



ACTIVITÉS SPORTIVES 2026-2027







Cultiver sa bonne forme, s'épanouir au quotidien

Sous l'action d'une équipe municipale dynamique, Thiais est une ville qui bouge, particulièrement dans le domaine des loisirs.

Elle diffère de nombreuses cités de banlieue qui se laissent endormir par la proximité de la capitale et de ses atouts. Thiais a en effet les siens, notamment en ce qui concerne le sport.

Un service municipal, dirigé par Muriel Dunet, qui s'attache à proposer des activités dès le plus jeune âge pour donner le goût du sport et en faire découvrir les multiples facettes aux enfants, à l'école comme en temps péri et extra scolaires. Une quarantaine de clubs réunis au sein de l'Office Municipal des Sports présidé par la Conseillère municipale Sylvie Dona, qui évoluent à tous les niveaux, avec des athlètes donnant le meilleur afin de faire briller la ville sur les podiums. Des infrastructures de toutes tailles et dans tous les quartiers : piscine

municipale, palais omnisports avec sa grande salle centrale qui accueille diverses compétitions d'envergure et ses salles satellites pour les clubs, deux stades, onze terrains de tennis, des gymnases, des installations sportives connectées dans les parcs à disposition des Thiaisien(ne)s, une station de cross-training, un city-stade...

À cela s'ajoutent un programme événementiel qui permet au public d'assister à des rencontres et des compétitions de tous niveaux, comme des opens de tennis, des tournois de badminton et de football, les Internationaux de Gymnastique Rythmique... et des rendez-vous immuables comme la remise des Trophées de l'OMS, le bal des sportifs et les festivités de *Thiais T'es Sport !* en fin de saison.

Vous le voyez, Thiais est une ville sportive et nous sommes heureux de proposer des clés à ses habitants pour cultiver leur bonne forme et leur épanouissement au quotidien.

Bonne saison sportive à tous !

Richard DELL'AGNOLA
Maire de Thiais

Vice-Président de la Métropole du Grand Paris
Président du Syndicat des Eaux D'Île-de-France

ÉDITO



SOMMAIRE

Les infrastructures	6
Piscine municipale Monique Berlioux	7
Les installations sportives dans les parcs	8
Préparation physique	9
Activités sportives proposées par la Ville	10 / 11
Activités sportives proposées par l'OMS	12 / 18
Activités sportives proposées par les associations	19 / 50
Athlétisme - Thiais Athlétique Club	19
Aviron - Aviron Club de Thiais	20
Badminton - Association Thiaisienne de Badminton.....	21
Baseball - Softball - BB5 - CAT Baseball - Softball	22
Basket-ball - CAT Basket-ball	23
Bébé nageur - Bébé gym - Aquatiqua	24
Boxe anglaise - Athletic Boxing Club de Thiais	25
Boxe française savate - CAT Boxe française savate - Savate forme	26
Bowling - Bowling club de Thiais	27
Bridge - Bridge Club de Thiais	28
Cyclisme - Association Vélocipédique de Thiais	29
Danse de salon, de société - Peps'O'Danse	30
Échecs - Échiquier thiaisien 81	31

SOMMAIRE

Football féminin - Thiais Féminin Football Club	32
Football - Thiais Football Club	33
Golf - Golf club de Thiais	34
Gymnastique d'entretien pour adultes - Sports Détente Loisirs Thiais	35
Gymnastique d'entretien pour adultes - Pleins Feux sur Thiais	36
Gymnastique Rythmique - Thiais GR	37
Handball - Thiais Handball Club	38
Judo - Self défense - Jujitsu - Taïso - Budo Club de Thiais	39
Karaté - Taekwondo - Aïkido - Karaté body - MMA - Krav-Maga - Club budokan Thiais	40
Pétanque - Thiais pétanq' club	41
Plongée subaquatique - La palme thiaïsiennne	42
Randonnée pédestre - Thiais Rando	43
Rugby - Rugby Club Val-de-Bièvre	44
Sport adapté : basket-ball - Sport adapté de Choisy-le-Roi	45
Tennis - Tennis Club de Thiais - TCT	46
Tennis - Tennis Club de Thiais Belle Épine - TCTBE	47
Tennis de table - Association Sportive Thiais Tennis de table	48
Tir sportif pistolet/carabine - Groupement amical des tireurs de Choisy-le-Roi/Thiais	49
Võ viet nam - Body võ dao - Boxe vietnamienne - Son Long Vô dao...	50
Les grands rendez-vous sportifs de la saison 2026-2027	51



LES INFRASTRUCTURES

• CENTRE DE LOISIRS JULES FERRY	66 rue Paul-Vaillant-Couturier	☎ 01 48 52 34 96
• 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
• GYMNASE D'ORIOLO	74 rue Gabriel Péri	☎ 01 48 52 34 96
• GYMNASE JEAN MOULIN	rue Jean Moulin	
• GYMNASE ROBERT SCHUMAN	60 av. du M ^{al} de Lattre de Tassigny	☎ 01 48 52 39 33
• GYMNASE ROMAIN GARY	2 rue Romain Gary	☎ 01 46 86 86 93
• GYMNASE SAINT-EXUPÉRY	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	
- Dojo Marc Alexandre	- Salle de musculation	
- Salle de gymnastique rythmique	- Salle de danse	
- Salle de tennis de table	- Salle de réunion et de cours	
- Salle polyvalente	- 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
• STADE MUNICIPAL ALAIN MIMOUN	1 rue du 11 novembre	☎ 01 48 52 39 40
• TENNIS BELLE-ÉPINE	44 rue Hélène Muller	☎ 01 48 90 70 43

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 celle de la piscine - Évacuation du bassin une demi-heure avant la fermeture de la piscine. Le bassin 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 2,25 €).

+ 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	12h00/14h00 - 17h00/22h00	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 2026

- Adulte thiaisien : 3,70 €
- Adulte hors Thiais : 4,50 €
- Tarif réduit * thiaisien : 2,65 €
- Tarif réduit * hors Thiais : 3,20 €
- Carte jeune 13/25 ans : 1,90 €
- Moins de 3 ans : gratuit

CARTE D'ABONNEMENT (10 ENTRÉES)

- Adulte thiaisien : 30,70 €
- Adulte hors Thiais : 36,90 €
- Tarif réduit * thiaisien : 21,60 €
- Tarif réduit * hors Thiais : 26,00 €
- Carte jeune retraité (Thiais récréation) : 20,00 €
- Carte magnétique pour abonnement : 1,80 €

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





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.

Horaires d'ouvertures pour tous les parcs :

- du 1^{er} avril au 31 mai : 8h-19h30
- du 1^{er} juin au 30 septembre : 8h-20h30
- du 1^{er} octobre au 31 mars : 8h-18h

Au parc de l'Europe

Une aire de fitness connectée *Freetness*, 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 elliptique, 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

Un parcours du combattant mixé à une station de crosstraining connectée *Freetness* avec, à proximité, une aire de jeux pour enfants où l'on retrouve notamment une passerelle boudin et un filet-araignée à escalader...

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

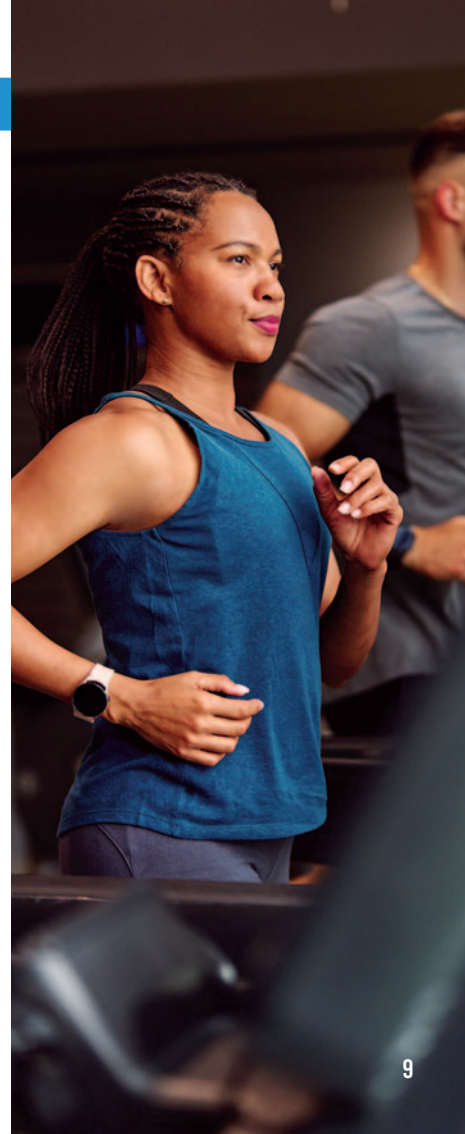
PRÉPARATION PHYSIQUE

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



Tarification saison sportive 2026/2027

ÉCOLE MUNICIPALE
DES SPORTS (EMS)
THIAIS : 69,55 €
HORS THIAIS : 255 €

PASS'SPORT (PSP)
THIAISIENS UNIQUEMENT
: 11,65 €
(hors option cantine)

EMS + PSP
THIAISIENS UNIQUEMENT :
78,90 €
(hors option cantine)

Quand s'inscrire ?

