

Ville de  
Mayenne

Saison 2023 / 2024



  
Ville de  
Mayenne  
*l'énergie*

# GUIDE des SPORTS

# LES ASSOCIATIONS SPORTIVES ET LA VILLE DE MAYENNE

ATHLÉTISME

BADMINTON

BASKET BALL

BOULES BRETONNES

BOXE

CANOË-KAYAK

CAPOEIRA

CYCLISME

CYCLO

DANSE

ESCALADE

FITNESS

FOOTBALL

FULL CONTACT

GYM

HANDBALL

JUDO

KARATÉ

MARCHE NORDIQUE

MOTO

NATATION ET ACTIVITÉS

AQUAGYMNIQUES

PÊCHE

PÉTANQUE

PLONGÉE

RANDONNÉE

REMISE EN FORME

RUGBY

ROLLER

TENNIS

TENNIS DE TABLE

TIR À L'ARC

TIR SPORTIF

TRIATHLON

VIET VO DAO

VOLLEY BALL

VTT

# Le sport à Mayenne :

Un service des sports, basé au centre aquatique

**51** associations sportives et **44** disciplines pratiquées  
des agents municipaux, du matériel mis à disposition pour  
les manifestations

Un parc des sports  
(terrains en herbe,  
terrain synthétique,  
aires d'athlétisme)

4 plateaux sportifs

Une salle de sports  
gymniques

2 dojos

2 salles de musculation

Un pas de tir à l'arc  
extérieur

Une salle de tennis  
de table

Une salle de boxe

Des terrains de tennis  
extérieurs et intérieurs

Des terrains intérieurs  
et extérieurs de jeux de  
boules (boules bretonnes  
et pétanque)

Un skate parc

Un vélodrome

Un mur d'escalade

Une base de canoë-kayak

Un centre aquatique



## DES PROJETS POUR LE DÉVELOPPEMENT DU SPORT À MAYENNE

Le Maire, Jean-Pierre Le Scornet, et la commission des sports mettent tout en oeuvre pour...

- ... aider les associations sportives et favoriser le développement du sport à Mayenne
- ... maintenir la diversité de l'activité sportive à Mayenne
- ... favoriser l'accès au sport pour les plus jeunes
- ... développer les parcours d'activités physiques et santé

Parmi les projets portés actuellement...

... la réfection des équipements sportifs : salle Robert Buron, salle de pétanque, salle de boxe

La municipalité organise tous les deux ans une **FÊTE DES SPORTS** afin de mettre en valeur les associations sportives de la ville.

Elle décerne chaque année des **TROPHÉES DES SPORTIFS** pour honorer les athlètes, les bénévoles, les clubs.



## DES MOYENS FINANCIERS

### DES AIDES FINANCIÈRES...

- ... des subventions de fonctionnement
- ... des subventions pour le sport événementiel
- ... des contrats d'image pour accompagner les sportifs de haut niveau

### DES AIDES MATÉRIELLES...

- ... Pour le fonctionnement au quotidien
  - . Gratuité sur les équipements sportifs pour les associations sportives de la ville
  - . Mise à disposition de locaux pour la vie associative (bureaux, salles de réunion)
  - . Gratuité pour le tri sélectif
- ... Pour les manifestations sportives
  - . Mise à disposition des équipements sportifs
  - . Mise à disposition d'un minibus pour les jeunes
  - . Mise à disposition de matériels divers
  - . Mise à disposition d'agents pour l'organisation des événements (montage, démontage,...)

## DES MOYENS HUMAINS

### UN SERVICE DES SPORTS...

- ... Un directeur des sports et de la vie associative
- ... Une assistante de direction
- ... des agents d'entretien

### UN CENTRE AQUATIQUE...

- ... Un chef de bassin (et maître-nageur)
- ... 7 maîtres-nageurs
- ... 4 agents d'accueil
- ... 3 agents techniques

## DES PROJETS

- . Création d'un pumptrack
- . Création d'un terrain de basket 3X3
- . Création d'un fitpark
- . Réflexion autour de la création d'une école du sport et du handicap

