



20
TERRE
DE JEUX
24



ACTIVITÉS
SPORTIVES
2023-2024

détente, loisir, compétition...



SOMMAIRE

Les infrastructures	4
Les installations sportives dans les parcs	5
Activités sportives proposées par la Ville	7
Activités sportives proposées par l'Office Municipal des Sports	11
Activités sportives proposées par les associations et les clubs	19
Athlétisme	20
Aviron	21
Badminton	22
Baseball - Softball - BB5	23
Basket-ball	24
Bébé nageur	25
Boxe anglaise	26
Boxe française Savate	27
Bowling	28
Bridge	29
Cyclisme	30
Échecs	31
Football	32-33
Golf	34
Gymnastique	35-36
Gymnastique rythmique	37
Handball	38
Judo - Self defense - Jujitsu - Taïso	39
Karaté - Taekwondo - Aïkido - Karaté body - Karaté Mix-MMA - Karaté contact	40
Pétanque	41
Plongée subaquatique	42
Randonnée pédestre	43
Rugby	44
Sport adapté	45
Tennis	46-47
Tennis de table	48
Tir sportif	49
Vô viet nam	50
Les grands rendez-vous de la saison 2023/2024	51





Une belle saison pré-olympique à tous !

Édito

Fière de s'être vue attribuer le label "Terre de Jeux 2024", à quelques mois des Jeux Olympiques qui vont mettre en ébullition tout le globe pendant plusieurs semaines l'été prochain, la Ville est plus que jamais présente sur le plan sportif et toujours aux côtés de l'Office Municipal des Sports et de sa présidente, la Conseillère municipale Sylvie Dona. Pour rappel, l'OMS coordonne la vie sportive associative locale animée par de très nombreux clubs et associations et leurs bénévoles toujours très actifs, des professeurs et des éducateurs ambitieux au sein des structures municipales.

Pour leurs loisirs ou dans le cadre de compétitions, plus de 5 000 Thiaisien(ne)s fréquentent très régulièrement les équipements mis à leur disposition : du plus grand, comme le Palais Omnisports De Thiais, dont la Ville assure une rénovation par tranches successives depuis deux ans, aux plus petits, comme les salles de danse du centre de loisirs Jules Ferry, en passant par les différents stades, la piscine, les gymnases et les aires de fitness en plein air

connectées ouvertes à tous.

La passion au cœur, beaucoup participent au programme de rencontres qui animent Thiais tout au long de l'année, avec des compétitions locales et régionales et des équipes de haut niveau, mais aussi des rendez-vous connus plus largement comme la Corrida de Thiais et les Internationaux de Gymnastique Rythmique.

Riche de cet appétit pour le sport, la Ville brille loin de son territoire grâce à des Thiaisien(ne)s passionnés qui montent régulièrement sur les premières marches du podium lors de championnats et de rencontres d'envergure nationale et internationale. Nous sommes fiers d'eux et les félicitons notamment lors d'une grande fête qu'est la remise des Trophées de l'OMS en fin d'année. Le sport a toujours été notre ambition et le reste plus que jamais !

Bonne saison sportive à tous !

Richard DELL'AGNOLA
Maire de Thiais

Vice-Président de la Métropole du Grand Paris

LES INFRASTRUCTURES

- CENTRE DE LOISIRS LIONEL TERRAY 39 avenue René Panhard ☎ 01 48 52 98 42
- ESPACE MUNICIPAL GRIGNON 10 rue Marcel Dadi ☎ 01 48 52 46 77
- GYMNASSE D'ORIOLA 74 rue Gabriel Péri ☎ 01 48 52 34 96
 - GYMNASSE JEAN MOULIN 60 av. du M^{al} de Lattre de Tassigny ☎ 01 48 52 39 33
 - GYMNASSE ROBERT SCHUMAN 2 rue Romain Gary ☎ 01 46 86 86 95
 - GYMNASSE ROMAIN GARY 86 avenue de Versailles ☎ 01 48 84 27 05
 - HALLE DES SPORTS 81 avenue de Versailles ☎ 01 48 84 71 54
 - PALAIS OMNISPORTS DE THIAIS place Vincent Van Gogh ☎ 01 47 18 12 12
 - Salle centrale omnisports
 - Salle de boxe Raymond Morel
 - Salle de musculation
 - Salle de danse
 - Salle de réunion et de cours
 - Club house
- STADE MUNICIPAL JACK BAUDEQUIN place Vincent Van Gogh ☎ 01 47 18 12 15
- PISCINE MUNICIPALE MONIQUE BERLIOUX 23 rue de la Saussaie ☎ 01 46 81 07 34
- SALLE D'ÉCHECS Centre de loisirs Jules Ferry 66 rue P.-V. Couturier
- SALLE IRÈNE POPART Centre de loisirs Jules Ferry 66 rue P.-V. Couturier ☎ 01 58 42 00 82
- STADE MUNICIPAL ALAIN MIMOUN 1 rue du 11 novembre ☎ 01 48 52 39 40
- TENNIS BELLE-ÉPINE 44 rue Hélène Muller ☎ 01 48 92 34 13
- TENNIS STADE MUNICIPAL ALAIN MIMOUN 1 rue du 11 novembre ☎ 01 48 52 39 40

Les installations sportives dans les parcs

La plupart des parcs municipaux de Thiais accueille des agrès pour pratiquer, en individuel ou à deux, une multitude d'activités sportives en plein air.

Au parc de l'Europe

Une aire de fitness, avec des agrès individuels (vélo elliptique, patineur, vélo semi-allongé avec recharge USB), un banc combiné abdos-lombaires, une double barre de traction, un work bench (dips/pompes...) et une station MIX workout. Une aire de jeu multifonction de près de 300 m² pour enfants, avec des jeux sur ressorts, des jeux thématiques, un turbophone, un toboggan...

Au parc André Malraux

Une aire de fitness connectée *Freetness* en accès libre avec un vélo élliptique, une cavalcade double, un combiné push-pull multiprises, un combiné abdos/lombaires, un combiné dips/stepper, un vélo.

Au parc des Terrasses du Soleil

Une aire de fitness connectée *AirFit* en accès libre. Pour accompagner les utilisateurs dans la réalisation de leurs exercices, elle est associée à une application mobile de coaching : les sportifs peuvent ainsi accéder sur leur smartphone à plus de 250 exercices. Une nouvelle aire de fitness connectée *Freetness* en accès libre équipée d'un vélo elliptique, d'une cavalcade double, de combinés push-pull multiprises, abdos/lombaires, dips/stepper...

À proximité de l'Espace Municipal Grignon

Situé le long du terrain multijeu (foot/hand), un parcours du combattant mixé à une station de crosstraining avec, à proximité, une aire de jeux pour enfants où l'on retrouve notamment une passerelle boudin et un filet-araignée à escalader...

On trouve aussi un city-stade en accès libre permettant diverses pratiques : football, basket-ball, handball, tennis, badminton, hockey (revêtement synthétique).



Préparation physique

Le Palais Omnisports De Thiais, situé place Vincent Van Gogh, dispose d'une salle dédiée à la préparation physique des sportifs titulaires d'une licence dans un club thiaisien.

Les présidents peuvent désigner des membres de leur association sportive pour bénéficier d'une préparation spécifique en fonction de la discipline pratiquée. Michel Vitti, diplômé d'État et responsable de la salle, prépare également les sportifs de haut niveau. Un succès de fréquentation depuis de nombreuses années !

RENSEIGNEMENTS

Service municipal des sports - Hôtel de ville - ☎ 01 48 92 42 58

LES INFRASTRUCTURES





activités sportives proposées
par la Ville

Tarifification saison sportive 2023/2024

Chaque
mercredi
hors vacances
scolaires

**ÉCOLE MUNICIPALE
DES SPORTS (EMS)
THIAIS : 65,56 €
HORS THIAIS : 240,26 €**

**PASS'SPORT (PSP)
THIAIS UNIQUEMENT :
10,61 €
(hors option cantine)**

**EMS + PSP
THIAIS UNIQUEMENT :
74,34 €
(hors option cantine)**

ÉCOLE MUNICIPALE DES SPORTS

Les mercredis de l'École Municipale des Sports (EMS) Enfants de 3 à 11 ans

Les activités proposées par l'École Municipale des Sports (EMS) ont pour but de développer l'autonomie, la socialisation de l'enfant, la pratique de jeux sportifs, lui apprendre à courir, sauter, lancer. Le passage de parcours gymnique l'amène à s'équilibrer, rouler et affronter le vide. L'enfant intègre aussi une approche du milieu collectif grâce à de petits jeux de ballons et d'opposition. L'EMS est une étape qui donne également aux enfants une approche plus spécifique de l'activité sportive sous forme ludique au cours de plusieurs cycles (découverte, initiation, jeux adaptés à l'âge). Les éducateurs sportifs diplômés sensibilisent enfin les plus grands aux bases techniques spécifiques des disciplines. Les enfants sont accueillis au Palais Omnisports De Thiais tous les mercredis en période scolaire.

