

VILLE DE LA LONDE LES MAURES

# PETIT GUIDE DU SPORT À LA LONDE





Promouvoir le sport est indispensable : chacun s'accorde à reconnaître qu'une pratique sportive régulière contribue à vivre mieux, en meilleure santé !

Il est donc primordial que chacun, quel que soit son âge, quel que soit son niveau, quelles que soient ses ambitions ou sa condition physique, puisse pratiquer le sport de son choix.

**La Ville propose un large panel d'activités adaptées aux besoins de chacun.** Les plus jeunes peuvent découvrir les bienfaits d'une pratique sportive grâce aux différents dispositifs proposés par notre Service des Sports & Loisirs. Quant aux seniors, des activités physiques adaptées leur sont proposées, encadrées par un éducateur sportif. La Ville s'attache également à offrir un panel large et fourni d'équipements, pour que chacun puisse vivre pleinement sa passion.

Vous trouverez dans ce "petit guide du sport" la liste **des équipements sportifs municipaux, les pratiques sportives** qui y sont organisées et **les grands évènements** qui réunissent les amateurs comme les plus expérimentés.

Vous y découvrirez également la richesse de notre vie associative sportive.

Désormais, à vous de jouer et n'oubliez pas : **bouger, c'est bon pour la santé !**

**François de Canson**

Maire de La Londe les Maures  
Président de "Méditerranée - Porte des Maures"  
Président du Comité Régional de Tourisme  
Provence Alpes Côte d'Azur



## LE SERVICE SPORTS & LOISIRS

Ce Service municipal est à votre disposition pour tout renseignement lié à la pratique sportive et à l'organisation de manifestations sportives. Il est également votre interlocuteur pour les inscriptions au périscolaire, à l'accueil de loisirs, aux inscriptions au stage Sports vacances.

### SERVICE SPORTS & LOISIRS

Maison des associations- Place Allègre.

Horaires d'ouvertures au public

Lundi au vendredi de 8h à 12h et de 14h à 17h,  
fermé le jeudi après-midi.

sports.loisirs@lalondelesmaures.fr

accueil.loisirs@lalondelesmaures.fr

**04 94 01 57 80**

## LE SERVICE SPORTS & LOISIRS

### SE SONT :

LE  
SAVIEZ-  
VOUS ?

### 13 AGENTS

**1** responsable

**2** agents chargés de l'administratif

**5** éducateurs

**3** agents chargés de l'entretien des structures sportives

**1** agent chargé de l'entretien de la base nautique, du matériel et de l'enseignement de la voile

**1** chauffeur de bus

# LES INSTALLATIONS SPORTIVES

Elles sont entretenues par la Ville et mises, pour la plupart, à disposition des associations afin qu'elles y développent l'offre des pratiques sportives.

## **STADE EMMANUEL-VITRIA**

Equipé d'une pelouse naturelle pour la pratique du football et du rugby, d'une piste de 400 m, d'une aire de saut en hauteur, d'une aire de lancer de poids, d'une aire de saut en longueur et d'un terrain en synthétique pour la pratique du football.

 **Avenue Henri Matisse**

## **STADE GUILLAUMONT**

Terrain en pelouse synthétique (rénovée en 2018) pour la pratique du football.

 **Rue André Boragno**

## **GYMNASE HORTENSE-POLI**

Equipé d'un parquet pour la pratique du basket en compétition.

 **Rue des Mimosas**

## **GYMNASE ANTOINE-BUSSONE ET GYMNASSE JEAN-JAURÈS**

Attenants aux écoles, ils accueillent également de nombreuses associations en dehors du temps scolaire.

 **Ecole Antoine Bussone et Jean Jaurès**

## **BASE NAUTIQUE DE TAMARIS ET BASE NAUTIQUE DE L'ARGENTIÈRE**

Activités nautiques, voiles (multi supports), voile scolaire, kayak, kite surf, plongée, paddle, apnée ...

 **Port Maravenne & Bld de la plage de l'Argentièrre**

## **SALLE DES SPORTS DES BORMETTES**

Elle permet la pratique du tennis de table, de la boxe et du taekwondo

 **Rue de la fonderie**



## SALLE PERRIN

Dojo pour la pratique des sports de combat avec une surface de tatamis de plus de 150 m<sup>2</sup>.