Toute l'année en fonction
des places disponibles.

Comment s'inscrire ?

Dossier complet à adresser par
mail à l'adresse
educ.sports@ville-thiais.fr
ou à déposer dans l'urne
à l'accueil de l'Hôtel de Ville
(rue Maurepas)
Documents à télécharger
sur www.ville-thiais.fr
(Que faire à Thiais ?, Sport,
Le Service Municipal des Sports)
+ d'infos : ☎ 01 48 92 42 55
educ.sports@ville-thiais.fr
Forum des activités thiaisiennes,
samedi 5 septembre 2026
au PODT de 10h à 17h

ACTIVITÉS SPORTIVES PROPOSÉES PAR LA VILLE

LES MERCREDIS DE L'ÉCOLE MUNICIPALE DES SPORTS (EMS) CHAQUE MERCREDI HORS VACANCES SCOLAIRES ENFANTS DE 3 À 11 ANS

De 9h30 à 16h30, l'équipe d'éducateurs sportifs de la Ville organise des séances d'une durée de 1h à 1h30 pour les enfants de 3 à 12 ans.

En "formule test" : cette année, les parents (dont au moins un enfant est inscrit) pourraient bénéficier* d'une séance de coaching sportif collectif, concomitamment à celle à laquelle participe leur enfant (même créneau horaire). *minimum 8 inscrits par créneau.

- Les « Schmicky's » : 3 ans (nés entre septembre 2023 et octobre 2022) de 9h30 à 10h30
- Les « Ouistitis » : 4 ans (nés entre septembre 2022 et octobre 2021) de 10h30 à 11h30
- Les « Gorilles » : 5 ans (nés entre septembre 2021 et octobre 2020) de 11h30 à 12h30
- Les « Tigrou » : 6 ans (nés entre septembre 2020 et octobre 2019) de 14h à 15h
- Les « Pumas & Panthères » : 7-12 ans (nés à partir de septembre 2019) de 15h à 16h30

3 cycles d'activités sportives jalonnent la saison, tous les mercredis, en période scolaire (hors jours fériés) du 16 septembre 2026 au 23 juin 2027 :

- 1^{er} cycle du 16 septembre au 16 décembre 2026 : athlétisme et gymnastique (11 séances)
- 2^e cycle du 6 janvier au 31 mars 2027 (11 séances) :
 - jeux et sports collectifs avec ballon (5 séances)
 - jeux d'opposition (6 séances)
- 3^e cycle du 21 avril au 23 juin 2027 : Vélo et jeux d'orientation (10 séances)

Les enfants pratiquent au Palais Omnisports De Thiais (PODT) place Vincent Van Gogh.

- En extérieur, au stade municipal Jack Baudequin situé à droite du PODT (clôture verte)
- En intérieur, dans les salles du PODT

+ d'infos : ☎ 01 48 92 42 55

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 Thiaisais de 7 à 15 ans une formule de loisirs épanouissante qui mêle activités physiques et évasion : *"Pass'Sport"*. Du lundi au vendredi, de 9h à 12h et de 14h à 17h, ils ont rendez-vous au PODT et au stade Jack Baudequin 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, la piscine municipale Monique Berlioux (23 rue de la Saussaie) met à disposition totale l'équipement pour les enfants de PSP. 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).

Vacances de la Toussaint 2026 - 2 sessions. Retour des inscriptions jusqu'au 25 septembre 2026

- du 19 au 23 octobre 2026 et du 26 au 30 octobre 2026

Vacances de Noël 2026 - 2 sessions. Retour des inscriptions jusqu'au 20 novembre 2026

- du 21 au 24 décembre 2026 et du 28 au 31 décembre 2026

Vacances d'Hiver 2027 - 2 sessions. Retour des inscriptions jusqu'au 8 janvier 2027

- du 8 au 12 février 2027 et du 15 au 19 février 2027

Vacances de Pâques 2027 - 2 sessions. Retour des inscriptions jusqu'au 5 mars 2027

- du 5 au 9 avril 2027 et du 12 au 16 avril 2027

Vacances d'Été 2027 - 8 sessions. Retour des inscriptions jusqu'au 4 juin 2027

- juillet : du 5 au 9 juillet, du 12 au 16 juillet, du 19 au 23 juillet et du 26 au 30 juillet 2027
- août : du 2 au 6 août, du 9 au 13 août, du 16 au 20 août et du 23 au 27 août 2027



DÉTENTE & SÉRÉNITÉ

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

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	17h30 - 18h30	Espace Municipal Grignon

Sophrologie

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

	Horaire	Structure
Lundi (sophrologie yoga Nidra)	17h30 - 18h30	C. de loisirs J. Ferry
Mardi (sophrologie/méditation)	18h15 - 19h15	C. de loisirs J. Ferry

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 (yoga/méditation)	09h45 - 11h15	Espace Municipal Grignon
Lundi (yoga/méditation)	19h45 - 21h00	Centre de loisirs J. Ferry
Mardi (relax kids 7/12 ans)	17h30 - 18h15	Centre de loisirs J. Ferry
Mardi (hatha yoga)	19h15 - 20h15	Centre de loisirs J. Ferry
Mardi (yin yoga)	20h15 - 21h15	Centre de loisirs J. Ferry
Mercredi (Vinyasa - dynamique)	19h15 - 20h15	Centre de loisirs J. Ferry
Jeudi (yoga sur chaise)	10h00 - 11h15	Centre de loisirs J. Ferry
Jeudi (Hatha yoga)	12h15 - 13h15	Centre de loisirs J. Ferry
Jeudi (yoga Vinyasa - dynamique)	18h30 - 19h30	Centre de loisirs J. Ferry
Jeudi (yoga/méditation)	20h15 - 21h15	Centre de loisirs J. Ferry
Samedi (yoga)	10h45 - 11h45	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
Lundi (tous niveaux)	10h30 - 11h15	PODT (salle de GR)
Mercredi	19h30 - 20h15	Espace Municipal Grignon
Jeudi	17h45 - 18h30	Centre de loisirs J. Ferry
Jeudi	20h15 - 21h00	Centre de loisirs L. Terray
Vendredi	11h45 - 12h30	Centre de loisirs J. Ferry
Samedi	11h45 - 12h30	PODT (salle de GR)

FORME

Musculation (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	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	20h15 - 21h00	PODT (salle de danse)
Vendredi	18h45 - 19h30	Espace Municipal Grignon

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 (débutant)	09h30 - 10h30	PODT (salle de GR)
Jeudi	09h30 - 10h30	PODT (salle de GR)

Gym forme

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

Gym dos Si vous avez mal au dos, ce cours est pour vous ! La bonne posture, la mobilité et le renforcement musculaire sont au programme. Cour dynamique, les baskets sont requises.

Gym santé relax Entretien de la mécanique corporelle (puissance musculaire et mobilité articulaire), assouplissement en douceur par le lâcher-prise. Conscience du corps et relaxation pour se libérer du stress physique et mental.

	Horaire	Structure
Mardi (renforcement du dos)	19h15 - 20h00	Centre de loisirs L. Terray
Jeudi (gym forme)	18h30 - 19h30	Centre de loisirs L. Terray
Vendredi (renforcement dos)	12h30 - 13h15	Centre de loisirs J. Ferry
Vendredi (gym santé relax)	18h30 - 20h00	Espace Municipal Grignon

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



ACTIVITÉS SPORTIVES PROPOSÉES PAR L'OMS

CARDIO

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

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 qui améliore la capacité cardiaque, la condition physique avec des mouvements aérobiques athlétiques, et 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
Jeudi (cardio combat + cardio boxe)	19h00 - 19h45	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 L. Terray
Mercredi (confirmés)	19h15 - 20h00	Centre de loisirs L. Terray

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 minimum.

Mega Biking Cours qui améliore la condition physique et la capacité cardiaque, tout en développant la force musculaire en brûlant plus de calories. Il tonifie, sculpte et renforce le corps.

	Horaire	Structure
Lundi	19h00 - 19h45	PODT
Lundi	20h00 - 20h45	PODT
Jeudi	12h15 - 13h00	PODT
Jeudi	19h00 - 19h45	PODT
Jeudi	20h00 - 20h45	PODT
Vendredi (mega biking)	19h15 - 20h30	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 (18 ans & +)	20h15 - 21h00	PODT (salle de danse)
Jeudi (18 ans & +)	20h00 - 20h45	PODT (salle de danse)
Samedi (18 ans & +)	10h00 - 10h45	PODT (salle de danse)

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
Mardi	19h30 - 20h15	PODT (salle de danse)

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.