Groupes*	Âges	Mercredis
Schmicky's (3 ans)	Nés entre sept. 2020 et oct. 2019	9h30 - 10h30
Ouistitis (4 ans)	Nés entre sept. 2019 et oct. 2018	10h30 - 11h30
Gorilles (5 ans)	Nés entre sept. 2018 et oct. 2017	11h30 - 12h30
Tigrou (6 ans)	Nés entre sept. 2017 et oct. 2016	13h30 - 14h30
Pumas (7-8 ans)	Nés entre sept. 2016 et oct. 2014	14h30 - 16h00
Panthères (9 ans et +)	Nés entre sept. 2014 et oct. 2011	14h30 - 16h00

* Groupes à effectifs limités

+ d'infos : ☎ 01 48 92 42 58 - ☎ 01 48 92 43 38

Les vacances sportives avec Pass'Sport (PSP) Enfants de 7 à 11 ans & ados de 12 à 15 ans

Chaque semaine de congés scolaires, la Ville propose aux jeunes Thiaisien(ne)s de 7 à 15 ans une formule de loisirs épanouissante qui mêle activités physiques et évasion : *“Pass'Sport”*.

Du lundi au vendredi, de 10h à 12h et de 14h à 17h, ils ont rendez-vous au PODT pour s'adonner à de nombreuses disciplines au cours de semaines à thèmes : basket-ball, handball, football, baseball, hockey, gym, sports de raquettes, jeux aquatiques...

Pour les activités aquatiques, le rendez-vous est fixé directement à la piscine municipale Monique Berlioux (23 rue de la Saussaie). Pour faciliter la journée des parents, les enfants ont la possibilité de déjeuner sous la surveillance des éducateurs sportifs sur le temps du midi. Pour cela, vous devez impérativement inscrire votre enfant à la “pause méridienne” (option cantine/OC).

Inscription EMS et/ou PSP

Quand s'inscrire ? Toute l'année en fonction des places disponibles.

Comment s'inscrire ? Envoyez votre dossier complet, daté et signé par mail à l'adresse educ.sports@ville-thiais.fr, ou par voie postale (Hôtel de Ville - Service municipal des sports - BP 141 - 94321 Thiais cedex). **4 documents à télécharger sur www.ville-thiais.fr, à compléter et à signer :** fiche d'inscription (fi), règles de vie PSP (RDV.PSP), règlement covid 19 (C19), charte EMS.

3 documents à fournir pour compléter le dossier : photo d'identité (P), certificat médical d'aptitude à la pratique sportive de moins de 3 mois (CM), avis d'imposition (JD). Vous recevrez un courrier de validation avec confirmation du groupe dans lequel votre enfant est inscrit.

Pour régler la cotisation, rendez-vous sur : www.espace-citoyens.net/thiais/espace-citoyens/

Informations supplémentaires : ☎ 01 48 92 43 38 - ☎ 01 48 92 42 58 - educ.sports@ville-thiais.fr

Au Forum des activités thiaisien(ne)s, samedi 9 septembre 2023 au PODT de 10h à 17h.

Pendant
les vacances
scolaires,
du lundi
au vendredi

PASS'SPORT



Piscine municipale Monique Berlioux

Avec son solarium pour profiter des beaux jours, la piscine municipale Monique Berlioux, située 23 rue de la Saussaie, est ouverte au public toute l'année. Attention : port du maillot et du bonnet obligatoire - Fermeture de la caisse une heure avant la fermeture de la piscine - Évacuation du bassin une demi-heure avant la fermeture de la piscine. Le bassin de la piscine est vidangé deux fois par an : aux vacances d'hiver et début septembre. Bonnet de bain (taille unique logo Thiais, en vente sur place à l'accueil au prix de 2,10 €).

+ d'infos : ☎ 01 46 81 07 34 - www.ville-thiais.fr

	EN PÉRIODE SCOLAIRE	VACANCES SCOLAIRES	JUILLET/AOÛT
Lundi	de 11h00 à 13h00	de 12h00 à 19h00	de 12h00 à 19h00
Mardi	de 11h00 à 13h00	de 12h00 à 19h00	de 12h00 à 19h00
Mercredi	de 15h00 à 22h00	de 14h00 à 22h00	de 12h00 à 19h00
Jeudi	de 11h00 à 13h00	de 12h00 à 19h00	de 12h00 à 19h00
Vendredi	de 11h00 à 13h00	de 12h00 à 19h00	de 14h00 à 22h00
Samedi	de 10h30 à 19h00	de 11h00 à 19h00	de 12h00 à 19h00
Dimanche	de 11h00 à 17h00	de 09h00 à 14h00	de 12h00 à 19h00
Jour férié	de 09h00 à 14h00	de 09h00 à 14h00	de 12h00 à 19h00

TARIFS AU 1^{er} SEPTEMBRE 2023

- Adulte thiaisien : 3,50 €
- Adulte hors Thiais : 4,20 €
- Tarif réduit * thiaisien : 2,50 €
- Tarif réduit * hors Thiais : 3,00 €
- Carte jeune 13/25 ans : 1,75 €
- Moins de 3 ans : gratuit

CARTE D'ABONNEMENT (10 ENTRÉES)

- Adulte thiaisien : 28,95 €
- Adulte hors Thiais : 34,75 €
- Tarif réduit* thiaisien : 20,40 €
- Tarif réduit* hors Thiais : 24,50 €
- Carte jeune retraité (Thiais récréation) : 18,85 €
- Carte magnétique pour abonnement : 1,65 €

* Tarif réduit sur présentation d'un justificatif pour Thiaisien, mineur, famille nombreuse, retraité, personne à mobilité réduite, étudiant, demandeur d'emploi...



activités sportives proposées par
l'Office Municipal des Sports

ACTIVITÉS SPORTIVES PROPOSÉES PAR L'OMS

Gym zen & relaxation

Travail corporel, postural et mental visant une meilleure conscience de soi et une profonde détente physique et mentale par des mouvements doux, un travail de respiration, des visualisations, des auto-massages... Permet un équilibre corps/esprit.

Vendredi, de 17h30 à 18h30
Centre de loisirs J. Ferry

Swiss ball

Accessoire idéal pour se tonifier et se muscler encore plus vite et plus facilement !



Gym relax & méditation

Travail sur la respiration, la concentration, la posture et l'équilibre. Mieux connaître et utiliser son corps en douceur, apprendre à maîtriser ses émotions et se détendre en s'offrant un moment paisible.

	Horaire	Structure
Vendredi	18h00 - 19h00	Espace Municipal Grignon

Pilates Gym douce qui vise à renforcer les muscles profonds du corps. Travail sur l'amélioration de la posture, en utilisant à bon escient la respiration. Favorise le rééquilibrage des muscles, facilite souplesse et équilibre.

	Horaire	Structure
Lundi (renforcement musculaire)	10h45 - 11h30	PODT (salle de danse)
Lundi (swissball)	12h30 - 13h15	Centre de loisirs J. Ferry
Mardi	12h30 - 13h15	PODT (salle de GR)
Mardi (confirmés)	11h30 - 12h30	PODT (salle de danse)
Mardi (confirmés)	20h00 - 21h00	Centre de loisirs L. Terray
Mercredi	19h30 - 20h15	J. Ferry ou J. Moulin
Mercredi (yoga fusion)	19h30 - 20h30	PODT (salle de danse)
Jeudi (renforcement musculaire)	11h15 - 12h15	Centre de loisirs J. Ferry
Jeudi	19h30 - 20h15	Centre de loisirs L. Terray
Jeudi (swissball)	19h30 - 20h15	Centre de loisirs J. Ferry
Vendredi (stretching et relaxation)	18h30 - 20h00	Centre de loisirs J. Ferry
Samedi	10h00 - 11h00	Espace Municipal Grignon

Stretching Exercices d'étirements permettant l'assouplissement des muscles et la mobilité des articulations. Il vise aussi la prévention des blessures et la détente avec une partie relaxation.

	Horaire	Structure
Mercredi (mobilité)	12h30 - 13h15	PODT (salle de danse)
Mercredi	18h45 - 19h30	Espace Municipal Grignon
Jeudi	20h15 - 21h00	Centre de loisirs L. Terray
Vendredi	11h45 - 12h30	PODT (salle de GR)

Détente Sérénité

Sophrologie

Travail de conscience du corps, de respiration et de visualisation mentale qui permet de passer de « l'agitation » à un état de calme et de bien-être, afin d'apprendre à positiver.

	Horaire	Structure
Lundi (sophrologie/relaxation)	17h30 - 18h30	C. de loisirs J. Ferry

Taïchi chuan

Art martial chinois millénaire apprécié pour ses effets bénéfiques sur le corps et la santé. Ensemble de mouvements circulaires, exécutés avec lenteur et précision, permettant une prise de conscience du corps, de l'équilibre et de la respiration.