 Rue Aristide Perrin

## TENNIS MUNICIPAUX

6 courts disponibles avec un club house.

 Rue des tennis

## SALLE DE MUSCULATION MUNICIPALE

200 m<sup>2</sup> en centre ville, équipée avec du matériel de qualité.

 Boulevard Azan

## BOULODROME TITOU-CHAPELLE

Aménagement de nombreux terrains de pétanque en centre ville, avec club house et buvette.

 Boulevard Azan

## GRAND GYMNASÉ

Structure de 1800 m<sup>2</sup> avec un mur d'escalade, un terrain de handball, des terrains de basket et de badminton pouvant accueillir des compétitions de niveau régional avec une capacité de 250 personnes dans les tribunes.

 Avenue du Docteur Alfred Henry

## LES INSTALLATIONS SPORTIVES EN ACCÈS LIBRE

**SKATE PARC EN BÉTON** : situé à proximité de l'espace naturel sensible de La Brûlade, ce skate park a été réalisé par un architecte spécialisé dans le domaine. Il permet une pratique ludique pour skate, vélo, roller et trottinette à partir de 8 ans.

**AIRE DE PROXIMITÉ** : cette aire équipée d'un sol en pelouse synthétique est située au sein de l'espace naturel de La Brûlade et dispose d'équipements pour la pratique du football et du basket-ball.

**PARCOURS SANTÉ** : situé au sein de l'espace naturel de La Brûlade. Différents modules vous permettront d'effectuer des exercices pour vous maintenir en forme sur un parcours de 1,2 km.



**LA VILLE  
CONSCRE PRÈS  
1,5 MILLIONS  
D'EUROS  
EN MOYENNE  
PAR AN SUR  
SON BUDGET  
POUR  
FAVORISER  
LE SPORT  
LOCAL.**





## LES ACTIVITÉS SPORTIVES POUR LES ENFANTS

### ÉCOLE MUNICIPALE DES SPORTS MULTI-SPORTS (EMS)

Tous les mercredis matin pendant la période scolaire des activités sportives sont proposées. La découverte d'activités physiques variées permet aux enfants d'effectuer des choix dans leur pratique future et de se diriger éventuellement vers des associations sportives. Sports proposés : Athlétisme, football, basket, handball, judo, badminton, voile, paddle, pétanque, roller.. Enfants de CP à CM2.

Inscriptions début septembre.

Tarif selon le revenu d'imposition de 50€ à 90€ par an.

### ÉCOLE MUNICIPALE DE VOILE

Tous les mercredis matin pendant la période scolaire, les enfants de 8 à 11 ans pourront s'initier aux sports nautiques (catamaran, optimist, paddle...)

### STAGE SPORTS VACANCES

Ces stages sportifs sont organisés pendant les vacances scolaires (hormis les vacances de Noël) afin que les enfants puissent découvrir une multitude d'activités sportives.

Pendant le mois de juillet les stages sportifs se déroulent à la base nautique de l'Argentière avec un accent porté sur les sports nautiques (catamaran, paddle ...)

### SÉJOUR SPORTIF

En juillet un séjour avec une thématique "sport de pleine nature" (VTT, escalade, kayak, rafting...), de quatre jours avec nuitées, est proposé aux enfants.

Tarifs selon le revenu d'imposition : entre 11€ et 30€ par jour.

## SÉJOUR ODEL

Un partenariat avec la commune et l'Odel Var vous permet d'obtenir des aides (selon votre quotient familial).

Ces séjours multi-activités se déroulent tout l'été en France et à l'étranger.

**i** **ODEL : 04 94 925 985 OU WWW.ODEL.FR**  
**AFFAIRES SCOLAIRES 04 94 01 34 96 - SPORTS & LOISIRS 04 94 01 57 80**  
Tarifs selon les revenus d'imposition.



**Pour les écoles municipales les inscriptions s'effectuent début septembre.**

**Pour les stages sports vacances et le séjour les inscriptions se font environ un mois avant le début des vacances scolaires ; des flyers sont distribués dans les écoles afin de préciser les dates.**

## LE SPORT SCOLAIRE

Afin de promouvoir la pratique du sport, les éducateurs du Service Sports & Loisirs proposent différentes actions. Les éducateurs agréés par l'éducation nationale interviennent en collaboration avec les enseignants dans les écoles primaires pour effectuer des cycles d'activités physiques et sportives. Parmi ces activités sont proposées : la voile, les sports collectifs, l'athlétisme, l'ultimate, la pétanque...