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. Un cours "Atelier femininity" est proposé en complément.

Heels dance (danse en talons)

Type de danse se pratiquant en talons qui mélange plusieurs styles de danses, offrant des performances revisitées.

Dance kids/juniors/ados

Danse qui s'inspire d'une grande variété de styles et d'influences : moderne, street, dancehall, 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 (kids - 6/8 ans)	17h15 - 18h00	Centre de loisirs J. Ferry
Lundi (juniors - 9/11 ans)	18h00 - 19h00	Centre de loisirs J. Ferry
Mercredi (6/8 ans)	17h30 - 18h15	Espace Municipal Grignon
Vendredi (12/14 ans)	17h15 - 18h15	PODT (salle de danse)

	Horaire	Structure
Vendredi	20h15 - 21h45	PODT (salle de danse)





ACTIVITÉS SPORTIVES PROPOSÉES PAR L'OMS

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.

Énergie dance (+ 15 ans)

Mélange de fitness et de danse aux musiques variées (salsa, hip hop, afro...). Facile à suivre et efficace pour brûler les calories.

	Horaire	Structure
Mercredi (15 ans & +)	18h45 - 19h30	PODT (salle de danse)
Samedi (15 ans & +)	11h45 - 12h30	Centre de loisirs J. Ferry

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
Lundi (4/6 ans)	17h15 - 18h00	PODT (salle de danse)
Mercredi (4/5 ans)	16h45 - 17h30	Espace Municipal Grignon
Samedi (3/4 ans)	09h30 - 10h15	Centre de loisirs J. Ferry
Samedi (5/6 ans)	10h15 - 11h00	Centre de loisirs J. Ferry

Danse moderne

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 (15 ans & +)	20h00 - 21h30	Centre de loisirs J. Ferry

Street ados

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
Lundi (12/14 ans)	19h00 - 20h00	Centre de loisirs J. Ferry
Vendredi (12/14 ans)	18h15 - 19h15	PODT (salle de danse)
Vendredi (jazz 15 ans & +)	19h15 - 20h15	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...).

Zumba kids (7-12 ans)

Cours qui permet aux enfants de pratiquer une activité physique et de se défouler en musique. Il comporte des éléments essentiels à leur développement : écoute, respect, cohésion, esprit d'équipe, estime de soi...

	Horaire	Structure
Lundi (kids 7/12 ans)	18h00 - 18h45	PODT (salle de danse)
Lundi (15 ans & +)	19h00 - 19h45	PODT (salle de danse)
Jeudi (15 ans & +)	20h00 - 20h45	Gymnase Jean Moulin
Samedi (kids 7/12 ans)	11h00 - 11h45	Centre de loisirs J. Ferry

ACTIVITÉS SPORTIVES PROPOSÉES PAR L'OMS (AQUATIQUES)

L'ensemble des activités aquatiques se déroule à la piscine municipale Monique Berlioux, située 23 rue de la Saussaie.

Aqua plus* (4/6 ans)

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

	Horaire
Lundi	17h15 - 18h00
Mercredi	14h00 - 14h45
Vendredi	17h30 - 18h15

Apprentissage*

6/9 ans, ado (10/14 ans), adulte

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 et prise de rendez-vous du 24 au 27 août 2026 de 10h à 12h et de 16h à 18h, uniquement par téléphone au 01 46 81 07 34.**

	Horaire
Lundi	17h15 - 18h00
Mardi	17h15 - 18h00
Mardi (apprentissage + ado perfectionnement)	18h00 - 18h45
Mercredi	15h00 - 15h45
Mercredi	16h00 - 16h45
Jeudi	16h45 - 17h30
Jeudi	17h30 - 18h15
Jeudi (ado débutant)	18h15 - 19h00
Vendredi	17h30 - 18h15
Vendredi	18h15 - 19h00
Vendredi (- 10 ans & adulte)	19h00 - 19h45

Nage tonic* (groupe 1 & 2)

S'adresse aux jeunes nageurs de 10 ans et + souhaitant entretenir leur endurance et continuer à perfectionner leurs techniques de nage dans un cadre structuré.

	Horaire
Lundi (groupe 2)	18h00 - 19h15
Lundi (groupe 1)	18h00 - 19h30
Mardi (groupe 2)	19h00 - 20h15
Mardi (groupe 1)	19h00 - 20h30
Jeudi (groupe 2)	18h15 - 19h30

Aquagym (18 ans et plus)

Activité ouverte à tous sans limite d'âge. 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 29 août 2026 de 14h à 16h30.**

	Horaire
Lundi	19h30 - 20h15
Lundi	20h15 - 21h00
Lundi	21h00 - 21h45
Mardi - Jeudi - Vendredi	12h30 - 13h15
Vendredi	16h30 - 17h15

Natation d'endurance (18 ans et plus)

Réservée aux ex-nageurs désirant maintenir leur endurance, et aux adultes souhaitant se perfectionner. **Inscription et retrait du dossier le 29 août 2026 de 14h à 16h30.**

	Horaire
Jeudi	19h30 - 20h30 & 20h30 - 21h30



**Avant
toute inscription
aux cours :**

**Aqua plus,
Apprentissage
(enfant/ado/adulte),
Nage tonic
(groupe 1 et 2)**

**Test obligatoire,
le 29 août 2026
sur rendez-vous**

**Prise de rendez-vous
uniquement
par téléphone,
du 24 au 27 août 2026,
de 10h à 12h
et de 16h à 18h
au ☎ 01 46 81 07 34**

* Selon les places disponibles.
Priorité est donnée aux Thiaisais.

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

- Lundi - Mercredi
Vendredi
9h30 - 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
AGOSPAP & ANCV
acceptés
(coupon sport
et chèque vacances)
- Inscriptions
toute l'année en fonction
des places disponibles



ACTIVITÉS SPORTIVES PROPOSÉES PAR L'OFFICE MUNICIPAL DES SPORTS TARIFS ANNUELS 2026-2027

Activités en salle, toutes disciplines confondues

DURÉE DES COURS	TARIF THIAISIEN	TARIF NON-THIAISIEN**
1 COURS		
de 45 mn à 1h	170 €	230 €
1h15 ou 1h30	231 €	313 €
2 COURS*		
2 cours de 45 mn à 1h	308 €	416 €
de 45 mn à 1h + (1h15 ou 1h30)	363 €	489 €
2 cours de (1h15 ou 1h30) ou (1h15 + 1h30)	419 €	563 €
3 COURS*		
3 cours de 45 mn à 1h	410 €	552 €
2 cours de 45mn à 1h + (1h15 ou 1h30)	458 €	619 €
de 45 mn à 1h + 1h15 + 1h30	509 €	684 €
3 cours de 1h15 ou 1h30	556 €	753 €



* - 50 % à partir du 4^e cours pour un adulte ou un adulte + enfants mineurs de la même famille

** Priorité est donnée aux familles Thiaisiennes

Activités aquatiques, toutes disciplines confondues

ACTIVITÉ	TARIF THIAISIEN	TARIF NON-THIAISIEN**
Aquagym / Aqua plus	170 €	258 €
Endurance	185 €	281 €
Apprentissage (adulte/ado/enfant)	223 €	319 €
Nage tonic 1h30 (groupe 1)	281 €	376 €
Nage tonic 1h15 (groupe 2)	255 €	351 €

- 2 inscriptions : -10 %
- 3 inscriptions : -15 %
- à partir de la 4^e inscription : -20 %

Carte Jeunes :

- -20 % pour les détenteurs de la *Carte Jeunes* (13 à 25 ans), applicable à toutes les activités terrestres et aquatiques.

Les forfaits peuvent être partagés entre un parent et son ou ses enfant(s), ainsi qu'entre frères et sœurs mineurs.

Attention les réductions forfaits multi-activités ne sont pas cumulables avec la réduction Carte Jeunes.

ATHLÉTISME

Le Thiais Athlétique Club propose un encadrement complet de l'athlétisme pour tous les âges et tous les niveaux. Les jeunes athlètes sont accueillis dès 6 ans pour s'initier et progresser dans toutes les spécialités (courses, sauts, lancers, marche). Le club propose également une section dédiée à la préparation à la course à pied, incluant le demi-fond et le fond, que ce soit pour le loisir ou la performance.