	Horaire	Structure
Samedi	09h00 - 10h30	Centre de loisirs J. Ferry
Samedi	10h30 - 12h00	Centre de loisirs J. Ferry

Yoga enfants-ados

Exercice ludique pour apprendre à ressentir son corps, ses émotions et à se détendre.

	Horaire	Structure
Samedi (8/11 ans)	11h15 - 12h15	PODT (salle de danse)

ACTIVITÉS SPORTIVES PROPOSÉES PAR L'OMS

Yoga Exercices de concentration et de prise de conscience corporelle qui permettent d'accéder à une perception sensitive et de s'évader des contraintes du monde moderne.

	Horaire	Structure
Lundi (méditation)	10h00 - 11h30	Espace Municipal Grignon
Lundi (yoga - pilates swissball)	18h30 - 19h45	Centre de loisirs J. Ferry
Lundi (méditation)	19h45 - 21h00	Centre de loisirs J. Ferry
Mardi	19h00 - 20h00	Centre de loisirs J. Ferry
Mardi (relaxation)	20h00 - 21h00	Centre de loisirs J. Ferry
Mercredi (dynamique)	18h30 - 19h30	J. Ferry ou J. Moulin
Mercredi (dynamique)	20h15 - 21h15	J. Ferry ou J. Moulin
Jeudi (relax - yoga nidra)	10h00 - 11h15	Centre de loisirs J. Ferry
Jeudi	12h15 - 13h15	Centre de loisirs J. Ferry
Jeudi (dynamique)	18h30 - 19h30	Centre de loisirs J. Ferry
Jeudi (méditation)	20h15 - 21h15	Centre de loisirs J. Ferry
Samedi	11h00 - 12h00	Espace Municipal Grignon

Yoga flow / Pilates flow

Enchaînement de mouvements les plus efficaces du pilates et du yoga sur une musique contemporaine. Sport équilibré et complet qui renforce les chaînes musculaires profondes du corps, apporte force, équilibre et souplesse, harmonise et affine la silhouette.

	Horaire	Structure
Lundi (pilates flow)	19h45 - 20h30	Espace Municipal Grignon
Lundi (yoga flow)	20h30 - 21h15	Espace Municipal Grignon

forme Body-barre

Cours de musculation en musique avec matériel spécifique (barre et poids divers). Le body barre fait travailler l'intégralité du corps. Tous les groupes musculaires sont sollicités.

	Horaire	Structure
Mercredi (sculpt)	18h00 - 18h45	PODT (salle de danse)
Mercredi	20h00 - 20h45	Centre de loisirs L. Terray

Cuisses, abdos-fessiers

Renforcement musculaire de la ceinture abdominale, des cuisses et des fessiers.

	Horaire	Structure
Lundi	11h30 - 12h15	PODT (salle de danse)
Mardi	18h45 - 19h30	PODT (salle de danse)
Mercredi	20h30 - 21h15	PODT (salle de danse)

Gym douce

Entretien du corps par des exercices doux appropriés évitant tout traumatisme et toute fragilisation du corps. La gym douce permet de conserver son potentiel santé le plus longtemps possible.

	Horaire	Structure
Lundi	09h30 - 10h30	PODT (salle de GR)
Mardi (renforcement dos)	19h15 - 20h00	Centre de loisirs Terray
Jeudi	09h30 - 10h30	PODT (salle de GR)
Vendredi (renforcement dos)	12h30 - 13h15	PODT (salle de GR)

Gym douce & détente

Entretien de la mécanique corporelle (musculaire et articulaire), assouplissement en douceur par le lâcher-prise. Musculation en profondeur et relaxation pour se libérer du stress physique et mental. Entretien du corps par des exercices doux appropriés évitant tout traumatisme et toute fragilisation du corps.

	Horaire	Structure
Vendredi	19h00-20h30	Espace Municipal Grignon

Gym forme

Renforcement musculaire général, amélioration de la coordination et travail cardio-vasculaire.

	Horaire	Structure
Jeudi	18h30 - 19h30	Centre de loisirs L. Terray

Gym (renforcement du dos)

Renforcement musculaire de la ceinture abdominale, du dos et des fessiers. Travail autour de la bonne posture.

Mardi, de 19h15 à 20h00
Centre de loisirs L. Terray
Vendredi, de 12h30 à 13h15
Palais Omnisports De Thiais



Préparation Physique Générale

Cours multifonction, changeant chaque semaine, visant à améliorer sa condition physique générale.

	Horaire	Structure
Mercredi	20h45 - 21h30	Centre de loisirs L. Terray

Cardio

Biking (vélo en salle)

Efficace pour se maintenir en bonne condition physique et brûler des graisses, les vélos de biking font travailler les cuisses, les mollets et les fessiers ! Mesurer 1m60 minium.

	Horaire	Structure
Lundi	19h00 - 19h45	PODT
Lundi	20h00 - 20h45	PODT
Mardi	12h15 - 13h00	PODT
Jeudi	12h15 - 13h00	PODT
Jeudi	19h00 - 19h45	PODT

Circuit training

Entraînement qui vise à brûler un maximum de calories et à garder une bonne condition physique en variant les exercices de renforcement musculaire et de cardio training.

	Horaire	Structure
Mardi	20h15 - 21h00	PODT (salle de danse)

Fitness cardio combat (cardio boxe et cardio attack)

Cours en musique qui utilise les techniques des différents types de boxe « pieds, poings » ainsi que certains arts martiaux. Déroulement assuré. Cardio attack : cours de fitness énergisant, dont le but est d'améliorer la condition physique avec des mouvements aérobiques athlétiques. Ce cours améliore la capacité cardiaque, développe la force musculaire tout en brûlant des calories. Il aide à tonifier et sculpter le corps.

	Horaire	Structure
Lundi (cardio attack)	19h00 - 19h45	Espace Municipal Grignon
Mardi (cardio boxe)	19h30 - 20h15	PODT (salle de danse)
Mercredi (renfo cardio)	11h30 - 12h15	PODT (salle de danse)
Jeudi (cardio attack)	19h00 - 19h45	PODT (salle de danse)
Jeudi (cardio combat)	20h30 - 21h15	PODT (salle de danse)

Fitness

Bonne condition physique générale, cours cardio qui aborde les différentes disciplines du fitness : gym tonic, step, LIA, body barre, cardio boxe, circuit training...

	Horaire	Structure
Lundi	12h15 - 13h00	PODT (salle de danse)
Mardi	18h30 - 19h15	Centre de loisirs L. Terray

HIIT (High Intensive Interval Training)

Mode d'entraînement en fractionné qui vise un renforcement de la condition physique par de brèves séances d'exercices.

	Horaire	Structure
Jeudi	19h45 - 20h30	PODT (salle de danse)



Step

Bonne condition physique, travail cardio-vasculaire et de coordination, le step est une "marche" sur laquelle est effectuée une chorégraphie.

	Horaire	Structure
Lundi (débutants + abdos fessiers)	19h15 - 20h30	Centre de loisirs Terray
Mercredi (confirmés)	19h15 - 20h00	Centre de loisirs Terray

Activités dansées

Les adhérents des cours de danse se mettent en scène et proposent un gala de fin d'année. Si vous avez des talents de costumier, accessoiriste, maquilleur, coiffeur et que vous souhaitez participer à l'aventure, vous pouvez dès à présent vous faire connaître auprès de l'Office Municipal des Sports et laisser vos coordonnées.

Dance kids/juniors/ados

Danse qui s'inspire d'une grande variété de styles et d'influences (moderne, street, commercial, hip hop...) pour créer un beau mélange. On travaille la technique de base tout en abordant d'autres notions comme l'énergie dans le mouvement, la fluidité, le saccadé, le ressenti, la transmission d'une émotion... En fonction des années et du niveau acquis, le cours devient plus technique et donc plus physique mais toujours dans le plaisir et le partage.

	Horaire	Structure
Lundi (6/8 ans)	17h15 - 18h00	PODT (salle de danse)
Lundi (9/11 ans)	18h00 - 19h00	PODT (salle de danse)
Lundi (12/15 ans)	19h00 - 20h00	PODT (salle de danse)

Danse de cabaret

Joyeux mélange de danse, de séduction, de glamour, d'effeuillage, de comédie et de paillettes. Une façon de travailler votre expression scénique à travers des chorégraphies jazz sensuelles.

	Horaire	Structure
Vendredi	20h00 - 21h00	PODT (salle de danse)
Vendredi (atelier feminity)	21h00 - 21h30	PODT (salle de danse)

Elgo dance

Concept mêlant le fitness et la danse "girly" afin de développer la confiance en soi et de renouer avec sa féminité. Cette discipline est conçue pour être pratiquée en talons, bien que non obligatoires.