## SPORTS AÉRIENS



### Club aéromodéliste

Formation à la construction et pratique du vol radiocommandé

La Visitation à Mayenne  
le samedi après-midi

À partir de 10 ans

Contact : Raphaël Maurus

06 81 53 99 30

clubaeromodelisme53@laposte.net



### Pégase aéromodèles

Vol en salle et construction

Salle Don Bosco (le lundi soir et  
vendredi soir)

ou Aérodrome La Rogerie

À partir de 10 ans

Contact : Jérôme Huard

07 82 00 24 42

pegase-aeromodels@laposte.net

## SPORTS DE PRÉCISION



### CAM Tir à l'arc

Salle Jules Ferry

À partir de 9/10 ans

Contact : Virgine Foret

06 06 44 11 89

tirarcmayenne@gmail.com



### Cercle de tir Mayennais

Pratique du tir sportif à 10m ;  
25m ; 50m ; Arbalète 18m ; et  
IR900

Les mardis, jeudis et samedis

196 rue d'Artois

À partir de 8 ans

Contact : Bruno Allanic

06 08 26 84 94

ctm53president@gmail.com



### Billard club

Rue Joseph Cugnot (salle près du  
secours populaire)

Contact : Patrick Jule

06 06 77 97 60

calimero053@hotmail.com



## SPORTS GYMNIQUES



### Alternatives Gym Mayenne

Gymnastique santé adultes  
Gymnastique artistique  
et arts martiaux acrobatiques

Les mardis, mercredis, jeudis et samedis

Salles Jean Collet et Lucie Aubrac

À partir de 3 ans

Contact : Cathy Ferreira

06 58 20 36 75

alternatives.gym53@gmail.com



### Groupe associatif Siel Bleu

Gym prévention santé ; Activité physique adaptée pour le maintien de l'autonomie.

Objectif de l'activité : maintien du capital santé pour toute personne de plus de 60 ans

Salle Gambetta

Contact : Fabien Noulez

07 76 89 26 74



### Gym douce, Taiïso

JUDO CLUB, salle Lucie Aubrac

À partir de 14 ans

Contact : Vincent Landau

06 66 10 89 22

judoclubmayennais@wanadoo.fr



### Top form

Gym, pilates, cardio fitness

Salle de judo ou de danse

Gambetta

À partir de 16 ans

Contact : Françoise Pouteau

07 79 94 69 78

topformmayenne53@gmail.com



### Activité santé, running loisirs et marche nordique

Par l'Entente Athlétique du Nord-Mayenne. Marche nordique, Nor Fit, remise en forme, sport santé, Athlé Fit

Stade Municipal et hall d'athlétisme

Tous âges

Contact : Florence Bar

02 43 04 39 33 / 06 82 67 85 51

florence.bar@free.fr

## SPORTS ATHLÉTIQUES



### Entente Athlétique du Nord-Mayenne CAM Athlétisme

Baby Athlé, école d'athlétisme,  
compétitions, running loisir

Stade Municipal, tous les jours  
Jules Ferry les mardis et vendredis

À partir de 4 ans

Contact : Guillaume Bar

06 95 01 86 56

guillaume.bar@free.fr

eamnordmayenne.fr (site)



### La FL'M

Footing loisirs

Rassembler les passionnés de  
course à pied

Départ des courses les lundis et  
mercredis, avenue Gutenberg

À partir de 18 ans

Contact : Yannick Cornu

06 32 37 52 04

yan.cornu66@laposte.net



### Mastria 53

Triathlon (Natation, cyclisme  
et course à pied)

Vélodrome

Centre aquatique

Au stade municipal

À partir de 6 ans

Contact : Pascal Durand

06 80 08 33 20

mastria4ever@gmail.com

mastria53.com (site)



### May Triathlon

Triathlon (Natation, cyclisme  
et course à pied)

Stade municipal

Centre aquatique

Sortie vélo les samedis et  
dimanches

Contact : Guillaume Sochon

maytriathlon@gmail.com





## SPORTS DE RAQUETTES



### AM Badminton

Les mardis, mercredis et vendredis  
Salle du Lycée Léonard de Vinci  
À partir de 5 ans  
Contact :  
Chantal Le Bert  
mayennebad@gmail.com



### Tennis club Mayenne

Parc des expositions  
À partir de 4 ans  
Contact : Didier Pivette  
02 43 00 93 03  
tennisclubmayenne@gmail.com