Entraînements

Stade municipal Jack Baudequin (place Vincent Van Gogh)

- Éveil Athlétique (2018-2021) : mercredi de 15h à 16h et samedi de 10h à 11h
- Poussins (2016-2017) : mercredi de 16h à 17h30 et samedi de 11h à 12h30
- Benjamins (2014-2015) : mardi et jeudi de 18h30 à 20h30
- Minimes (2012-2013) : lundi, mercredi et vendredi de 18h à 20h
- Lancers (à partir de minimes) : jeudi de 18h à 20h
- Hauteur (à partir de minimes) : jeudi de 18h30 à 20h
- Course à pied/Demi-fond débutant (à partir de benjamins) : lundi de 18h30 à 20h
- Course à pied/Demi-fond/Fond (Cadets à Masters - 2011 et avant) : mardi et jeudi de 19h à 20h30, dimanche (hors stade) de 10h à 12h
- Sprint/Sauts (à partir de cadets) : prendre directement contact avec le club (sans obligation de compétition, sous réserve de modification)
- Renforcement musculaire/Cardio (adultes) : mercredi de 19h30 à 20h30 et samedi de 10h à 11h30
- Perche/Marche athlétique : samedi après-midi

Inscriptions & renseignements, stade Baudequin aux jours et heures d'entraînements

- Bahija SEHETAL : ☎ 06 58 08 20 86
- athlethiais94@gmail.com • site internet : <https://thiais.monclub.app>
- Instagram : @tac_thiais_athletisme • Facebook : @ThiaisAthletiqueClub



Présidente
Bahija SEHETAL
Responsable technique
Abderahim EL HAOUZY

Tarifs annuels

- Éveils, Poussins, Benjamins, Minimes : 230 €
- Cadets, Juniors, Espoirs, Seniors, Masters : 250 €
- Course à pied/Demi-fond (débutant/intermédiaire) : 200 €
- Course à pied/Demi-fond (confirmé) : 250 €
- Remise en forme : 250 €
- Course à pied/Demi-fond (débutant)
+ Remise en forme : 300 €



AVIRON CLUB DU PARC INTERDÉPARTEMENTAL

AVIRON

Sport nautique combinant effort physique, une maîtrise technique et une connexion avec la nature. Pratique de l'aviron et du para aviron à partir de 10 ans.



Co-Présidentes
Claudie HEBRARD et
Laura ALVEOLOS

Responsable technique
Antoine DEMARLE

Tarifs à la saison, licence et
assurances fédérales incluses

- Benjamin : 135 €
- Minime : 190 €
- Cadet : 240 €
- Junior: 280 €
- Espoir/Étudiant : 300 €
- Senior/Master : 430 €
si renouvellement : 400 €
- Séance découverte : 10 €

Entraînements

Parc Interdépartemental des Sports de Choisy
(Chemin des Boeufs, à Créteil)

- Mercredi et/ou samedi de 14h à 17h (benjamin 2016-2017)
- Mercredi et/ou samedi de 14h à 17h (minime 2013-2014-2015)
- Mercredi et/ou samedi de 14h à 17h (cadet 2011-2012)
- Mercredi et/ou samedi de 14h à 17h (junior 2009-2010)
- Mercredi et/ou samedi de 14h à 17h (espoir 2005-2006-2007-2008)
- Samedi et/ou dimanche de 9h à 12h (étudiant)
- Samedi et/ou dimanche de 9h à 12h (senior et Master renouvellement né avant 2025)
- Séance découverte, samedi (sur rendez-vous) de 9h à 12h

Inscriptions sur place, base nautique de Créteil

- avironclub94@gmail.com
- site internet : <https://ac94.fr/>
- Instagram : [avironclub94](#) • Facebook : [avironclub94](#)
- Twitter : [94aviron](#)

BADMINTON

Pratique en loisir ou compétition à partir de 5 ans.

Entraînements

Gymnase d'Oriola (74 rue Gabriel Péri)

- Lundi de 18h15 à 22h30 (adulte/jeu libre/interclubs)
- Mardi de 18h à 20h (entraînement jeune né(e) en 2012 et avant)
- Mardi de 20h à 22h30 (entraînement adultes)
- Mercredi de 17h à 18h (entraînement mini-bad né(e) en 2018 et après)
- Mercredi de 18h à 20h (entraînement mini-bad né(e) en 2013 et après)
- Mercredi de 20h à 22h30 (entraînement adulte)
- Jeudi de 18h à 22h30 (adulte/jeu libre/interclubs)
- Vendredi de 18h à 20h (entraînement jeune -18 ans)
- Vendredi de 20h à 21h30 (entraînement adulte)
- Vendredi de 20h à 22h30 (adulte/jeu libre/interclubs)
- Samedi de 14h à 18h (adulte/jeu libre)
- Dimanche de 9h à 13h (adulte/jeu libre)

Inscriptions & renseignements

- Hugo POINTCHEVAL
- contact@atb94.fr
- site internet : atb94.fr



Président
Hugo POINTCHEVAL

Tarifs annuels

- Jeune et adulte né(e) avant 2018 (nouvel adhérent) : 160 € (ancien adhérent) : 150 €
- Mini-bad né(e) en 2018 et après (nouvel adhérent) : 140 € (ancien adhérent) : 130 €



CAT BASEBALL - SOFTBALL

BASEBALL - SOFTBALL - BB5

Filles ou garçons, jeunes ou moins jeunes, attirés par la compétition ou par une pratique de loisir, débutants ou confirmés, venez nous rejoindre pour lancer, courir ou frapper en baseball/softball ou BB5. À partir de 5 ans.

Entraînements

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

Terrain de baseball/softball

- Mardi, jeudi et vendredi de 18h à 22h (U18/senior)
- Mercredi de 14h à 22h (U9/U12/U15/U18/senior)
- Samedi de 14h à 20h (U9/U12/U15/U18)
- Dimanche en fonction des compétitions

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

- Mardi de 20h à 22h (U18/seniors)
- Mercredi et samedi de 14h à 18h (U9/U12/U15/U18)
- Jeudi de 20h à 22h (U18/seniors)
- Vendredi de 18h à 20h (BB5 : U12/U15/U18/seniors)

Inscriptions & renseignements, stade municipal Alain Mimoun aux horaires d'entraînement

- Colette GONIOT : ☎ 06 81 72 72 15 • goniot.colette@orange.fr
- site internet : www.tigersbaseball.org

Présidente
Colette GONIOT

Responsables techniques

- Christophe GONIO
- Lucas NONTANOVANH

Tarifs annuels

- U9 : 130 €
 - U12, U15 : 150 €
 - U18 et seniors : 200 €
- Réduction de 10% si plusieurs inscriptions par famille

BASKET-BALL

Le club propose un apprentissage du basket-ball pour les garçons et filles à partir de 5 ans. Plusieurs offres de pratiques sont proposées : des équipes en compétition de plusieurs niveaux et une offre de pratique loisir.

Entraînements

→ Gymnase Romain Gary (2 rue Romain Gary)

- U7 mixte (2020/2021) : samedi de 10h à 12h (2 créneaux)
- U9 mixte (2018/2019) : lundi/jeudi de 18h à 19h15/mercredi de 9h à 10h30
- U11 n1 mixte (2016/2017) : mardi de 19h15 à 20h30/mercredi de 10h30 à 12h/vendredi de 18h à 19h15
- U11 n2 mixte (2016/2017) : mardi de 18h à 19h15/mercredi de 10h30 à 12h/jeudi de 19h15 à 20h30
- U11/U13 loisirs (mixte) : mercredi de 15h30 à 16h45
- U13 M1 (2014/2015) : lundi de 19h15 à 20h30/mercredi de 18h à 19h15
- U15/U18 loisirs (mixte) : mercredi de 16h45 à 18h
- U15 M1 (2012/2013) : vendredi de 19h15 à 20h30
- U18 M1 (2009/2010/2011) : mercredi de 19h15 à 20h30
- U18 M2 (2009/2010/2011) : lundi de 20h30 à 22h
- U21 M (2006/2007/2008) : entraînements à Orly avec l'équipe CTC
- Séniors (2005 et avant) : mardi et jeudi de 20h30 à 22h
- Anciens : mercredi 20h30-22h

→ Gymnase Robert Schuman (60 avenue du Maréchal de Lattre de Tassigny)

- U13 n2 (2014/2015) : lundi/jeudi de 18h à 19h30
- U15 n2 (2012/2013) : lundi de 19h30 à 21h
- U18 n2 (2009/2010/2011) : mercredi de 18h à 20h
- Loisirs adultes : lundi de 21h à 22h30

Pré-inscriptions sur le site internet du club obligatoire

- thiaisbasketball.fr (onglet "préinscriptions en ligne")

Renseignements

- Pascal MUNSCH : 06 63 43 83 70 • ca.thiais.bb@gmail.com
- www.instagram.com/thiaisbasketball/



Président

Pascal MUNSCH

Responsables techniques

Pascal MUNSCH et Tim GRY

Tarifs annuels

(susceptibles de modifications)