	Horaire	Structure
Lundi	21h00 - 22h00	PODT (salle de danse)



ACTIVITÉS SPORTIVES PROPOSÉES PAR L'OMS

Énergie dance (+ 15 ans)

Mélange de rythme musical associé à des mouvements de fitness et de cardio formant des chorégraphies simples.

	Horaire	Structure
Mercredi	18h45 - 19h30	PODT (salle de danse)

Éveil corporel (danse)

C'est la découverte de la danse à travers son corps, la musique, l'espace et les autres sous forme ludique.

	Horaire	Structure
Samedi (3/5 ans)	10h15 - 11h15	PODT (salle de danse)

Initiation à la danse

L'enfant aborde les grands principes de base de la danse : placement, locomotion, équilibre, chute, saut... sans aucune codification.

	Horaire	Structure
Mercredi (5/7 ans)	13h45 - 14h30	PODT (salle de danse)

Modern' Jazz

Cours de danse qui a pour origine la musique jazz et les danses afro-américaines. Les cours se composent d'un échauffement (la barre), d'un travail technique, d'une chorégraphie.

	Horaire	Structure
Lundi (adulte)	20h00 - 21h00	PODT (salle de danse)
Mercredi (6/8 ans)	17h00 - 17h45	Espace Municipal Grignon
Mercredi (9/11 ans)	17h45 - 18h45	Espace Municipal Grignon

Street Jazz

Fusion de diverses danses urbaines, associées au style vidéo-clip, le street jazz est influencé par une musique très actuelle mêlant différentes énergies.

	Horaire	Structure
Vendredi (16 ans et +)	19h00 - 20h00	PODT (salle de danse)

Zumba

Mélange de danse et de fitness accessible à tous, composé de chorégraphies faciles à suivre et qui sculptent votre corps au son des derniers hits internationaux (salsa, reggaeton, hip hop, house, dancehall...).

	Horaire	Structure
Mardi (15 ans et +)	20h15 - 21h00	Gymnase Jean Moulin
Jeudi (15 ans et +)	20h15 - 21h00	Gymnase Jean Moulin

Les activités sportives de l'Office Municipal des Sports sont proposées sous réserve des conditions sanitaires, de la disponibilité des professeurs et de la mise à dispositions des équipements. Ces cours sont susceptibles d'être modifiés.

Tarifs annuels 2023/2024

Activités en salle proposées par l'Office Municipal des Sports de Thiais, toutes disciplines confondues

DURÉE DES COURS	TARIF THIAISIEN	TARIF NON-THIAISIEN**	TARIF CARTE JEUNE THIAIS (13-25 ans)
1 COURS			
de 45 mn à 1h	164 €	221 €	132 €
1h15 ou 1h30	222 €	301 €	177 €
2 COURS*			
2 cours de 45 mn à 1h	296 €	400 €	237 €
(45 mn ou 1h) + (1h15 ou 1h30)	349 €	470 €	278 €
2 cours de (1h15 ou 1h30) ou (1h15 + 1h30)	403 €	541 €	321 €
3 COURS*			
3 cours de 45 mn à 1h	394 €	530 €	314 €
2 cours de 1h + (1h15 ou 1h30)	440 €	595 €	353 €
(45 mn ou 1h) + 1h15 + 1h30	489 €	658 €	392 €
3 cours de 1h15 ou 1h30	534 €	724 €	427 €



* - 50 % à partir du 4^e cours pour un adulte ou un adulte et son enfant mineur

** Priorité est donnée aux Thiaisien

Activités aquatiques proposées par l'Office Municipal des Sports de Thiais, toutes disciplines confondues

ACTIVITÉ	TARIF POUR THIAISIEN	TARIF POUR NON-THIAISIEN**
Aqua plus ou aqua gym	164 €	248 €
Endurance	177 €	270 €
Apprentissage (adulte/Ado/enfant)	215 €	307 €
Groupe compétition	312 €	
Groupe pré-compétition	312 €	
Groupe Pass'compétition & Pass'sport	260 €	
Groupe Pass'sport	260 €	

Office Municipal
des Sports de Thiais
☎ 01 48 92 42 60
omsthiais94@gmail.com

- Lundi - Mercredi
Vendredi
9h - 11h45
14h - 17h15
- Mardi - Jeudi
14h - 17h15
- Le paiement
par chèque est à libeller
à l'ordre de :
Office Municipal
des Sports
- Espèces et chèques
ANCV acceptés
(coupon sport et
chèque vacances)

Thiais Nage Tonic Plus

Lundi, de 18h à 20h
Mardi, de 18h à 20h30
Jeudi, de 17h30 à 20h
Piscine M. Berlioux

Tarifs :
De 260 € à 312 €
selon la catégorie de 1 à 4
(licence comprise)

+ d'infos : OMS
☎ 01 48 92 42 60

Aqua plus (4/5 ans)

représente le lien entre la familiarisation au milieu aquatique acquise en classe maternelle et les séances bébés nageurs proposées par l'association Aquatika. C'est une étape importante avant leur entrée en « école de natation ».

Inscription et retrait du dossier le 2 septembre 2023 de 10h à 12h*.

	Horaire	Structure
Lundi	17h15 - 18h00	Piscine municipale M. Berlioux
Mercredi	12h15 - 13h00	Piscine municipale M. Berlioux
Vendredi	17h15 - 18h00	Piscine municipale M. Berlioux

Apprentissage

6/9 ans, ados (10/17 ans), adultes (18 et +)

Étape primordiale chez le nageur pour acquérir les bases fondamentales de la natation sportive, l'école de natation propose l'apprentissage des 4 nages. Avant l'inscription à la piscine, l'enfant devra passer un test*. **Inscription : prise de rendez-vous pour le test du 21 au 25 août 2023 de 10h à 12h et de 16h à 18h par téléphone au ☎ 01 46 81 07 34.**

	Horaire	Structure
Lundi	17h15 - 18h00	Piscine municipale M. Berlioux
Mardi	17h15 - 18h00	Piscine municipale M. Berlioux
Mardi (ado perfection)	18h00 - 18h45	Piscine municipale M. Berlioux
Mercredi	13h15 - 14h00	Piscine municipale M. Berlioux
Mercredi	14h00 - 14h45	Piscine municipale M. Berlioux
Jeudi	16h45 - 17h30	Piscine municipale M. Berlioux
Jeudi (ado débutant)	17h30 - 18h15	Piscine municipale M. Berlioux
Vendredi	17h15 - 18h00	Piscine municipale M. Berlioux
Vendredi	18h00 - 18h45	Piscine municipale M. Berlioux
Vendredi (-10 ans/adulte)	19h00 - 19h45	Piscine municipale M. Berlioux

* selon les places disponibles. Priorité est donnée aux Thiaisien(ne)s.



Gymnastique aquatique classique

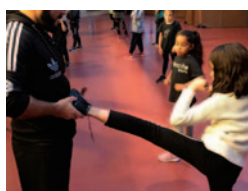
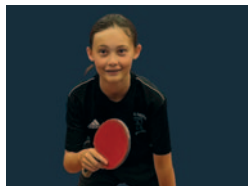
s'adresse aux jeunes comme aux moins jeunes. Grâce à la résistance de l'eau lors d'un travail en relative pesanteur, elle permet de mobiliser harmonieusement muscles et respiration. C'est également l'activité post-maternité idéale. **Inscription et retrait du dossier le 2 septembre 2023 de 13h à 17h.**

	Horaire	Structure
Lundi	20h00 - 20h45	Piscine municipale M. Berlioux
Lundi	20h45 - 21h30	Piscine municipale M. Berlioux
Lundi	21h30 - 22h15	Piscine municipale M. Berlioux
Mardi	12h30 - 13h15	Piscine municipale M. Berlioux
Jeudi	12h30 - 13h15	Piscine municipale M. Berlioux
Vendredi	12h30 - 13h15	Piscine municipale M. Berlioux
Vendredi	16h30 - 17h15	Piscine municipale M. Berlioux

Natation d'endurance

s'adresse aux ex-nageurs désirant maintenir leur capacité d'endurance, mais aussi aux adultes souhaitant se perfectionner aux différentes techniques de nages. **Inscription et retrait du dossier le 2 septembre 2023 de 13h à 17h.**

	Horaire	Structure
Jeudi	20h00 - 21h00	Piscine municipale M. Berlioux



activités
sportives
proposées
par les
associations
et
les clubs



Athlétisme

Découverte et pratique de l'athlétisme

Entraînements

Stade municipal Jack Baudequin (place Vincent Van Gogh)

- Lundi, de 18h à 21h
- Mardi, de 18h à 21h
- Mercredi, de 14h à 21h
- Jeudi, de 18h à 21h
- Vendredi, de 18h à 21h
- Samedi, de 9h15 à 12h