### CAM Tennis de table

Séances encadrées les mercredis après-midis et les jeudis  
Salle Marcel Fauque  
À partir de 7 ans  
Contact : Loïc Piron  
06 74 58 29 67  
lc.piron@orange.fr

## SPORTS NATURE



### May'Roc

Escalade  
salle Jules Ferry  
À partir 6 ans  
Contact :  
secretariat.mayroc@gmail.com



### Association des randonneurs du Pays de Mayenne

De nombreuses randonnées toute l'année  
Contact : M<sup>me</sup> Brouard  
02 43 00 86 16  
mayennerando@gmail.com



## SPORTS DE BALLON



### Stade Mayennais Football Club

Stade municipal  
À partir de 5 ans  
Contact : Simon Veillard  
02 43 00 00 56  
stademayennaisfc@gmail.com



### Étincelle Mayenne

Volleyball  
Les mardis, mercredis, vendredis  
et samedis  
Salle Robert Buron  
À partir de 7 ans  
Contact : Philippe Houdou  
06 76 22 29 34  
houdouphilippe@wanadoo.fr



### CAM Basket

École de mini-basket, section de  
basket santé, basket loisir  
et compétition

Tous les soirs à partir de 17 h  
Salle Jules Ferry  
À partir de 4 ans  
Contact : Valérie Breux  
secretairesportcambasket@gmail.com  
entraîneur.camayennebasket@gmail.com



### Mayenne handball

Salle Gambetta  
À partir de 3 ans  
Contact : Alice Fromentin  
06 16 07 43 64  
6253012@ffhandball.net



### Rugby Olympique Mayennais

Baby Rugby, École de rugby,  
équipe sénior, équipe jeunes  
les mercredis et vendredis pour  
les adultes  
Stade de rugby (Stade municipal)  
ou vélodrome (Stade de la  
Madeleine l'hiver)  
À partir de 4 ans  
Contact : Augustin Roland  
06 08 62 56 83  
Cédric Charles : 06 73 64 01 51  
rugbyolympiquemayennais@gmail.com