### MANIFESTATIONS SPORTIVES SCOLAIRES

Afin de finaliser ces cycles des tournois et rencontres sont organisés :

- ▶ Tournoi d'ultimate au stade Guillaumont au mois de mars
- ▶ Tournoi de handball salle Hortense Poli au mois de mars
- ▶ Cross des écoles organisé à l'espace naturel sensible de La Brûlade au mois de mai qui regroupe environ 600 enfants
- ▶ Tournoi de pétanque au Boulodrome Titou chapelle au mois de juin.

### TESTS D'AISSANCE AQUATIQUE

Ces tests sont réalisés en début d'année scolaire et au cours de l'année selon les besoins. Ces tests, validés par les éducateurs, autorisent les enfants à pratiquer des activités nautiques dans le cadre scolaire et extrascolaire (centre de loisirs, stages Sports Vacances etc...)



## LES ACTIVITÉS SPORTIVES POUR LES SENIORS

Le Pass'sports Seniors propose des activités sportives à partir de 60 ans. Ces activités visent à maintenir et développer les capacités physiques, intellectuelles, diminuer la sédentarité, favoriser la communication et les relations entre personnes. Les activités proposées sont nombreuses et diversifiées :

- ▶ Musculation
- ▶ Aquagym
- ▶ Marche
- ▶ Marche nordique
- ▶ Voile
- ▶ Pêche
- ▶ Ateliers équilibre
- ▶ Pilates
- ▶ Qi Quong
- ▶ Yoga...

Les activités sont encadrés par des personnes diplômées.



**INSCRIPTIONS AU CCAS À PARTIR DU MOIS DE JUILLET.**  
**COTISATION ANNUELLE : INDIVIDUEL 100€ - COUPLE 180€**



# LA SALLE DE MUSCULATION MUNICIPALE

**OUVERTURE : DU LUNDI AU VENDREDI DE 8H À 20H  
ET LE SAMEDI MATIN DE 9H À 13H  
(LA SALLE EST FERMÉE UNE SEMAINE À NOËL ET AU MOIS D'AOÛT)**

Cette salle de 200 m<sup>2</sup> climatisée est équipée de matériel de musculation et de cardio-training. Ce matériel de qualité est adapté à tous les publics, expert et débutant. Il se compose de machines guidées pour un travail en toute sécurité et d'une zone pour les exercices en charges libres pour les pratiquants confirmés. Afin de contenter tous les sportifs, il est également mis à disposition du matériel cardio-training : vélos, vélos semi allongés, steppleur, rameurs, vélos elliptiques, tapis de course...

Un coach est présent en permanence pour vous conseiller.

**i INSCRIPTIONS SERVICE SPORTS & LOISIRS.  
TARIFS : 110€ POUR L'ANNÉE DE SEPTEMBRE AU 31 JUILLET ET 330€ POUR LES NON LONDAIS. AGE MINIMUM 15 ANS.**

Documents demandés : fiche d'inscription, certificat médical (apte à la pratique de la musculation), une photo d'identité, un justificatif de domicile et le paiement, numéro d'assurance en responsabilité civile.

## LES TRANSPORTS BUS & MINI-BUS

Afin de faciliter les transports pour les associations, les écoles et les services municipaux, le Service Sports & Loisirs propose le prêt de mini-bus (moins de dix places). Des bus avec chauffeurs (35 places et 55 places) peuvent également être réservés de manière ponctuelle pour les écoles, les associations sportives et les services municipaux.



# LES MANIFESTATIONS SPORTIVES

## **MATINÉE BIEN VIEILLIR - MARS**

Cette manifestation est organisée en partenariat avec le CCAS et donne l'occasion au public seniors de découvrir des activités physiques adaptées. Une collation est offerte à l'issue de la matinée.