Inscriptions & renseignements sur place

- Émilie Sineux : 📞 06 85 84 06 87
- Marc Toulza : 📞 06 74 84 98 00
- ac-thiais.clubeo.com
- athlethiais94@gmail.com

Présidente
Émilie SINEUX

Responsable technique
Marc TOULZA

Tarifs annuels
de 100 € à 185 €
(+ 30 € la première année)

Aviron

Entraînements

Parc Interdépartemental des Sports de Choisy (chemin des Bœufs, Créteil)

- Mercredi, de 14h à 18h
- Jeudi, de 14h à 17h
- Vendredi, de 18h à 20h
- Samedi, de 9h à 12h et de 14h à 17h
- Dimanche, de 9h à 12h

Inscriptions & renseignements sur place

- Nicolas Butez : 📞 06 31 40 95 75
- Caroline Raveton : 📞 06 45 77 48 88
- Dimitri Limousin : 📞 07 49 22 50 15
- <http://ac94.fr/>
- avironclub94@gmail.com



Président
Nicolas BUTEZ

Responsable technique
Dimitri LIMOUSIN

Tarifs à la saison, licence et assurances fédérales incluses

- J 10, J 11 : 130 €
- J 12 à J 14 : 180 €
- J 15, J 16 : 230 €
- J 17, J 18 : 270 €
- Étudiants/Seniors B (< 23 ans) : 290 €
- Senior : 380 €

Badminton

Entraînements

Gymnase d'Oriola (74 rue Gabriel Péri)

- Lundi, de 19h à 20h (jeu libre adultes et mineurs accompagnés)
- Lundi, de 20h à 22h30 (jeu libre adultes compétiteurs - matchs de championnat)
- Mardi, de 18h à 20h (entraînements jeunes 14-17 ans)
- Mardi, de 20h à 22h30 (entraînements adultes compétiteurs)
- Mercredi, de 17h à 18h (enfants 5 à 8 ans)
- Mercredi, de 18h à 20h (animation jeunes 8/13 ans)
- Mercredi, de 20h à 22h30 (animation et jeu libre adultes loisirs)
- Jeudi, de 19h à 22h30 (jeu libre adultes)
- Vendredi, de 18h à 20h (animation jeunes 8/17 ans)
- Vendredi, de 20h à 22h (jeu libre adultes loisirs)
- Samedi, de 14h à 18h (jeu libre adultes et mineurs accompagnés)
- Dimanche, de 9h à 13h (jeu libre adultes et mineurs accompagnés)

Inscriptions & renseignements sur place

- Morgane Curlier-Andrade
- www.atb94.com
- contact@atb94.com

Présidente
Morgane CURLIER-ANDRADE

Responsables techniques

- Damien SCZEPANEK
- Auréline GUICHARD

Tarifs annuels

- Ancien adhérent : 140 €
- Nouvel adhérent : 150-€

Baseball - Softball - BB5

Entraînements

→ **Stade municipal Alain Mimoun (1 rue du 11 Novembre)**

Terrain de baseball/softball

- Mardi, jeudi et vendredi de 18h à 22h
- Mercredi, de 14h à 22h
- Samedi, de 14h à 20h
- Dimanche, de 9h à 20h

→ **Gymnase Robert Schuman (60 av. du M^{al} de Lattre de Tassigny)**

- Mardi, de 20h à 22h (U18/seniors)
- Jeudi, de 20h à 22h (U18/seniors)
- Mercredi et samedi, de 14h à 18h (U9/U12/U15)
- Vendredi, de 18h à 20h (U18/seniors)

Inscriptions & renseignements sur place

- Colette Goniot : 📞 06 81 72 72 15 - goniot.colette@orange.fr
- www.tigersbaseball.org



Présidente
Colette GONJOT

Responsables techniques

- Fabien MOREL
- Lucas NONTANOVANH

Tarifs annuels

- U9, U12, U15 : 120 €
- U18 et seniors : 150 €



Basket-ball

Entraînements

→ Gymnase Romain Gary (2 rue Romain Gary)

- Lundi, de 18h à 22h
- Mardi, de 18h à 22h
- Mercredi, de 9h à 12h & de 15h30 à 22h
- Jeudi, de 18h à 22h
- Vendredi, de 18h à 22h
- Samedi, de 9h à 12h

→ Gymnase Robert Schuman (60 avenue du M^{al} de Lattre de Tassigny)

- Lundi, de 18h à 22h30
- Jeudi, de 18h à 20h

Inscriptions sur le site internet du club obligatoire

- <http://thiaisbasketball.fr> (onglet "inscriptions")

Renseignements

- Pascal Munsch : ☎ 06 63 43 83 70 • ca.thiais.bb@gmail.com

Président
Pascal MUNSCH

Tarifs annuels
(susceptibles de modifications)

- U7 : 155 €
- U9/U11 : 170 €
- U13/U15 : 180 €
- U17/U20 : 190 €
- Seniors : 200 €
- Anciens : 180 €
- Loisirs : 155 €

Bébé nageur - Bébé gym

Baby club (accessible dès le deuxième rappel DT POLIO)

Piscine municipale Monique Berlioux (23 rue de la Saussaie)

- Dimanche, de 8h à 10h30

Baby gym

Palais Omnisports De Thiais (Place Vincent Van Gogh)

salle de danse

- Dimanche, de 9h à 12h

Inscription & renseignements

- Dominique Raveraud : 📞 06 22 04 66 90
- Natacha Haudry-Genty : 📞 06 72 80 29 52
- aquatiqua@outlook.fr

INFORMATIONS
SUR LA SAISON
2023/2024
NON
COMMUNIQUÉES
PAR LE CLUB

Président
Dominique RAVERAUD

Responsable technique
Natacha HAUDRY-GENTY

Tarifs 2022/2023

- 1 enfant : 205 € (Thiais)
- 2 enfants : 295 € (Thiais)



Boxe anglaise

Entraînements

**Palais Omnisports De Thiais (place Vincent Van Gogh)
salle de Boxe Raymond Morel**

- Lundi, de 18h à 20h (15 ans et plus)
- Mercredi, de 17h à 18h (10-14 ans)
- Mercredi, de 18h à 20h (15 ans et plus)
- Vendredi, de 17h à 18h (10-14 ans)
- Vendredi, de 18h à 20h (15 ans et plus)

Inscriptions & renseignements sur place

- Jean-Luc Le Sourd : 📞 06 81 05 61 02
- jl.le.sourd94@gmail.com

Président

Jean-Charles REGNIER

Responsable technique

Jean-Luc LE SOURD

Tarifs annuels

- 10-14 ans : 170 €
(licence incluse)
- 15 ans et plus : 220 €
(licence incluse)

Boxe française Savate

Entraînements

Palais Omnisports De Thiais (place Vincent Van Gogh)

salle de boxe Raymond Morel

- Lundi, de 20h à 21h30 (adultes confirmés)
- Mardi, de 18h30 à 19h15 (initiation savate 6-8 ans)
- Mardi, de 19h15 à 20h15 (débutants 9-11 ans)
- Mardi, de 20h à 21h30 (adultes loisirs, débutants, confirmés)
- Mercredi, de 20h15 à 21h30 (adolescents et adultes)
- Jeudi, de 18h30 à 20h (adolescents et adultes débutants loisirs)
- Jeudi, de 20h à 21h30 (adultes confirmés et loisirs)
- Vendredi, de 20h15 à 21h30 (compétiteurs)
- Samedi, de 10h30 à 12h (adolescents 12-15 ans)

Inscriptions & renseignements sur place (dans la limite des places disponibles)

- Catherine Barbillon - 📞 06 32 24 81 09
- Facebook : CAT BF Thiais - savatebfs@orange.fr

Tarifs annuels (avec licence, assurance)

- Jeune débutant 6/8 ans (mardi) : 110 €
- Jeune confirmé 9/11 ans (mardi/jeudi) : 130 €
- Adolescent 12/15 ans : 160 €
- À partir de 16 ans : 200 €



Présidente
Véronique SÉVÈRE

Vice-Présidente
Martine URBAIN

Responsables techniques
Hadi BOUMOULA, BEES,
les moniteurs fédéraux

Bowling

Compétitions individuelles et par équipes

Entraînements

Bowling Thiais-Orly

3 rue des Alouettes

Heures d'ouverture du bowling

Inscriptions & renseignements sur place

- Pierre-Christophe Villard : 📞 06 24 15 61 35
- bowlingclubthiais@gmail.com

Tarifs annuels

(licence comprise) :

- Poussin/Benjamin : 60 €
- Minime/Cadet : 70 €
- Junior : 80 €
- Adulte : 130 €

École de bowling

(maillot et cours
chaque semaine
en dehors

des vacances scolaires) :

300 €

Bridge

Initiation, pratique, tournois

Entraînements

École Charles Péguy (91 avenue du Général de Gaulle)
salle de Bridge

- Mardi, de 14h à 18h (tournois)
- Jeudi, de 14h à 18h (tournois)

Inscriptions & renseignements sur place

- www.bridge-club-thiais.blogspot.com
- Antoine Martin : 📞 06 51 54 97 49 - martin49.aj@orange.fr
- Bernard Pateau : 📞 01 48 52 61 67 - abpateau@orange.fr



Président
Antoine MARTIN

Responsable technique
Bernard PATEAU

Cotisation annuelle : 70 €

La cotisation annuelle inclut
tous les droits de table



Cyclisme

Vous avez 5 ou 90 ans, vous aimez le sport de plein air et avez l'esprit de compétition, le cyclisme en club est fait pour vous !