## SPORTS SUR ROUES



### Étoile cycliste Mayennaise

Cyclisme sur routes, pistes,  
cyclo-cross et VTT

Vélodrome (stade de la  
Madeleine) ou les Châteliers

À partir de 5 ans

Contact : Jacky Tridon

07 85 87 51 86

ecmayenne@bbox.fr



### Cyclo club Mayennais

Pratique du cyclisme de  
randonnée et cyclotourisme

À partir de 18 ans

Contact : Christian Monnier

07 82 26 56 27

ccmayenne@wanadoo.fr



### RS2M Roller Hockey

Pratique du hockey, du roller  
et du freestyle

Salle Jules Ferry

À partir de 6 ans

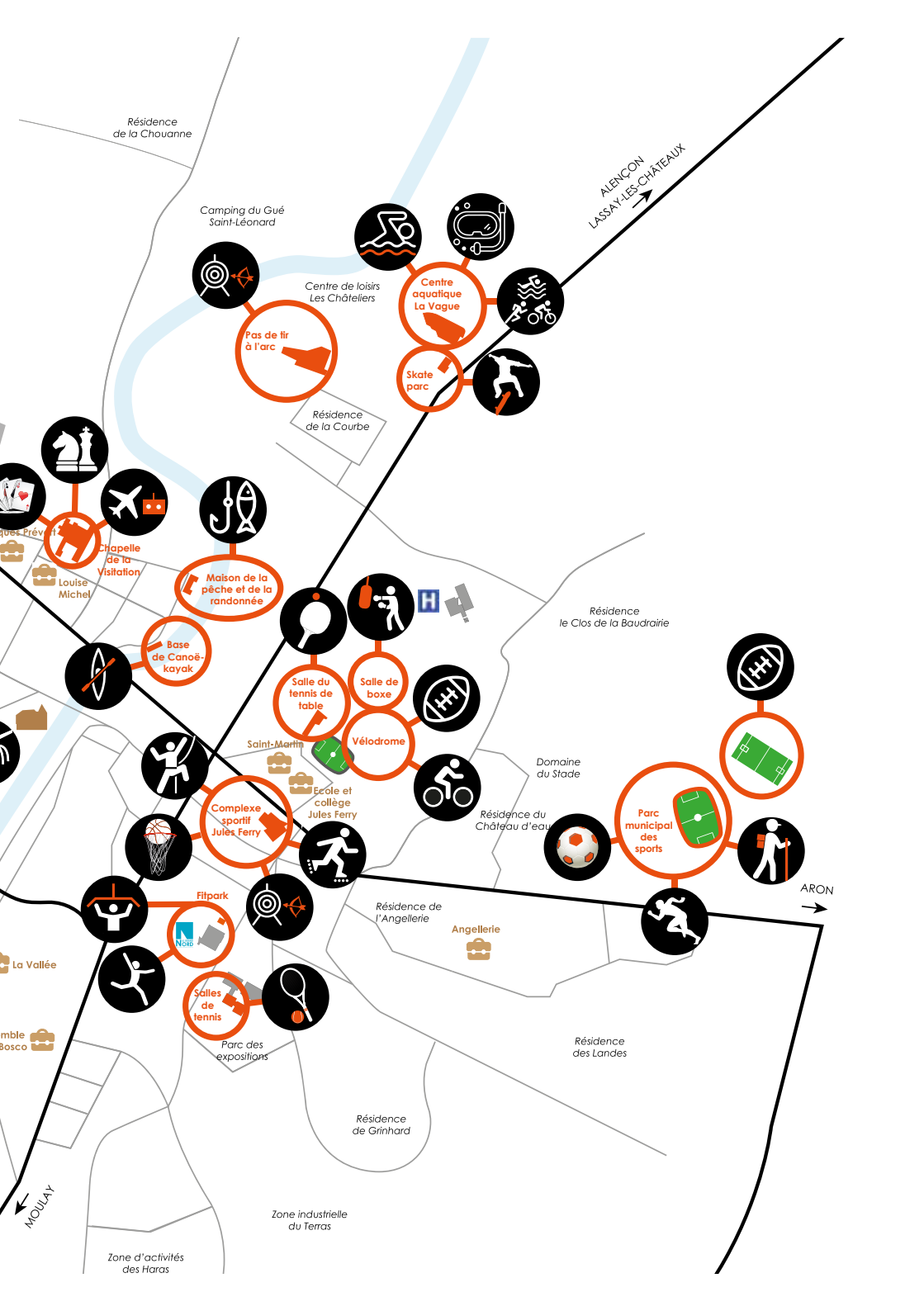
Contact : Emilie Dieuaide

06 19 19 32 62

kids.roller.rs2m@gmail.com

# CARTE DES SPORTS À MAYENNE





Résidence de la Chauvagne

Camping du Gué Saint-Léonard

Centre de loisirs Les Châteliers

Centre aquatique La Vague

Pas de tir à l'arc

Skate parc

Résidence de la Courbe

ALENÇON  
LASSAY-LES-CHÂTEAUX

Jules Ferry  
Louise Michel  
Chapelle de la Visitation

Maison de la pêche et de la randonnée

Base de Canoë-kayak

Résidence le Clos de la Boudrairie

Salle du tennis de table

Salle de boxe

Vélodrome

Saint-Martin

École et collège Jules Ferry

Domaine du Stade

Complexe sportif Jules Ferry

Résidence du Château d'eau

Parc municipal des sports

Filpark

Parc des expositions

Résidence de l'Angellerie

Angellerie

ARON

La Vallée

Parc des expositions

Résidence des Landes

Résidence de Grinhard

Zone industrielle du Terras

Zone d'activités des Haras

MOULAY



## SPORTS AQUATIQUES



### Centre aquatique

Le centre aquatique La Vague propose des activités aquagym, aquabike, circuit training, des cours de natation, des soirées à thème, des séances «femmes enceintes» et bébé nageurs... Il dispose d'un espace bien-être

Tous âges

Rue du chemin Montois, route de Paris

09 82 99 09 84

[lavague@mayennecommunaute.fr](mailto:lavague@mayennecommunaute.fr)



### Club subaquatique

Plongée sous-marine, apnée, nage à palme

Centre aquatique la Vague

À partir de 18 ans

Contact : Arnaud Lemaillat

06 29 13 76 69

[president@plongeemayenne.org](mailto:president@plongeemayenne.org)



