**Activités adultes, séniors :** Gym posturale, Latino training soft, Pilates, Yoga, Afro Moderne, Orientale (2 niveaux : débutant et intermédiaire), Hip Hop Breakdance, Lady Stiling, Modern Jazz, Salsa, Street Jazz

### Contact :

MJC de Villefranche

05 61 27 13 66

mjc.villefranchelauragais@gmail.com



<https://www.mjc-villefranchedelauragais.com/>

## MOTO CLUB DU LAURAGAIS



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Activité :** Moto Cross

**Public :** Tout public

### L'info en plus:

Réglementé dans le cadre fédéral et homologué par la préfecture de Toulouse. Entraînement le 4<sup>ème</sup> dimanche de chaque mois. 1 session d'initiation par mois pour enfants et adultes

### Contact :

Sébastien SALVY

06 31 11 51 53

motoclubdulauragais@gmail.com



<https://www.facebook.com/MCLauragais>

## TAEKWONDO

KIDS



NAILLOUX  
VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Activité :** Taekwondo, Energy Taek, Self défense, Relaxation

**Public :** à partir de 3 ans

### L'info en plus:

Différents créneaux selon tranche d'âge du lundi au jeudi.. Dès 3 ans à Nailloux et 5 ans à Villefranche-de-Lauragais



Enseignant.e. formé.e à la pratique du sport adapté (AQSA), diplômé DE JEPS.

### Contact :

Éric DA SILVA

06 30 98 56 26

contact.tkd@gmail.com



<https://taekdojang.com/>

## TAIJI DU SOLEIL

**Activité :** Tai Chi



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS &  
VILLENouvelle

**Public :** Tout public

### Contact :

Sophie CROIZET

06 40 32 06 01

taiji-du-soleil@laposte.net

## TENNIS CLUB VILLEFRANCHE DE LAURAGAIS

**Activité :** Tennis



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Public :** Tout public

### Contact :

06.08.31.14.75

tennisclubvillefranche31290@gmail.com

## TONIC MOUVEMENT

**Activité :** Pilates, Danse Moderne, Renforcement musculaire, JiuJitsu brésilien, Grappling, MMA, Auto-défense



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Public :** à partir de 7 ans

### Contact :

Antoni et Maria

06 98 66 19 51/07 68 80 35 59

tonicmouvement@gmail.com



<https://tonic-mouvement.com/>

## TRIATHLON CLUB DU LAURAGAIS

KIDS



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Activité :** Triathlon

**Public :** à partir de 6 ans

### Contact :

triathlonclublauragais@gmail.com

école de triathlon

06 75 86 26 61

ecole2tri@triathlonclubdulauragais.fr



<https://triathlonclubdulauragais.fr/>

## TWIRLING CLUB



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Activité :** twirling loisir et compétition

**Public :** à partir de 3 ans

### L'info en plus :

Section Mini-Twirl: Découverte du Twirling Bâton par l'intermédiaire d'activités ludiques ; section adaptée pour le public petite enfance.

### Contact :

06 64 78 27 58

twirl.villefranche@gmail.com



<https://twirling-club-villefranchois.jimdosite.com/>

## VAL 31 (VILLEF ATHLETISME LAURAGAIS)



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Activité :** Athlétisme - Running

**Public :** à partir de 6 ans

### L'info en plus :

Athlétisme enfant les lundi et mercredi

Running adulte : le mardi soir pour les débutants / Lundi et jeudi soir pour les adultes, espoirs, juniors et cadets

Organisation du Trail du Ventolet chaque année..

### Contact :

villefranche.val31@gmail.com



<https://val31.fr/>

## VELO CLUB VILLEFRANCHOIS



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS

**Activité :** Cyclotourisme et cyclisme

**Public :** Adulte

### L'info en plus :

2 groupes de niveaux sont proposés.

### Contact :

Daniel Planelles

06 65 48 51 30

v cv31290@gmail.com



<https://www.velo-club-villefranchois.fr/>

# VILLENouvelle

## DALL DIAM



VILLENouvelle

**Activité :** Danse africaine

**Public :** à partir de 6 ans

### Contact :

Franck NOIROT

06 58 39 41 72

f.noiro31@gmail.com



[https://www.facebook.com/dalldiamm.galass/?locale=fr\\_FR](https://www.facebook.com/dalldiamm.galass/?locale=fr_FR)

## ECOLE DE RUGBY



VILLENOUVELLE

**Activité :** Rugby pour enfants

**Public :** à partir de 5 ans

**Contact :**

Laurent CASANOVA

06 73 82 79 51

ecolerugbyesv@gmail.com

## ESV FOOT



VILLENOUVELLE

**Activité :** Foot U6 à U15 et section féminine

**Public :** à partir de 5 ans

**Contact :**

Sébastien BERTHES

06 12 28 50 13

footesvilleneuve@gmail.com

## ESV PETANQUE



VILLENOUVELLE

**Activité :** Pétanque

**Public :** Tout public

**Contact :**

Marc ASTRIC

06 82 24 63 46

marcastric@yahoo.fr

## ESV RUGBY



VILLENOUVELLE

**Activité :** Rugby

**Public :** Adulte

**Contact :**

Emmanuel VIALAN

06 88 82 88 18

esvilleneuve@gmail.com



[https://www.facebook.com/p/ESVilleneuveoise-XV-100057635462251/?locale=fr\\_FR](https://www.facebook.com/p/ESVilleneuveoise-XV-100057635462251/?locale=fr_FR)

## FOOT LOISIR



VILLENOUVELLE

**Activité :** Foot

**Public :** Tout public

**Contact :**

Carle STIP

06 85 60 53 30

## GYM BIEN ÊTRE



VILLENOUVELLE

**Activité :** Gym dynamique, pilates, Renfo Musculaire, Body Zen, Zumba®

**Public :** à partir de 15 ans

**Contact :**

Nassima ZERGUINI

gymbienetre02@gmail.com

## PHOENIX DARTS CLUB

**Activité :** Fléchette

**Contact :**

Richard BLANC

06 68 80 90 39

phoenixdartsclub31@gmail.com



VILLENOUVELLE

**Public :** Adolescent.e. et Adulte

## TAIJI DU SOLEIL

**Activité :** Tai Chi

**Contact :**

Sophie CROIZET

06 40 32 06 01

taiji-du-soleil@laposte.net



VILLEFRANCHE-DE-LAURAGAIS &  
VILLENOUVELLE

**Public :** Tout public

## TERPSICHORE



**Activité :** Baby Dance / Eveil / Initiation

Danse classique/ Danse Néo-classique

Danse Modern'jazz / Cabaret/Hip-Hop

Stretching / Gym douce



CARAMAN & VILLENOUVELLE

**Public :** à partir de 4 ans

**L'info en plus :**

**CARAMAN :** Cours d'éveil à partir de 4 ans de danse classique à partir de 6 ans, de danse jazz et modern'jazz à partir de 6 ans. Néo classique / Cabaret ( danse avec talons )

**VILLENOUVELLE :** Cours d'éveil à la danse classique à partir de 5 ans, de danse classique/ jazz et modern'jazz à partir de 8 ans

**Contact :**

Christine BOISSEAU

05 61 83 30 80 / 06 68 71 20 11

assoterpsichore@bbox.fr

Anne FOURES



<http://assoterpsichore.com/>



Document édité et mis à jour par la CPTS du Lauragais.

Pour télécharger la dernière version numérique, flashez !

Edition Août 2025