- U7 : 170 €
- U9/U11 : 185 €
- U13/U15 : 195 €
- U18/U21 : 205 €
- Seniors : 215 €
- Anciens : 195 €
- Loisirs : 170 €
- Mutation : 60 €



AQUATIQUA

BÉBÉ NAGEUR - BÉBÉ GYM

Activités ludiques, aquatiques et gymniques avec la présence des parents. Recherche de l'aisance dans l'eau avec du matériel pédagogique et des animateurs spécialisés

Président
Dominique RAVERAUD

Responsable technique
Françoise GENTY

Tarifs annuels
• 1 enfant : 210 € (Thiais)
• 2 enfants : 300 € (Thiais)
• 3 enfants : 380 € (Thiais)

Baby club

Enfants de 6 mois à 6 ans (accessible dès le 2^e rappel DT POLIO)

Piscine municipale Monique Berlioux (23 rue de la Saussaie)

- Dimanche de 8h15 à 10h30, suivant l'âge

Baby gym

Enfants de 2 ans à 6 ans

Palais Omnisports De Thiais (place Vincent Van Gogh) - salle de danse

- Dimanche de 9h à 12h, suivant l'âge

Inscription & renseignements

- Martine RAVERAUD : ☎ 06 56 87 98 60
- aquatiquathiais@outlook.fr

BOXE ANGLAISE

**Boxe anglaise éducative, en loisir et compétition amateur.
À partir de 6 ans.**

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 17h45 (6-9 ans)
- 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, salle de boxe du PODT aux horaires d'entraînement

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



Président
Jean-Charles REIGNIER

Responsable technique
Jean-Luc LE SOURD

Tarifs annuels (licence incluse)

- 6-9ans : 120 €
- 10-14 ans : 180 €
- 15 ans et + : 240 €



CAT SAVATE BOXE FRANÇAISE

BOXE FRANÇAISE SAVATE

La Savate Boxe Française (SBF) est un sport de combat de percussion qui consiste, pour deux adversaires équipés de gants et de savates (chaussures) à toucher avec les poings et les pieds. Elle se pratique, en loisir ou compétition. Il existe deux types de compétitions en savate : l'assaut et le combat. Cette discipline renforce la condition physique générale et le développement des qualités telles que la coordination, la précision, la créativité technico-tactique... Que vous soyez débutant ou confirmé, jeune ou adulte, homme ou femme, vous trouverez votre place dans la grande famille de la Savate Boxe Française. Alors n'hésitez plus, rejoignez-nous, montez sur le ring et vivez une expérience unique !



Présidente
Véronique
SÉVÈRE-EINSENBRANDT

Responsable technique
Hadi BOUMOULA

Tarifs annuels
(licence + assurance incluses)

- 3-5 ans : 110 €
- 6-8 ans : 130 €
- 9-11 ans : 150 €
- 12-15 ans : 190 €
- 16 ans & + : 240 €

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 (débutants 6-8 ans)
- Mardi de 19h15 à 20h15 (débutants 9-11 ans)
- Mardi de 20h à 21h30 (adultes débutants)
- Mercredi de 15h30 à 17h (adolescents, selon effectif)
- Mercredi de 20h15 à 21h30 (adolescents et adultes)
- Jeudi de 18h30 à 20h (adolescents et adultes débutants)
- Jeudi de 20h à 21h30 (adultes confirmés et loisirs)
- Vendredi de 20h15 à 21h30 (compétiteurs uniquement)
- Samedi de 9h30 à 10h15 (baby boxe 3-5 ans)
- Samedi de 10h30 à 12h (adolescents 12-15 ans)

Inscriptions & renseignements (dans la limite des places disponibles)

- Catherine BARBILLON : ☎ 06 32 24 81 09 • savatebfs@orange.fr
- Instagram : bf.THIAIS • Facebook : CAT Boxe Française Savate Thiais

BOWLING

Pratique du bowling en loisir et/ou en Compétitions individuelles et par équipes.

À partir de 12 ans.

Entraînements

Bowling Thiais-Orly - 3 rue des Alouettes

Mardi de 17h30 à 18h30

Inscriptions & renseignements, Bowling Thiais-Orly Orly aux horaires d'entraînement

- Pierre-Christophe VILLARD : ☎ 06 24 15 61 35
- bowlingclubthiais@gmail.com
- site internet : www.bowlingclubthiais.com



Président :
Pierre-Christophe VILLARD

Tarifs annuels
(licence comprise) :

- 6-11 ans : 65 €
- 12-17 ans : 75 €
- 18-21 ans : 85 €
- Adulte : 140 €

École de bowling : 300 €



BRIDGE CLUB DE THIAIS

BRIDGE

Le Bridge, un sport cérébral qui booste vos neurones et stimule votre mémoire. Joué avec 52 cartes, c'est un jeu d'équipe générant convivialité et échange, visant à marquer des points en réalisant un contrat annoncé pendant les enchères. Initiation et tournois.



Président
Philippe GUILLOT

Responsable technique
Bernard PATEAU

Cotisation annuelle : 80 €

**La cotisation annuelle inclut
tous les droits de table**

Entraînements

**Jusqu'à fin octobre 2026 : École Charles Péguy, salle de Bridge
(91 avenue du Général de Gaulle)**

À partir de novembre 2026 : 47 rue Paul-Vaillant-Couturier

- Mardi de 13h30 à 18h (tournois)
- Jeudi de 13h30 à 18h (tournois)
- Vendredi de 13h30 à 17h (initiation et jeux libres avec commentaires)

Inscriptions & renseignements sur sites aux jours et heures d'entraînement

- Philippe GUILLOT : 📞 07 66 81 54 86
- Bernard PATEAU : ☎ 01 48 52 61 67
- bridge.thiais@gmail.com
- site internet : <https://bridge-club-thiais.blogspot.com>

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 (dès 5 ans)

Halle des sports (81 avenue de Versailles) : jeux d'adresse

MIN de Rungis : entraînement route

- Samedi de 14h30 à 16h30

Inscriptions & renseignements

- secretariat.avthiais@gmail.com
- site internet : avthiais.org
- www.facebook.com/avthiais/
- www.instagram.com/a.v.thiais/



Présidente
Hélène MARTIN

Tarifs annuels (hors licence)

80 €

- U7 : 5-6 ans
- U9 : 7-8 ans
- U11 : 9-10 ans
- U13 : 11-12 ans
- U15 : 13-14 ans
- U17 : 15-16 ans
- U19 : 17-18 ans



PEPS'O'DANSE

DANSE DE SALON, DE SOCIÉTÉ

DANSES LATINES : CHACHACHA, ROCK'N'ROLL, BACHATA, SAMBA, RUMBA...

DANSES STANDARD : TANGO, VALSES, QUICK STEP, CHARLESTON



Apprenez en vous amusant avec Peps'O'Danse !

Ma pédagogie : être à l'écoute des participants pour permettre de passer un moment dans une ambiance familiale et conviviale. L'enseignement est de qualité, accessible à tous, les cours se déroulent dans la bienveillance et la bonne humeur. La danse c'est bon pour le moral, bon pour la santé... Essayez, vous ne pourrez plus vous en passer. Séance d'essai gratuite.

Présidente
et responsable technique
Olga SAINT-LÉGER

Tarif annuel
Hors jours fériés
et vacances scolaires

- 165 €/an
(pour 1 cours/semaine)
(étudiants -25 ans : 130 €)
- Frais de gestion
et assurance : 25€/an

Entraînements

- **Palais Omnisports De Thiais (place Vincent Van Gogh)**
salle de danse
 - Jeudi de 10h30 à 13h30
- **Centre de loisirs Jules Ferry (66 rue Paul-Vaillant-Couturier)**
salle polyvalente
 - Vendredi de 19h30 à 21h45

Inscriptions & renseignements sur sites aux jours et heures d'entraînement

- Olga SAINT-LÉGER : ☎ 06 81 72 64 75
- pepsodanse@gmail.com
- site internet : <https://pepsodanse.wixsite.com/monsite>

ÉCHECS

**Pratique des échecs : initiation, apprentissage, perfectionnement.
Entraînement et compétition.**

Entraînements

47 rue Paul-Vaillant-Couturier

- Mercredi de 14h à 18h30 (école d'échecs)
- Mercredi de 18h45 à 22h (perfectionnement adultes)
- Jeudi de 18h45 à 22h (entraînement)
- Vendredi de 18h45 à 22h (entraînement)

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

- Samedi de 14h30 à 19h30 (entraînement)
- Dimanche de 13h30 à 20h30 (compétitions)

Inscriptions & renseignements sur place aux horaires des cours

- 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 FÉMININ

Football féminin proposé dans un environnement sain, dans le respect des règles FFF par un encadrement formé, passionné, investi dans les instances. Nous formons à l'entraide, au dépassement de soi, à la solidarité et à la tolérance, cela va bien plus loin que taper dans une balle. Le mot de la Présidente : "Nous ne ferons pas de toutes nos joueuses des professionnelles, à l'image de Thiniba Samoura, mais nous avons le devoir d'en faire des citoyennes accomplies". À partir de 5 ans.