L'AV Thiais propose son école de vélo à partir de 5 ans où votre enfant apprendra à utiliser son cycle grâce à de petits parcours sous forme de jeux slaloms ou de petites compétitions sur route comme « le tour de France ».

L'adolescent se confrontera aux mêmes épreuves sur route où il rencontrera de nombreux jeunes de son âge de toute l'Île-de-France.

À partir de 18 ans, selon votre âge et votre niveau, il vous sera proposé chaque week-end des compétitions sur route au cours desquelles vous pourrez vous surpasser pour votre plaisir personnel.

Si vous préférez voir défiler les kilomètres sans compétition dans des cadres verdoyants proches de la région parisienne, que des distances de 50/60 kilomètres ne vous font pas peur, alors notre section cyclotourisme vous attend. Venez nombreux découvrir un sport de plein air dans un club à l'esprit familial !

Entraînements école de vélos

École élémentaire Saint-Exupéry (86 avenue de Versailles) : jeux d'adresse

MIN de Rungis : entraînement route

- Samedi, de 14h30 à 16h30

Inscriptions & renseignements

- <http://www.avthiais.org/>
- secretariat.avthiais@gmail.com

Présidente
Hélène MARTIN

Échecs

Entraînements

Centre de loisirs Jules Ferry (66 rue P. Vaillant Couturier - 1^{er} étage)

- Mercredi, de 14h à 18h30 (école d'échecs)
- Mercredi, de 19h à 22h (perfectionnement adultes)
- Vendredi, de 20h à 22h (entraînement)
- Samedi, de 14h30 à 19h30 (entraînement)
- Dimanche, de 13h30 à 20h30 (compétitions)

Inscriptions & renseignements

- Jean-Claude Rossé : 📞 06 17 87 80 12 - jclauderosse@hotmail.fr
- Éric Roussel : 📞 06 79 70 92 60 - Ericroussel1@sfr.fr



Président
Jean-Claude ROSSÉ

Responsable technique
Éric ROUSSEL

Tarifs annuels

- Adhésion : 36 €
- Tarif réduit : 18 €
- École d'échecs : 120 €
- Licence facultative de 3 € à 49 €



THIAIS FÉMININ FOOTBALL CLUB

football

À partir de 5 ans

**Entraînements et matchs encadrés par des éducateurs(trices)
diplômé(e)s**

**Stade municipal Alain Mimoun (1 rue du 11 novembre)
2 terrains synthétiques**

Inscriptions & renseignements

- Pascale Choquet : 📞 06 73 73 20 66
- thiaisffc@gmail.com
- <https://www.facebook.com/tfc.footfeminin>

Présidente
et directrice technique
Pascale CHOQUET

THIAIS FÉMININ FOOTBALL CLUB



football

À partir de 5 ans

Entraînements et matchs

- **Stade municipal Alain Mimoun (1 rue du 11 novembre)**
2 terrains synthétiques
- **Stade municipal Jack Baudequin (place Vincent Van Gogh)**
1 terrain en pelouse naturelle
 - Du lundi au dimanche

Inscriptions & renseignements sur place

- Pierrick Dugué : 📞 06 58 67 41 02
- thiaisfc@hotmail.com
- www.thiaisfc.club
- www.facebook.com/ThiaisFC/

Président
Bruno FARIA

Responsable technique
Pierrick DUGUÉ

Cotisation annuelle

- Foot à 8 : 240 €
- Foot à 11 : 260 €



Golf

Affilié à la Fédération Française de Golf n° 2121

Entraînements

- **Golf de Val Grand à Bondoufle (91)**
 - Toute l'année
- **Golf national à Guyancourt (78)**
 - Toute l'année
 - Lundi et jeudi : cours collectifs
 - Cours individuels sur rendez-vous
- **Gymnase Saint-Exupéry (86 avenue de Versailles)**
 - D'octobre à mai
 - Mercredi et jeudi de 18h à 21h30

Parties amicales et compétitions

- Chaque semaine de mars à novembre, hors vacances scolaires

Inscriptions & renseignements

- Johny Ledys : 📞 06 07 66 01 58
- www.golfclubdethiais.fr
- amguillien@orange.fr

Président
Johny LEDYS

Responsables techniques
Professeurs diplômés

Gymnastique d'entretien pour adultes

Le club propose une activité de plein air au moins une fois par mois le dimanche matin : marche ou vélo selon le souhait des adhérents !

Entraînements

Gymnase Robert Schuman (60 av. du M^{al} de Lattre de Tassigny)

- Mardi, de 19h à 20h

Inscriptions & renseignements sur place

- Brigitte Gibaru : 📞 06 81 20 91 09 - brigitte.gibaru@orange.fr
- Bruno Couverchel : 📞 06 13 02 10 50
- Arlette Gianfermi : 📞 06 78 46 28 99 - arlette.gianfermi@laposte.net



Présidente
Brigitte GIBARU

Responsable technique
Bruno COUVERCHEL

Tarifs annuels

- 20 € (dimanche)
- 50 € (mardi)
- 65 € (mardi et dimanche)



PLEINS FEUX SUR THIAIS

Gymnastique d'entretien pour adultes

Entraînements

Gymnase Saint-Exupéry (86 avenue de Versailles)

- Lundi, de 18h à 19h
- Lundi, de 19h à 20h
- Vendredi, de 18h à 19h

Inscriptions & renseignements sur place

- Joëlle Prévot : 📞 06 13 08 90 90
- Daniel Cretey : 📞 06 71 65 93 73
- pleinfeux.94@gmail.com

Présidente
Joëlle PRÉVOT

Responsable technique
Daniel CRETEY

Tarifs annuels

- 1 cours par semaine : 70 €
- 2 cours par semaine : 100 €

PLEINS FEUX SUR THIAIS

Gymnastique Rythmique

Accueil dès 3 ans

Entraînements

→ Palais Omnisports De Thiais (place Vincent Van Gogh)
salle de GR

- Pour les groupes compétition
- **Gymnase Jean Moulin (rue Jean Moulin)**
 - Pour les groupes loisirs
 - Lundi, mardi, jeudi et vendredi de 17h à 21h*
 - Mercredi toute la journée, jusqu'à 21h*
 - Samedi jusqu'à 16h30*

* en fonction du site et des groupes

Inscriptions & renseignements sur place

- Diana Tabakova : 📞 06 12 81 34 62
- www.thiaisgrs.com - thiaisgr@gmail.com
- facebook : thiaisgrs
- instagram : thiaisgr



THIAIS GR



Présidente
Camille GIRAUD

Responsable technique
Diana TABAKOVA

Tarifs annuels
À partir de 200 €
selon la catégorie



THIAIS HANDBALL CLUB

Handball

Club partenaire des classes sportives du Collège Albert Camus

Entraînements

Palais Omnisports De Thiais (place Vincent Van Gogh)

- Du lundi au vendredi, de 17h30 à 22h selon la catégorie
- Samedi, de 13h à 16h : mini-hand

Inscriptions & renseignements sur place

- Luc Petitpré : 📞 06 89 27 77 45
- <http://thiaishbc.free.fr>
- pierre.weiman@free.fr

Président
Luc PETITPRÉ

Responsable technique
Christophe DEPRET

Tarifs annuels

- Loisirs : 100 €
- Mini-hand : 130 €
- Jeune : 130 €
- Senior : 150 €
- Achat de la tenue : 50 €

Judo - Self défense - Jujitsu - Taiïso

Palais Omnisports De Thiais (place Vincent Van Gogh) - Dojo

JUDO BABY - 4 ANS (2019)

JUDO 4 ANS	SAMEDI (cours 1)	10H25	150 € assurance comprise
	SAMEDI (cours 2)	11H15	

JUDO BABY RENFORCÉ - 5 ANS (2018)

JUDO 4 ANS	SAMEDI (cours 3)	12H00-13H00	160 € assurance comprise
------------	------------------	-------------	--------------------------

JUDO MINI-POUSSINS - 6/7 ANS (2016-2017)

JUDO 6/7 ANS	MERCREDI (cours 4)	17H00-18H00	210 € assurance comprise
	SAMEDI (cours 4)	14H30-15H30	
	MERCREDI (cours 5)	18H00-19H00	210 € assurance comprise
	SAMEDI (cours 5)	15H30-16H30	