### Dauphins Mayennais

Club de natation. Nager pour son propre plaisir et partager une expérience collective

Centre aquatique la Vague

À partir de 6 ans

Contact : Erwaning Louf

06 52 23 67 09

[dauphins.mayennais@gmail.com](mailto:dauphins.mayennais@gmail.com)





## JSPA (canoë-kayak)

Jeunesse et Sport de Plein Air (JSPA).  
Locations (7 €), initiations, sorties  
loisirs et compétitions

Rue Pasteur

À partir de 7 ans

Contact : Patrick Berçon-Mêne

06 44 96 10 18

contact@kayak-mayenne.fr



## Technicarp V2

Pêche moderne et sportive en NO-KILL

Contact: Olivier Margerie

06 37 16 46 14

olivier.margerie@orange.fr



## Groupement des pêcheurs de concours

À partir de 15 ans

Contact : Jacky Foucault

06 02 23 44 86

pecheur53@sfr.fr



## Association des pêcheurs sportifs de Mayenne

Ecole de pêche, alevinages, lutte  
contre la pollution et le braconnage

Maison de la pêche

À partir de 7 ans

Contact : Éric Duhamel

06 84 86 74 52

eric.duhamel@sfr.fr

# La Vague

centre aquatique de mayenne communauté

La Vague / Rue du Chemin Montois

53100 MAYENNE

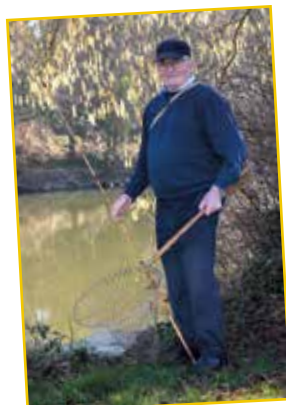
09.82.99.09.84

lavague@mayennecommunaute.fr

www.lavague.net

## Les activités proposées par la Vague :

- Natation pré-natale
- Bébé plouf
- Jardin aquatique
- Eau apprivoisée
- Aquabike
- Aquagym
- Circuit training
- École de natation
- Espace « Bien-être »



## SPORTS DE COMBAT



### COB Capoeira

Art martial d'origine du Brésil.  
Un mélange de sons, de  
musiques et  
de techniques physiques...

Salle Gambetta

À partir de 5 ans

Contact : Christophe Poirier

06 23 20 79 49

christophepoirier53@gmail.com



### Viet vo dao

Association Nghia Long Viet Vo  
Dao Mayenne

Salle Gambetta (salle de dojo) -

À partir de 6 ans

Contact :

nlvdm@gmail.com



### Boxing club Mayennais

Boxe anglaise, boxe  
éducative, boxe  
amateur et loisir

Salle Léon Duchène  
(proche Vélodrome)

À partir de 7 ans

Contact : Bruno Crétois

06 47 53 14 88

b.cretois@wanadoo.fr



### Judo club

Éveil judo, judo, cross training,  
ju/jitsu, taïso (gym douce  
japonaise)