**Présidente
et directrice technique
Pascale CHOQUET**

**Tarifs annuels
de 170 € à 300 €
avec équipement
(bons sport
et bons Lapaz acceptés)**

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

Stade municipal Alain Mimoun (1 rue du 11 novembre)

- U6F à U7F (2021-2020) : samedi de 11h à 12h15
- U8F à U9F (2019-2018) : jeudi de 18h à 19h et samedi de 11h à 12h30
- U11F (2017-2016) : jeudi de 18h à 19h, samedi de 11h à 12h30, match dimanche matin
- U13F (2015-2014) : mardi de 18h à 19h15, vendredi de 18h30 à 20h, match dimanche matin
- U15F (2013-2012) : mardi de 18h30 à 20h, jeudi de 19h à 20h30, match samedi après-midi
- U18F et Seniors (2011/10/09 et avant) : lundi et jeudi de 20h à 21h30, match samedi après-midi
- Spécifique gardiennes, renforcement musculaire par professionnelle, analyse vidéo match

Nouveauté 2026 : Foot santé plaisir, mercredi de 15h à 16h30 pour les 11/16 ans
(pas de contrainte de match week-end et cotisation allégée)

À venir : foot mamans, restez connectées !

Inscriptions & renseignements

- Pascale CHOQUET : 📞 06 73 73 20 66
- thiaisffc@gmail.com ● thiais ffc (Instagram et Tiktok)

FOOTBALL

Formation, séances d'entraînement, matchs en compétition.
À partir de 5 ans.

Entraînements et matchs

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

Du lundi au samedi selon les catégories, matchs samedi-
dimanche selon les calendriers

Inscriptions & renseignements

- Bruno DA SILVA NUNES : 📞 07 66 01 10 26
- Thierno BA : 📞 07 64 09 08 25
- 512963@lpiff.fr
- site internet : www.thiaisfc.fr
- @thiaisfc



Président
Bruno DA SILVA NUNES

Responsable technique
Thierno BA

Cotisation annuelle

- Baby U5 : 240 €
- U6-U12 : 300 €
- U13-Senior : 320 €
- Vétérans : 240 €



GOLF CLUB DE THIAIS

GOLF

Initiation et amélioration des performances lors de cours individuels ou collectifs. Organisation de sorties collectives amicales et en compétition en région parisienne et en province. Pratique du golf destinée aux adultes.



Président
Johny LEDYS

Responsables techniques
Patrick GILLE
et professeurs diplômés

Tarif annuel (+ licence fédérale)
96 €

Entraînements toute l'année

- **Golf de Val Grand à Bondoufle (91), Golf d'Étiolles (91), Golf de Lésigny (77), Centre des Hivernaux (91)**
 - Lundi et jeudi : cours collectifs en extérieur
 - Cours individuels et parcours accompagnés sur rendez-vous
- **Gymnase Saint-Exupéry (86 avenue de Versailles)**
 - D'octobre à mai
 - Mercredi (libre) et jeudi (cours collectifs) de 18h à 21h30

Parties amicales et compétitions

- Chaque semaine de mars à novembre en région parisienne et en province, hors vacances scolaires

Inscriptions & renseignements

- Johny LEDYS : ☎ 06 07 66 01 58
- claud.peyregne@free.fr
- site internet : www.golfclubdethiais.fr

GYMNASTIQUE D'ENTRETIEN POUR ADULTES

Le club propose une activité de plein air au moins deux fois par mois le dimanche matin : marche.

Entraînements

Gymnase Robert Schuman (60 av. du Maréchal de Lattre de Tassigny)

- Mardi de 19h à 20h

Inscriptions & renseignements

- Brigitte GIBARU : 📞 06 81 20 91 09 - brigitte.gibaru@orange.fr
- 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

Pilates et gym douce, à partir de 18 ans.



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 au gymnase Saint-Exupéry aux jours et horaires des cours

- Joëlle PRÉVOT : ☎ 06 13 08 90 90
- pleinfeux.94@gmail.com

Présidente
Joëlle PRÉVOT

Responsable technique
Daniel CRETEY

Tarifs annuels

- 1 cours par semaine : 75 €
- 2 cours par semaine : 105 €

GYMNASTIQUE RYTHMIQUE

Gymnastique rythmique en compétitions et en loisirs.

À partir de 3 ans.

Entraînements

→ **Gymnase Jean Moulin (rue Jean Moulin)**

- Samedi matin : à partir de 3 ans
- lundi soir, mercredi matin, vendredi soir, samedi après-midi : à partir de 8 ans
- Mardi soir et jeudi soir : 10 ans et +

→ **Palais Omnisports De Thiais (place Vincent Van Gogh)**

- Groupes compétitions : tous les soirs de 17h à 21h et mercredi toute la journée

Inscriptions & renseignements sur place, salle GR du PODT aux jours et heures de cours

- Mona BODIN : ☎ 06 88 42 74 62 (à partir de 17h, mercredi à partir de 13h)
- thiaisgr@gmail.com • site internet : grthiais.monclub.app/app
- Facebook : Thiais GRS
- Instagram : Thiaisgr



Présidente : Mona BODIN
Responsable technique :
Diana TABAKOVA

Tarif annuel :
À partir de 200 €



THIAIS HANDBALL CLUB

HANDBALL



Nous proposons du handball compétitif, pour essayer de se dépasser et de performer au sein d'un collectif. Nous proposons également du handball loisir mixte pour se dépenser et passer un moment convivial. Enfin, l'école de handball accueille les plus petits afin de développer la motricité en s'amusant !

Mini-hand dès 7 ans, compétition dès 9 ans.

Entraînements

Palais Omnisports De Thiais (place Vincent Van Gogh)

- Du lundi au vendredi de 17h30 à 22h30
- Samedi de 11h à 20h30
- Dimanche selon le calendrier des compétitions

Gymnase Schuman (60 avenue du Maréchal de Lattre de Tassigny)

- Samedi de 11h30 à 13h

Inscriptions & renseignements sur place, salle centrale ou polyvalente du PODT aux jours et heures de cours

- François BEDAUX : ☎ 06 25 50 26 41 (du lundi au vendredi 10h à 17h)
- thiaishbc.contact@gmail.com
- site internet : <http://thiaishbc.free.fr>

Présidente
Marie-Laure MORVANT

Tarifs annuels

- Loisirs : 150 €
- Mini-hand : 150 €
- Jeune : 160 €
- Senior : 180 €
- Achat de la tenue : 81 €

JUDO - SELF DÉFENSE - JUJITSU - TAÏSO

À partir de 4 ans.

Entraînements

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

- Enfant (né de 2017 à 2022) : du lundi au samedi
- Adolescent/Adulte : lundi, mercredi, jeudi et samedi

Inscriptions & renseignements sur place, dojo du PODT aux jours et heures de cours

- Jacques SCHOUMACKER : ☎ 06 73 47 88 59 (de 9h à 17h)
- budo.club.thiais@orange.fr



Président et
responsable technique
Jacques SCHOUMACKER

Tarifs annuels

- Enfant : entre 160 € et 220 €
- Ado/adulte : entre 220 € et 230 €



CLUB BUDOKAN THIAIS

KARATÉ (À PARTIR DE 3 ANS) KARATÉ BODY / AÏKIDO / TAEKWONDO / MMA KRAV-MAGA (SELF DEFENSE) / JJB



Le Budokan Thiais propose de nombreuses disciplines pour tous les âges et tous les niveaux. Que ce soit pour le loisir, la remise en forme ou la compétition, chacun peut évoluer et progresser au sein d'un club passionné par les arts martiaux et les sports de combat.

Président
Igor LECHARDEUR
Responsable technique
Davy DONA

Tarifs
Entre 290 € et 420 €
Inscription uniquement sur :
www.budokanthiais.fr/budokan

Renseignements
Davy Dona : 📞 06 07 75 29 99
clubbudokanthiais@gmail.com
Facebook et Instagram :
[clubbudokanthiais](https://www.facebook.com/clubbudokanthiais)

Entraînements

- Palais Omnisports De Thiais (place Vincent Van Gogh)
dojo Marc Alexandre
- Gymnase Robert Schuman (60 av. du Maréchal de Lattre de Tassigny)

- Karaté : lundi, mardi, mercredi, jeudi et vendredi de 18h à 21h30 (selon les groupes au PODT)
- Karaté body : mercredi de 19h à 20h
- Karaté Schuman : mercredi de 13h à 14h et jeudi de 18h à 19h
- Karaté baby : samedi de 10h à 10h45, de 10h45 à 11h30 et de 11h30 à 12h15 (selon les groupes au PODT)
- Taekwondo : lundi de 18h à 21h30 (selon les groupes)
- Taekwondo enfant : mercredi et vendredi de 18h à 19h
- MMA : mardi, mercredi et vendredi de 19h à 21h30 (selon les groupes au PODT)
- Aikido : mardi et jeudi de 19h à 20h30
- Krav-Maga : mardi et vendredi de 20h à 21h30

PÉTANQUE

La pétanque est un sport de précision pratiqué en équipe. Nous proposons la pratique en loisir et en compétition (l'équipe des "vétérans" est championne du Val-de-Marne pour la 3^e fois consécutive).
À partir de 6 ans.