JUDO POUSSINS - 8/9 ANS (2014-2015)

JUDO 8/9 ANS	MARDI & VENDREDI (cours 6)	18H00-19H00	210 € + 42 € licence fédérale
	MERCREDI (débutants cours 7)	19H00-20H00	160 € + 42 € licence fédérale

JUDO BENJAMINS - 10/11 ANS (2012-2013)

JUDO 10/11 ANS	MARDI & VENDREDI (cours 8)	19H00-20H00	210 € + 42 € licence fédérale
-------------------	-------------------------------	-------------	----------------------------------

JUDO MINIMES - 12/13 ANS (2010-2011)

JUDO 12/13 ANS	MARDI & VENDREDI (cours 9)	19H00-20H00	210 € + 42 € licence fédérale
-------------------	-------------------------------	-------------	----------------------------------

JUDO CADETS/JUNIORS/SENIORS (2009 et avant)

JUDO ADOS/ADULTES	LUNDI & JEUDI (cours 10)	19H30-21H00	210 € + 42 € licence fédérale
----------------------	-----------------------------	-------------	----------------------------------

JUJITSU CADETS/JUNIORS/SENIORS (2009 et avant)

JUJITSU ADOS/ADULTES	MARDI & VENDREDI (cours 11)	20H00-21H15	210 € + 42 € licence fédérale
-------------------------	--------------------------------	-------------	----------------------------------



Tarifs annuels
de 100 € à 210 €

Inscriptions :
mardi et vendredi à partir
de 18h au dojo du PODT

Renseignements

- budo.club.thiais@orange.fr
- www.budo-judo-thiais.com
- ☎ 06 73 47 88 59



Karaté (dès 3 ans) - Taekwondo - Aïkido (dès 6 ans)
Karaté body - Karaté mix-MMA
Karaté contact (dès 8 ans) - Krav-maga
Self défense (dès 10 ans) - Karaté combat

Section sport étude haut niveau

Entraînements

→ Palais Omnisports De Thiais (place Vincent Van Gogh)
dojo Marc Alexandre

→ Gymnase Robert Schuman (60 av. du M^{al} de Lattre de Tassigny)

→ Stade Jack Baudequin (place Vincent Van Gogh)
salle J.F David

- du lundi au vendredi de 17h à 22h, selon les disciplines
- samedi de 10h à 17h, selon les disciplines
- consulter la page Facebook et Instagram

Inscriptions & renseignements sur place

- Davy Dona : 📞 06 07 75 29 99
- clubbudokanthiais@gmail.com
- Facebook et Instagram : clubbudokanthiais

Président
Igor LECHARDEUR

Responsable technique
Davy DONA

Tarifs
Entre 250 € et 550 €

Pétanque

Entraînements

Stade municipal Alain Mimoun (1 rue du 11 novembre)
terrain de boules

- Du lundi au vendredi, de 14h à 22h
- Samedi, 9h30 (entraînement)
- Samedi et dimanche, de 14h à 21h30

Inscriptions & renseignements

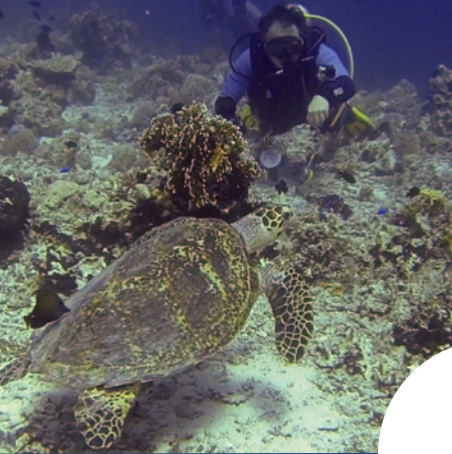
- Michel Langlet : 📞 06 51 63 11 52
- Cédric Servant : 📞 06 18 50 12 99
- thiaispetanque94@gmail.com
- Facebook : thiaispetanqueclub



Président
Fabrice BOURDELOUX

Responsable technique
Cédric SERVANT

Licence annuelle
45 €



Plongée subaquatique

Entraînements

Piscine municipale Monique Berlioux (23 rue de la Sausaie)

- Mardi, de 20h30 à 22h30

Inscriptions & renseignements sur place

- Stéphane Galluchon : 📞 06 86 94 99 27
- technique@lapalmethiaisienne.org
- president@lapalmethiaisienne.org
- www.lapalmethiaisienne.org

Président
et responsable technique
Stéphane GALLUCHON

Tarif annuel
240 € licence FFESSM comprise

Randonnée pédestre

Randonnées dans toute l'Île-de-France

Rendez-vous

- Mardi, de 12h30 à 18h30 (4 fois par mois)
- Dimanche, de 7h30 à 18h30 (1 fois par mois)
- Séjour d'une semaine en juin

Inscriptions & renseignements sur place

- 06 07 69 76 12
- www.thiaisrando.fr
- infos@thiaisrando.fr



Président
Jean-Pierre DUJOLS

Responsable technique
Christian MIGNOT

Tarifs

- Adhésion annuelle : 40 €
- Participation aux frais de car (à chaque sortie) :
 - demi-journée : 9 €
 - journée : 17 €

Rugby

Thiais / Villejuif / L'Haÿ-les-Roses

Entraînements

→ **Stade Christophe Dominici (2 rue du Stade - Chevilly-Larue)**

- Lundi, de 19h à 20h30 (five mixte)
- Jeudi, de 20h à 21h30 (seniors hommes)

→ **Stade Guy Boniface (32 avenue Louis Aragon - Villejuif)**

- Lundi, de 18h30 à 19h30 (rugby santé cancers et autres pathologies)
- Mercredi, de 8h à 18h30 (hérissons du mercredi)
- Mercredi, de 14h à 15h15 (lutins)
- Mercredi, de 15h à 16h30 (mini poussins)
- Mercredi, de 16h à 17h30 (poussins)
- Mercredi, de 17h à 18h30 (benjamins)
- Mercredi, de 18h à 19h30 (minimes)
- Jeudi, de 18h30 à 19h30 (rugby santé cancers et autres pathologies)
- Vendredi, de 18h à 19h30 (minimes)
- Vendredi, de 20h à 21h30 (cadettes - seniors femmes)

→ **Stade de l'Hayette (36 rue de Chevilly - L'Haÿ-les-Roses)**

- Mardi, de 19h à 20h30 (cadets - juniors)
- Mardi, de 20h à 21h30 (seniors hommes)
- Samedi, de 10h30 à 12h (rugby adapté)

→ **Stade Alfani Port Talbot (98 avenue Henri Ravera - Bagneux)**

- Vendredi, de 18h à 19h30 (minimes)
- Vendredi, de 19h à 20h30 (cadets - juniors)
- Vendredi, de 19h30 à 21h

Inscriptions & renseignements

- Loïc Leguillou (école de rugby) : ☎ 06 14 93 03 86 ● loic.leguillou94@gmail.com
- Maxime Bousquet (compétition) : ☎ 06 78 73 63 37 ● maximbousquetmb@gmail.com
- Sarah Corneille (section féminine) : ☎ 06 28 22 80 60 ● sarah1.corneillehmn2020@gmail.com
- Catherine Terrade (rugby santé) : ☎ 06 16 36 49 89 ● catherine.rcvb@orange.fr
- Alice Leclerc (rugby loisirs et adapté) : ☎ 06 65 27 30 65 ● alice_leclerc@hotmail.fr
- Facebook : Rugby Club Val de Bièvre

Président
Antoine DECOUPY

Tarifs annuels

- Loisir : 150 €
- École de rugby/Jeune : 220 €
- Senior compétition : 270 €

Sport adapté : Basket-ball - Tir à l'arc - Pétanque

Entraînements

- Mercredi, de 18h à 20h (Marcel Cachin à Choisy-le-Roi)
- Mercredi, de 20h à 22h (Honoré de Balzac à Vitry-sur-Seine)
- Jeudi, de 18h à 20h (Paul Langevin à Choisy-le-Roi)

Inscriptions & renseignements sur place

- Nathalie Binet : 📞 06 84 76 24 42
- saclr94600@gmail.com



Présidente
Nathalie BINET

Tarif annuel
95 €

Tennis

École de tennis dès 3 ans et pôle compétition jeunes

Pratique adulte en loisir et en compétition

Plusieurs tournois annuels (Open, Jeunes, Vétérans, TMC)

Stages de compétition à chaque période scolaire

Champion d'Europe des Clubs depuis 2019

Entraînements

Stade municipal Alain Mimoun (1 rue du 11 Novembre)

- 4 courts en quicks éclairés
- 3 courts en terre-battue éclairés, couverts en hiver

Club ouvert toute l'année, tous les jours, de 8h à 22h

Inscriptions & renseignements

- www.tcthiais.fr
- contact@tcthiais.fr
- ☎ 01 48 84 89 79

Président

Philippe PERRIN-TERRIN

Responsable technique

Christophe DESSARD

Cotisation annuelle (jeu libre 7jr/7)