Salle Lucie Aubrac

À partir de 4 ans

Contact : Vincent Landau

06 66 10 89 22

judoclubmayennais@wanadoo.fr



### Club de Full contact

Full contact ; kick boxing ; K1

Salle Gambetta et salle Léon  
Duchène

À partir de 6 ans

Contact : Hubert Brault

06 37 04 37 73

hubertbrault04@gmail.com



### Karaté club Mayenne

Karaté défense, karaté contact,  
karaté santé, karaté enfants et  
adultes

Salle Jean Collet

À partir de 6 ans

Contact : Patrick Batier

06 11 16 44 58

kcmayenne@gmail.com



### Fight contact mix défense

Karaté contact, karaté mix

Salle Jean Collet

À partir de 7 ans

Contact : Laurent Mahéroul

06 31 22 43 95

fcmd@orange.fr

## SPORTS DE DÉTENTE



### Pétanque Mayennaise

Ecole de pétanque

Salle de pétanque de Bras

À partir de 8 ans

Contact : Laurent Zacharkow

02 43 00 59 60

laurent.zacharkow@orange.fr



### Club bouliste Mayennais

Boules Bretonnes

3 après-midis par semaine

Terrain couvert Gambetta ou

parc du château

À partir de 12 ans

Contact : Maurice Rozelier

06 15 74 93 22

maurice.rozelier@orange.fr



### La Tour Mayennaise

Échecs : jeux et analyse

La Visitation, les mardis soir et  
vendredis soir

À partir de 8 ans

Contact : Alain Lucazeau

latourmayennaise@laposte.net



### Bridge club

Bridge loisir et bridge  
compétition

La Visitation

À partir de 10 ans

Cours, parties libres et tournois

Contact : Jean-Gustave Paulmier

02 43 00 49 68

bridgeclub.mayenne@orange.fr



### Poker

Par l'association Les Possibles,  
le jeudi soir

À partir de 18 ans

Les mardis soir à la maison de  
quartier Brossolette

Contact : Christophe Lebouleux

06 71 38 92 26

clebouleux@free.fr

## REMISE EN FORME



### L'orange bleue

Zone des Peyennières

Adultes

06 82 79 02 19



### Mon club Form

Impasse Thomas Edison

Adultes

02 43 04 73 85

## SPORTS DE RELAXATION



### Yoga Mayenne

Foyer de Copainville  
Contact : David Leurent  
06 17 65 70 80  
david.leurent@gmail.com



### Terre Happy

Yoga du rire  
Les Possibles, place Gambetta  
Tous âges  
Contact : Linda Croissant  
06 98 17 56 42  
terrehappybylinda@gmail.com



### Sophrologie

Par l'association Les Possibles  
place Gambetta  
Contact : Anne Judon  
06 80 18 95 33  
anne.judon@orange.fr

## ACTIVITÉS DIVERSES



### Retraite sportive

11 activités dont : Palets et pétanque ; tennis de table ; marche nordique ; gym ; rando...  
Différentes salles de Mayenne  
Adultes  
Contact : Daniel Roulette  
06 84 78 99 11  
cmrs53100@orange.fr

## SPORTS SANTÉ



### Parcours d'activités physiques et sportives (PAPS)

Tremplin pour redonner goût au sport après une intervention chirurgicale, une ALD...

Séances encadrées par un éducateur médico-sportif  
Inscription après le diagnostic du médecin traitant  
Les mardis et jeudis midis  
Contact : CDOS  
06 22 69 82 13



### Associations labellisées Sport santé

Suite sportive du PAPS, auprès de différentes associations sportives :

- le CAM Athlétisme  
guillaume.bar@free.fr
- le Tennis club  
tennisclubmayennais@gmail.com
- les Dauphins Mayennais  
dauphins.mayennais@gmail.com
- le Judo club  
judoclubmayennais@wanadoo.fr
- le Nghia Long Viet Vo Dao  
nlvdm@gmail.com
- Club Élan  
07 48 17 04 58





## POUR TOUT RENSEIGNEMENT SUR LES ACTIVITÉS ARTISTIQUES

(musique, danse, théâtre, école d'arts plastiques...)  
02 52 22 99 80 / [culture@mayennecommunaute.fr](mailto:culture@mayennecommunaute.fr)

## POUR TOUT RENSEIGNEMENT SUR LES ACTIVITÉS CRÉATIVES

(couture, scrapbooking, poterie, tricotissage, patchwork...)  
[contact@lespossibles.org](mailto:contact@lespossibles.org)  
02 43 04 22 93

SERVICE  
DES SPORTS

CONTACT



Ville de Mayenne  
Service des Sports  
Rue du Chemin Montois  
(à la Vague)  
53100 MAYENNE

Direction des Sports et de la vie associative

**Sylvain LE ROUZIC**

09.82.99.09.87

sylvain.lerouzic@mayennecommunaute.fr

Assistante de direction

**Nathalie HOUDOU**

09.82.99.09.85 / 06.88.21.65.34

nathalie.houdou@mairie-mayenne.net

Réalisation : service communication et service des sports de la ville de Mayenne.  
Impression : Imprimerie Solitaire - Nangis-sur-Mayenne. Illustrations : Club photo - Sports, Josée Anon



Trophées des sportifs 2022 - remise de la subvention aux sportifs de haut-niveau