Entraînements

Stade municipal Alain Mimoun (1 rue du 11 novembre)
boulodrome

- Du lundi au vendredi de 14h à 22h
- Samedi de 9h30 à 21h30

Inscriptions & renseignements

- Reeza SUFFURALLY : 📞 06 95 81 72 89 (en semaine de 14h à 18h)
- Cédric SERVANT : 📞 06 18 50 12 99
- thiaispetanqueclub94@gmail.com
- Facebook : thiaispetanqueclub



Président
Reeza SUFFURALLY

Responsable technique
Cédric SERVANT

Licence annuelle : 50 €



PLONGÉE SUBAQUATIQUE

Nous formons à tous les niveaux de plongée au cours de séances en piscine, en fosse et lors de sorties en mer. L'activité est ouverte à tous, aux débutants mais aussi aux confirmés qui pourront ainsi parfaire leur condition physique et maintenir leurs acquis de plongeur. Des séances d'apnée sont aussi proposées.



Entraînements

Piscine municipale Monique Berlioux (23 rue de la Saussaie)

- Mardi de 20h30 à 22h30 (sauf vacances scolaires)

Inscriptions & renseignements sur place à la piscine, mardi de 20h30 à 21h30

- Stéphane GALLUCHON : ☎ 06 86 94 99 27 (de 8h à 12h et de 14h à 18h)
- president@lapalmethiaisiennne.org
- site internet : www.lapalmethiaisiennne.org

Président
et responsable technique
Stéphane GALLUCHON

Tarif annuel
240 €, licence FFESSM comprise
Moitié prix pour le 2^e adhérent

RANDONNÉE PÉDESTRE

Promenades et randonnées dans le sud de l'Île-de-France, en car, en RER et en co-voiturage.

Rendez-vous chaque mois (hors période de vacances scolaires)

- un mardi après-midi en car : promenade d'environ 8 km sans difficulté
- deux mardis après-midi en car randonnée de 10 km
- un mardi journée en RER, randonnée de 10 à 12 km avec pique-nique
- un dimanche journée en co-voiturage, randonnée de 12 à 16 km

Inscriptions & renseignements

- ☎ 06 07 69 76 12
- infos@thiaisrando.fr
- site internet : www.thiaisrando.fr



Présidente
Michèle GUMY

Responsable technique
Christian MIGNOT

Tarif annuel
• 40 €



Marie Bouchardeau
formée au club,
en sélection France



RUGBY CLUB VAL-DE-BIÈVRE

RUGBY

École de rugby , de 3 ans à 13 ans. Compétition à XV, à partir de 14 ans.
Rugby Loisirs à toucher, à partir de 16 ans. Rugby Santé, à partir de 18 ans. Rugby Adapté (handicap mental/psychique/TSA...), à partir de 8 ans. Pratique du rugby en loisir et en compétition.

Président
Jérémy CHASSET

Responsable technique
Édouard NORMAND

Tarifs annuels

- U6 à U19 : 230€
- Seniors masculin compet : 290 €
- Rugby santé : 160 €
- Rugby adapté : 160 €
- Rugby loisirs : 180 €
- Cadettes : 180 €

Entraînements

→ **Stade Christophe Dominici (4 rue du Stade - Chevilly-Larue)**

- Lundi de 19h à 20h30 (Rugby loisirs)

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

- Lundi et Jeudi de 18h30 à 20h (Rugby santé)
- Mercredi de 14h à 15h15 (U6)
- Mercredi de 15h à 16h30 (U8 + match le samedi)
- Mercredi de 16h à 17h30 (U10 + match le samedi)
- Mercredi de 17h à 18h30 (U12 + match le samedi)
- Mercredi de 18h à 19h30 (U14 + un autre jour à définir + match le samedi)
- Vendredi de 20h30 à 22h (Senior masculin + match le dimanche)

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

- Mardi de 19h à 20h30 (U16 + un autre jour à définir + match le dimanche. Pratique du rugby en loisir et en compétition)
- Mardi de 19h à 20h30 (U19 + un autre à définir + match le samedi)
- Mardi de 20h à 21h30 (Senior masculin + match le dimanche)

→ **Stade Évelyne Gérard (42 avenue du G^{al} de Gaulle - L'Haÿ-les-Roses)**

- Samedi de 10h à 12h (Rugby adapté)

Inscriptions & renseignements

- Jérémy CHASSET : ☎ 06 80 27 76 37 ● chassetjeremy@gmail.com
- Édouard NORMAND : ☎ 06 82 82 70 31 ● edouard.normand@hotmail.fr
- Site internet : <http://www.rcvb-rugby.fr>
- Facebook : rugbyclubvaldebievrevre ● Instagram : rugbyclubvaldebievrevre

SPORT ADAPTÉ : BASKET-BALL

Apprentissage du basket et compétition pour un public spécifique (handicap mental et psychique).

À partir de 18 ans.

Entraînements

- Mercredi de 18h à 19h45 (gymnase M. Cachin à Choisy-le-Roi)
- Mercredi de 20h à 21h45 (gymnase H. de Balzac à Vitry-sur-Seine)
- Jeudi de 18h à 20h (gymnase P. Langevin à Choisy-le-Roi)

Inscriptions & renseignements

Attention : Prise de rendez-vous avant au gymnase P. Langevin, le jeudi à partir de 18h)

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



Présidente
et responsable technique
Nathalie BINET

Tarif annuel
• 95 € (tout public)



TENNIS CLUB DE THIAIS (TCT)

TENNIS

Club orienté loisir et "tennis pour tous", avec environ 300 adhérents, dont quelques dizaines de compétitrices/teurs, et 5 terrains, dont 2 en béton poreux, découverts et éclairés, et 3 terres battues couvertes d'octobre à avril (sous bulle). Ambiance familiale et conviviale, animations proposées toute l'année. Une école de tennis (jeunes enfants à partir de 2 ans et demi) et un centre de compétition (ados et adultes), sont animés par des enseignants diplômés d'état. Des cours collectifs sont dispensés tous les jours, en fonction des disponibilités des adhérents. Des équipes dames et hommes sont engagées chaque année, dans toutes les catégories d'âge (enfants, ados, adultes, séniors) dans des compétitions par équipes, aux niveaux départemental, régional et national. Le but est d'offrir plaisir, bien-être et convivialité à tous les adhérents et de permettre de progresser en s'amusant à celles et ceux qui le souhaitent.



Président : Lionel HAYOUN
Responsable technique : Sandy RAKOTONDRAMANGA

Cotisation annuelle, jeu libre

- Adultes : 299 €
- Jeunes (- 24 ans) : 189 €
- Retraités : 209 €
- Demie-saison : dès 109 €

École de tennis, tous âges, niveau débutant à intermédiaire : cours collectifs sur 30 semaines, 1 ou 2 séances/ semaine.

- Enfants (selon l'âge) : de 209 € à 359 € pour 1h par semaine. De 359 € à 519 € (selon l'âge) pour 2h/ semaine
- Adultes : 599 € pour 30 séances d'1h/année

Pôle perfectionnement et compétition
 cours "renforcés" à partir de 5 ans. 1h30/semaine ou 3 h, sur 30 semaines.

- Jeunes (selon l'âge) : 499 € pour 1h30/semaine, de 649 € à 849 € pour 3h/semaine
- Adultes : 679 € pour 1h30/ssemaine, 1 039 € pour 3h/semaine.

Sont inclus dans ces tarifs la licence fédérale et l'accès aux 5 terrains 7 jours sur 7 de 8h à 22h.

Entraînements

Stade municipal Alain Mimoun (1 rue du 11 novembre 1918)

Les cours collectifs ont lieu tous les jours (sauf les dimanches). Pour les adultes, les horaires sont principalement 17h30-22h (selon disponibilités et niveaux), les lundis, mardis, jeudis, vendredis. Pour les enfants, principalement les mercredis et samedis toute la journée (selon âges et niveaux). Les créneaux des cours collectifs sont communiqués en début de saison, en septembre 2026, une fois tous les adhérents connus, avec leurs niveaux et disponibilités.