- Adulte : 270 €
- Retraité : 175 €

École de tennis (adhésion comprise)

- Adulte (1h/semaine) : 550 €
- Compétition adulte (1h30/semaine) : 600 €
- Jeune (3/17 ans) : de 190 € à 330 €
- Compétition jeune (1h30/semaine) : 450 €
- Compétition jeune (3h/semaine) : 780 €

Tennis

Entraînements

44 rue Hélène Muller

- École de tennis (jeunes) : accessible dès 4 ans (baby tennis)
- École de tennis (adultes) : d'octobre à juin, en soirée la semaine et, le samedi et le dimanche
- Spéciale "femmes débutantes" : samedi et dimanche (1h de cours + 1h offerte)

Organisation de stages toute l'année

- Club ouvert tous les jours de 8h à 22h
- Cinq courts de terre battue (quatre couverts en hiver)
- Club house avec télévision

Inscriptions & renseignements sur place

- 📞 06 12 70 61 33 - 📞 06 50 15 15 73
- www.tennisthiais.fr
- tctbe@fft.fr



Président
Michel PARENT

Responsable sportif
Driss GUERROUJ

Tarifs annuels
À partir de 195 €

Tennis de table

Club partenaire des classes sportives du collège Albert Camus

Entraînements

**Palais Omnisports De Thiais (place Vincent Van Gogh)
salle de tennis de table**

- Lundi, de 9h30 à 14h & de 17h à 22h
- Mardi, de 16h à 22h
- Mercredi, de 14h à 22h
- Jeudi, de 16h à 22h
- Vendredi, de 9h30 à 12h & de 16h à 20h
- Samedi, de 10h30 à 12h & de 14h à 18h
- Dimanche, de 10h à 13h

Inscriptions & renseignements sur place

- P-M Germain : 📞 06 51 91 18 28 - germain.pierremathieu@gmail.com
- Isabelle Nataf (correspondant) : 📞 06 27 22 70 17
correspondant.thiaistt@gmail.com
- Fabrice Couturas (secrétaire) : 📞 06 82 01 05 69
asthiaistt94@gmail.com
- www.asthiaistt.com



Président
Pierre-Mathieu GERMAIN

Tarifs annuels
de 90 € à 180 €
selon les catégories

Tir sportif pistolet Carabine (10, 25 & 50 mètres)

Entraînements

Stade Jean Bouin

(Piéton : 77 rue Pompadour - Parking : 43 rue de Pompadour - Choisy-le-Roi)

- Lundi, de 13h30 à 16h
- Samedi, de 13h30 à 17h30
- Dimanche, de 8h à 12h
- Dimanche, de 9h à 12h (école de tir)

Inscriptions & renseignements sur place

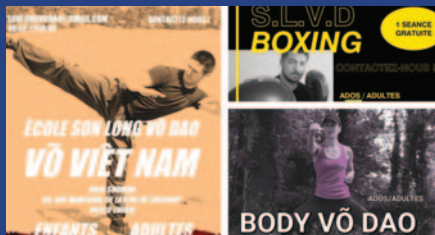
- Thierry Dechance : 📞 06 70 38 67 59
- www.gat-tir.fr
- gat.choisythiais@gmail.com



Président
Thierry DECHANCE

Tarifs annuels

- 8-13 ans : 115 €
- 14-16 ans : 135 €
- 17-19 ans : 155 €
- Adulte : 245 €



SON LONG VÓ DAO

Vó viet nam - Body vó dao Boxe vietnamienne

Art martial vietnamien traditionnel qui apporte équilibre, respect de soi et des autres, une assurance physique et psychique maîtrisée

Entraînements

Gymnase Robert Schuman (60 av. du M^{al} de Lattre de Tassigny)

- Lundi, de 19h à 20h30 : boxe vietnamienne
- Mercredi, de 18h30 à 19h30 : Vó Việt Nam (10/14 ans)
 - Mercredi , de 19h30 à 20h : acrobaties (+ de 10 ans)
- Mercredi , de 20h à 21h30 : Vó Việt Nam (+ de 15 ans)
- Jeudi , de 19h30 à 20h30 : boxe vietnamienne
- Vendredi, de 20h à 21h30 : Vó Việt Nam (+ de 15 ans)
- Samedi, de 9h15 à 11h15 : Vó Việt Nam (cours supérieur + de 15 ans)
- Samedi, de 11h30 à 12h30 : body Vó Dao (+ de 15 ans)
- Samedi, de 14h à 15h : Vó Việt Nam (7/9 ans)
- Samedi, de 15h à 16h15 : Vó Việt Nam (10/14 ans)

Inscriptions & renseignements sur place

- Michel Dimitrijevic : 📞 06 66 21 38 44
- Jonathan El Baz : 📞 06 62 17 68 86
- www.sonlongvodao.fr - sonlongvodao@gmail.com

Président
Michel DIMITRIJEVIC

Responsable technique
Jonathan EL BAZ

Tarif annuel
Consulter le club

SON LONG VÓ DAO

Les grands rendez-vous sportifs* de la saison 2023/2024 à Thiais

* sous réserve

OPEN DU TC THIAIS BELLE ÉPINE

Du samedi 26 août au dimanche 10 septembre 2023

Tennis du 44 rue Hélène Muller

+ d'infos : www.tctbe.fr

FORUM DES ACTIVITÉS THIAISIENNES

Samedi 9 septembre 2023, de 10h à 17h

Palais Omnisports De Thiais

+ d'infos : www.ville-thiais.fr

THIAIS GAMING FESTIVAL

Samedi 9 & dimanche 10 septembre 2023

de 10h à 17h

Palais Omnisports De Thiais

+ d'infos : www.ville-thiais.fr

LE GOÛT DE L'EFFORT

Dimanche 15 octobre 2023

Rendez-vous à 10h au parc des Terrasses du Soleil
ou au Palais Omnisports De Thiais.

Arrivée au parc de l'Europe, puis activités avec l'OMS.

+ d'infos : ☎ 01 48 92 42 60

CORRIDA DE THIAIS

Dimanche 10 décembre 2023

Départs depuis l'esplanade
du Palais Omnisports De Thiais

+ d'infos : www.corridadethiais.com

VILLAGE MONTAGNARD

Du 29 décembre 2023 au 7 janvier 2024

Parking du Palais Omnisports De Thiais

+ d'infos : ☎ 01 48 92 42 60

INTERNATIONAUX DE GYMNASTIQUE RYTHMIQUE DE THIAIS 2024

Samedi 30 & dimanche 31 mars 2024

Palais Omnisports De Thiais

+ d'infos : www.grandprixthiais.fr

THIAIS T'ES SPORT !

Juin 2024

+ d'infos : www.ville-thiais.fr

TOURNOIS RÉGIONAUX DE FOOTBALL

Juin 2024 - Stade municipal Alain Mimoun

+ d'infos : www.thiaisfc.com

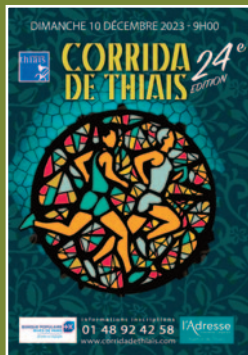
TOURNOI NATIONAL DE BADMINTON

Samedi 1^{er} & dimanche 2 juin 2024

Palais Omnisports De Thiais

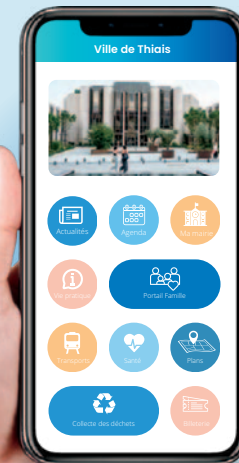
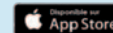
+ d'infos : www.atb94.com





Application mobile Ville de Thiais

RDV EN SEPTEMBRE DANS VOS STORES



SERVICE MUNICIPAL DES SPORTS

HÔTEL DE VILLE - BP.141 - 94321 THIAIS CEDEX

☎ 01 48 92 42 58 - sports@ville-thiais.fr - www.ville-thiais.fr

Rédaction : Ville de Thiais

Photos : Ville de Thiais - Les clubs - AdobeStock

Édité en juillet 2023, ce document est tenu à la disposition du public toute la saison sportive 2023/2024. Les informations sont données à titre indicatif et sont susceptibles de modifications en cours d'année. N'hésitez pas à consulter régulièrement les sites et les blogs des clubs sur internet pour suivre leur actualité.



Impression : Imprimerie RAS - Villiers-le-Bel
☎ 01 39 33 01 01 - www.imprimerie-ras.com
Tirage : 3 000 exemplaires



ville-thiais.fr



villedethiais



villedethiais