**i** [CCAS 04 94 01 55 39](tel:0494015539)

## **“LA MAURIN DES MAURES” - AVRIL**

Randonnée de VTT organisée par l'Union Cycliste et Pédestre Londaise (UCPL). Différents parcours sont balisés pour tous les niveaux de 8 km à 50 km. Les départs et arrivées ont lieu sur l'espace naturel sensible de La Brûlade.

**i** [UCPL 06 98 75 91 25](tel:0698759125) ou [04 94 61 24 67](tel:0494612467)

## **LA SOIRÉE DES CHAMPIONS**

Organisée par le service Sports & Loisirs, cette soirée récompense les meilleurs sportifs londais et les bénévoles méritants.

**i** [SERVICE SPORTS & LOISIRS 04 94 01 57 80](tel:0494015780)

## **TOURNOI INTERGÉNÉRATIONNEL DE PÉTANQUE - AVRIL**

Tournoi organisé en partenariat avec la boule Ferrée Londaise et le CCAS. Ce tournoi réunit des équipes composées de seniors et d'enfants.

**i** [CCAS 04 94 01 55 39](tel:0494015539)

## **LES RANDONNÉES ROLLERS ET VÉLOS - MAI/JUIN**

Deux randonnées qui se déroulent sur la commune de La Londe les Maures en partenariat avec Roller Provence Méditerranée. Ces manifestations sont ouvertes aux rollers, vélos et trottinettes.

**i** [SERVICE SPORTS & LOISIRS 04 94 01 57 80](tel:0494015780)

## **MATINÉE AQUATIQUE - JUIN**

Dans le cadre du Pass'sports Seniors une matinée avec pour thème les activités nautiques est organisée par le service Sports & Loisirs en partenariat avec le CCAS.

**i** [CCAS 04 94 01 55 39](tel:0494015539)

### **COURSE DU SOLEIL - JUILLET**

Course pédestre comprenant deux parcours un de 5 km et un de 10 km.

**i** **COURSE DU SOLEIL 06 80 34 77 37**

### **LES TOURNOIS DE BEACH-SOCCER ET BEACH-VOLLEY - JUILLET/AOUT**

Tous les jeudis de l'été, des tournois de beach-soccer et beach-volley sont organisés sur la plage de Miramar. Les inscriptions s'effectuent entre 12h et 14h sur place et les tournois débutent à 14h.

**i** **SERVICE SPORTS & LOISIRS 04 94 01 57 80**

### **RONDE NOCTURNE DE CYCLISME - AOUT**

Cette épreuve cycliste organisée par le Vélo Sport Hyèrois se déroule au centre ville à partir de 20h. Les participants effectuent plusieurs boucles entre le rond point de la poste et le rond-point du châteauvert.

**i** **VÉLO SPORT HYÈROIS 04 94 00 69 69**

### **LE BEACH-SOCCER TOUR - AOUT**

Organisé par la Fédération Française de Football. Ces animations se déroulent sur 2 jours sur la plage de Miramar. L'organisation vous propose une multitude d'activités inhérentes au football.

**i** **SERVICE SPORTS & LOISIRS 04 94 01 57 80**

### **FORUM DES ASSOCIATIONS - SEPTEMBRE**

Cet événement a pour objectif de vous faire découvrir toutes les associations de la commune. Avenue Clemenceau, au centre ville, de 14h à 18h.

**i** **SERVICE CULTUREL 04 94 00 48 40**

### **COURSE LES DIX VINS - OCTOBRE**

Cette course pédestre est organisée en partenariat avec l'association "Les Dix Vins" et l'association des «Vignerons Londais ». Les parcours proposés dévoilent des paysages magnifiques entre terre et mer et une quinzaine de domaines viticoles sont traversés. Elle se décline en quatre parcours : 5 km, 11 km, 21 km et 42 km. Les inscriptions s'effectuent uniquement sur internet ou sur place le jour et la veille de la course.

**i** **ASSOCIATION LES DIX VINS 06 23 17 53 03**  
**TARIFS : 10 €/5 KM - 15 €/11 KM - 25 €/21 KM / - 45€/42 KM**

### **VÉTATHLON DU CHÂTEAU DES BORMETTES - DÉCEMBRE**

Organisé par le Londais Athlétic Méditerranéen - LAM. Épreuve sportive constituée de deux sports d'endurance : la course à pied 7,5 km et le VTT 15 km. En solo ou en duo.