Inscriptions & renseignements

- Lionel HAYOUN : ☎ 06 66 54 12 04 - lionel.hayoun1@gmail.com
- site internet : www.tenniscubthiais.fr

TENNIS

Pratique et enseignement du tennis sur 5 courts terre battue dont 4 couverts en hiver et 2 greenset. Cours pour enfants à partir de 4 ans et pour adultes débutants ou confirmés. Jeu libre toute l'année. À partir de 3 ou 4 ans.

Entraînements

44 rue Hélène Muller

- Cours enfants mercredi à partir de 10h et samedi à partir de midi
- Cours adultes en semaine le soir ou le samedi

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 (site Muller exclusivement)
- Deux courts en green set au stade municipal Alain Mimoun (N°6 et N°7) (joueurs munis d'un badge récupéré préalablement)

Inscriptions & renseignements

- Mohamed GUERROUJ : 📞 06 12 70 61 33
- tctbe@fft.fr • site internet : www.tctbe.fr
- Facebook : www.facebook.com/tctbe



Président
Michel PARENT

Responsable sportif
Driss GUERROUJ

Tarifs annuels

- Enfant à partir de 240 € (selon l'âge)
- Adulte à partir de 350 €



TENNIS DE TABLE

Découverte et initiation au tennis de table. Apprentissage du tennis de table en compétition. Baby-Ping de 5 à 7ans, groupe d'initiation, groupe compétition, groupe adultes débutants et groupe retraités.



Président
Pierre-Mathieu GERMAIN

Responsable technique
Lucian FILIMON

Tarifs annuels

- Entraînements enfants/adultes : 230 €
- Adulte loisir (sans entraînement) : 150 €
- Baby Ping (5 à 7ans) : 110 €
- Retraités (sans compétition) : 100 €

Entraînements

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

- Du lundi au jeudi de 17h30 à 22h (pratique libre sans entraînement)
- Mardi de 17h30 à 18h30 (enfants débutants)
- Mardi de 19h à 20h30 (adultes débutants)
- Mercredi de 15h à 16h (enfants débutants)
- Jeudi de 17h30 à 18h30 (enfants débutants)
- Vendredi de 17h30 à 20h (pratique libre sans entraînement)
- Samedi de 10h30 à 12h30 (pratique libre sans entraînement)
- Samedi de 11h30 à 12h30 (enfants débutants)

Inscriptions & renseignements, salle de tennis de table au PODT aux jours et heures de cours

- Pierre-Mathieu GERMAIN : ☎ 06 66 48 25 24
- germain.pierremathieu@gmail.com
- site internet : www.asthiaistt.com
- Instagram : Thiais_Ping

TIR SPORTIF

Carabine, pistolet, sur cible à 10, 25 & 50 mètres

À partir de 8 ans.

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, stade Jean Bouin (Choisy-le-Roi) aux heures de cours les samedis et dimanche

- Thierry DECHANCE : ☎ 06 70 38 67 59
- gat.choisythiais@gmail.com
- site internet : <http://gat-tir>



Président
Thierry DECHANCE

Tarifs annuels

- 8-13 ans : 120 €
- 14-16 ans : 150 €
- 17-19 ans : 170 €
- Adulte : 270 €
- Adulte (10 ans d'ancienneté) : 170 €



SON LONG VÕ ĐẠO

VÕ VIỆT NAM (À PARTIR DE 7 ANS) SLVD BOXING/MMA (À PARTIR DE 10 ANS) BODY VÕ ĐẠO (À PARTIR DE 10 ANS)



Võ Việt Nam ("Kung Fu Vietnamien") : libérez votre potentiel avec cet art martial complet qui allie techniques de self-défense, souplesse et maîtrise de soi pour booster votre forme et votre confiance au quotidien.

SLVD Boxing ("MMA") : rejoignez la discipline ultime du combat complet, un entraînement intensif mêlant frappes, projections et sol pour forger votre condition physique, votre force et votre mental.

Body Võ Đạo : bougez, défoulez-vous et sculptez votre silhouette au rythme de la musique en combinant l'énergie du fitness et la dynamique des mouvements du "Kung Fu Vietnamien".

Président
Michel DIMITRIJEVIC

Responsables techniques

- Võ Việt Nam : Jonathan EL BAZ
- SLVD Boxing : Adrien EL BAZ
- Body Võ Đạo : Fabienne SALFATI

Tarif annuel
Consulter le club

Entraînements

Gymnase Robert Schuman (60 av. du Maréchal de Lattre de Tassigny)

- Lundi de 18h30 à 19h30 : SLVD Boxing "MMA" (10/14 ans)
- Lundi de 19h30 à 21h : SLVD Boxing "MMA" (15 ans et +)
- Mercredi de 18h30 à 19h30 : Võ Việt Nam "Kung Fu Vietnamien" (10/14 ans)
- Mercredi de 20h à 21h30 : Võ Việt Nam "Kung Fu Vietnamien" (15 ans et +)
- Jeudi de 19h30 à 20h30 : SLVD Boxing "MMA" (10/14 ans)
- Jeudi de 20h30 à 21h30 : SLVD Boxing "MMA" (15 ans et +)
- Vendredi de 20h à 21h30 : Võ Việt Nam "Kung Fu Vietnamien" (15 ans et +)
- Samedi de 9h15 à 11h15 : Cours supérieur (15 ans et +)
- Samedi de 11h30 à 12h30 : Body Võ Đạo (10 ans et +)

Inscriptions & renseignements

- Jonathan EL BAZ : ☎ 06 62 17 68 86
- sonlongvodao@gmail.com • site internet : www.sonlongvodao.fr
- Facebook/Instagram : Sơn Long Võ Đạo • Tiktok : SLVD boxing

LES GRANDS RENDEZ-VOUS SPORTIFS DE LA SAISON 2026/2027 À THIAIS

FORUM DES ACTIVITÉS THIAISIENNES

Samedi 5 septembre 2026,
de 10h à 17h
Palais Omnisports De Thiais
+ d'infos : www.ville-thiais.fr

THEODASIUM

17 & 18 octobre 2026, de 10h à 17h
Palais Omnisports De Thiais
+ d'infos : www.theodasium.fr

26^e CORRIDA DE THIAIS

Dimanche 6 décembre 2026
Départs depuis l'esplanade
du Palais Omnisports De Thiais
+ d'infos : www.corridadethiais.com

TROPHÉES DE L'OMS & BAL DES SPORTIFS

Samedi 12 décembre 2026
Palais Omnisports De Thiais
+ d'infos : ☎ 01 48 92 42 60

INTERNATIONAUX DE GYMNASTIQUE RYTHMIQUE DE THIAIS 2027

Samedi 27 & dimanche 28 mars 2027*
Palais Omnisports De Thiais
+ d'infos : www.grandprixthiais.fr

THIAIS T'ES SPORT !

Festivités sportives du 29 mai au 4 juillet 2027*
+ d'infos : www.ville-thiais.fr

TOURNOI NATIONAL DE BADMINTON

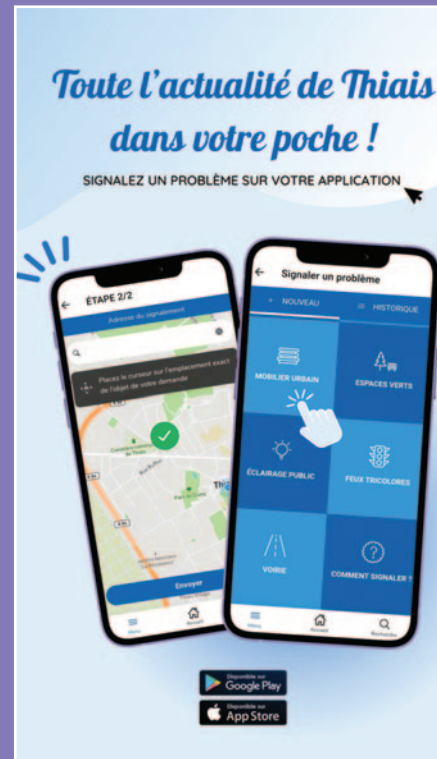
Samedi 29 & dimanche 30 mai 2027
Palais Omnisports De Thiais
+ d'infos : www.atb94.com

TOURNOIS RÉGIONAUX DE FOOTBALL

Juin 2027 - Stade municipal Alain Mimoun
+ d'infos : www.thiaifc.com

* SOUS RÉSERVE





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 - Adobe Stock

Maquette & impression : Ville de Thiais - Tirage : 1 000 exemplaires

Édité en août 2026, ce document est tenu à la disposition du public toute la saison sportive 2026/2027. Les informations sont données à titre indicatif et, bien évidemment, sont susceptibles de modifications en cours d'année. Nous vous invitons à consulter régulièrement les sites et les blogs des clubs sur internet pour suivre leur actualité.



app thiais



ville-thiais.fr



villethiais



villethiais