**i** **LAM 06 17 01 96 36**

## LES BALADES & RANDONNÉES

L'office de tourisme a mis en place plusieurs parcours de randonnées. En littoral ou au cœur du massif des Maures, il vous propose des itinéraires variés à pratiquer à pied, à vélo ou à cheval.

Des plans sont disponibles à l'office de tourisme

**i** OFFICE DE TOURISME DU PORT 04 94 01 53 10

## LE SENTIER SOUS MARIN

Dans un espace protégé, "Le Jardin des Mattes" est un sentier sous-marin côtier à découvrir en surface, avec palmes, masque et tuba, ouvert à la baignade toute l'année et équipé de bouées de juin à septembre (zone surveillée uniquement en juillet et août). Visites guidées en juillet et août sur réservation à l'office de tourisme.

**i** OFFICE DE TOURISME DU PORT 04 94 01 53 10

## LE GOLF DE VALCROS

Parcours de 18 trous.

**i** OFFICE DE TOURISME DU PORT 04 94 01 53 10

## LES LABELS



Le Comité Régional Olympique et Sportif a décerné à La Londe les Maures la **Médaille d'Or du Label Ville Sportive**. Cette reconnaissance souligne la qualité de la politique sportive, l'investissement consacré au sport et les différentes actions menées en faveur de la pratique sportive.



La Londe a obtenu le **Label Territoire Vélo**, décerné par la Fédération Française de Cyclotourisme, saluant la place offerte aux deux roues sur la commune.



# LISTING DES ASSOCIATIONS

## **A.K.A. 83**

Mme Sandrine CZERNIK  
06 32 91 42 19  
gerald.czernik@orange.fr

## **AMICALE DES CHASSEURS LONDAIS**

M. Jean FRAGIACOMO  
04 94 66 92 90

## **ANCIENNES DU LITTORAL 83 – AL83**

Jean-Pascal CURNILLON  
04 94 15 01 06  
jmlamic@free.fr

## **ANGELSNOOK**

Mme Angélique VIALARD  
06 21 24 39 31  
angelique.vialard@sfr.fr

## **A.S.P.T.T.**

M. Frédéric MARTINEZ  
06 77 05 98 30  
la-londe@asptt.com  
frederic.martinez100@orange.fr

## **BADMINTON CLUB LONDAIS**

M. Patrick MONTANER  
04 94 42 27 53  
06 24 53 35 94  
bad.club.londais@gmail.com

## **BARTAV'AILES**

M. Jacques MERCURIN  
04 94 66 84 14  
bartavailes@free.fr

## **BOULE FERREE LONDAISE**

M. Francis FILIGHEDDU  
04 94 27 61 65  
06 79 08 14 06  
francis.filigheddu@wanadoo.fr

## **COURSE DU SOLEIL**

M. Fabrice MOREAU  
06 80 34 77 37  
coursedesoleil.lalonde@gmail.com

## **DANSE HARMONIE**

Mme Laurence RESLINGER  
06 22 71 29 97  
lauxreslinger@aol.com

## **DANSE PASSION**

Mme Karine BROCHERIOU  
07 69 43 24 65  
dansepassionlondaise@gmail.com

## **DOJANG LONDAIS**

M. Jean-Marc CARTIGNIES  
06 60 16 17 57  
contact@dojanglondais.fr

## **ECOLE VAROISE DE SONMUDO (EVS)**

M. Patrice LEGUERROUÉ-DREVILLON  
06 26 23 34 37  
contact@sonmudo-var.fr



### **ESCAL BASKET**

M. Olivier RIVES  
06 26 71 02 08  
escal.basket@free.fr

### **ESCAL BOXE**

M. Salah BRAHIM-BOUNAB  
06 77 27 68 75 (Christophe BIZOT)  
escalboxe@gmail.com

### **ESCAL GYMNASTIQUE**

Mme Annick GARAPON  
06 70 98 99 23  
escalgym83@gmail.com

### **ESCAL TENNIS DE TABLE**

M. Bernard HEINZ  
06 48 10 89 80  
04 94 87 16 32  
beheintz@wanadoo.fr

### **EVASION (danse)**

Mme Nathalie BROUTIN  
06 34 13 50 25  
broutin.patrice@gmail.com

### **FEELING (danse)**

Mme Alexandra PETERS  
06 18 29 08 57  
peters.alexandra83@hotmail.fr

### **FITNESS CLUB LONDAIS**

Mme Nathalie RUIZ  
06 60 03 81 55  
fitnessclublondais@gmail.com

### **FOOTBALL CLUB LONDAIS (FCL)**

M. Robert PLUQUET  
06 84 91 99 55  
fclondais@free.fr

### **GOLF DE VALCROS**

Mme Laure SIMON  
04 94 66 81 02  
golfdevalcros@wanadoo.fr

### **JUDO CLUB LONDAIS 83**

Mme Muriel CALMES  
07 82 16 51 88  
muriel.calmes83@gmail.com

### **LEÏ PESCADOU (pêche)**

M. Pierre-Laurent GIORDANO  
04 94 66 51 70  
06 64 61 43 55  
pltgiordano@gmail.com

### **LONDAIS ATHLETIC MEDITERRANEEN**

Mme Maud JENIN  
06 17 01 96 38  
athleticlondais@gmail.com

### **NOUVELLE GENERATION (Danse)**

Mme Myriam TEILLET  
06 09 41 20 64  
myriampatam@gmail.com

### **OM SHANTI**

Mme Christiane FAUVRE  
04 94 01 21 33  
06 81 78 11 61  
leshappynels@orange.fr

### **PARENTHÈSE EQUESTRE**

Mme Catherine VALENTIN  
04 94 42 46 52  
06 72 64 00 88  
cattaye.jebelone@gmail.com



### **LES RANDONNEURS LONDAIS**

M. Jackie LEPRETRE  
04 94 35 06 98  
06 38 21 32 27  
jackie.lepretre@neuf.fr

### **RUGBY CLUB DES PLAGES**

M. Stéphane DELATTRE  
06 16 99 52 63  
rclesplages83@sfr.fr  
stephane.hyeres@sfr.fr

### **SAMANAYOGA**

Mme Nicole MAROT  
06 51 24 75 72  
fafa14@wanadoo.fr

### **SARRANIER (pêche)**

M. Roger PRONZATI  
06 70 16 96 26  
roger.pronzati@orange.fr

### **SHOTOKAN KARATE CLUB**

Mme Simone BRAZILLIER  
04 94 66 60 58  
06 75 47 64 07  
simone.nb@orange.fr

### **SPORT BOULE**

M. Gilbert MONTOYA  
04 94 66 88 96  
gilbert.montoya@orange.fr

### **STADE OLYMPIQUE LONDAIS (SOL)**

M. Aldo LASORSA  
04 64 66 67 16  
stadeolympiquelondais@gmail.com

### **TEAM V7 83**

M. Eric DUSFOURD  
04 94 66 80 23  
06 51 00 86 93  
teamv83250@gmail.com

### **TENNIS CLUB**

M. Fabrice LASORSA  
06 16 54 17 39  
president@tclondais.fr

### **UNION CYCLISTE ET PEDESTRE LONDAISE**

M. Hubert LAROSE  
06 98 75 91 25  
04 94 61 24 67  
ucplalonde@orange.fr

### **VALCROS TEAM CYCLISTE 83250 DON D'ORGANES**

M. Jacky LECORRONCQ  
06 68 65 21 19  
yf83david@gmail.com

### **ASSOCIATION VAROISE DE SPORT ADAPTE**

Mme Ida CIMOLINO  
06 31 97 11 23  
ida.cimolino@free.fr  
cdsa.var@gmail.com

### **YACHT CLUB LONDAIS**

M. Jean-Baptiste HORCHOLLE  
04 94 66 82 45  
06 47 18 22 89  
yclondais@wanadoo.fr



# PETIT GUIDE DU **SPORT** À LA LONDE



## LES NUMÉROS UTILES

### SERVICE SPORTS & LOISIRS

04 94 01 57 80

### OFFICE DE TOURISME DU PORT

04 94 01 53 10

### CCAS

04 94 01 55 39

### SERVICE CULTUREL

04 94 00 48 40

### ACCUEIL MAIRIE

04 94 01 55 00

### ODEL VAR

04 94 925 985

