



# GUIDE DES SPORTS

ET DES ÉQUIPEMENTS SPORTIFS

> 2024-2025

COMMUNAUTÉ DE COMMUNES DE LA CHAMPAGNE CONLINOISE & DU PAYS DE SILLÉ

📍 Pôle intercommunal - 4 rue de Gaucher - 72240 Conlie

📞 02 43 52 11 67 📧 [contact@4cps.fr](mailto:contact@4cps.fr) 🌐 [www.4cps.fr](http://www.4cps.fr)

# Édito

---

Chers habitants de la Communauté de Communes de la Champagne Conlinoise & du Pays de Sillé, chers visiteurs de passage,

Les jeux olympiques et paralympiques de Paris 2024 nous offre une opportunité unique pour renforcer notre dynamique sportive. Aussi, la 4CPS se devait de saisir cette occasion pour promouvoir le sport dans toute sa diversité.

La labellisation "Terre de Jeux 2024" qui nous a été récemment attribuée, est le résultat de notre engagement à promouvoir le sport. Que vous soyez jeunes ou moins jeunes, débutants ou confirmés, nous souhaitons vous offrir les meilleures conditions pour pratiquer vos activités sportives préférées, vecteur d'épanouissement

Pour concrétiser cet engagement, nous vous présentons ce présent Guide des Sports et des Équipements Sportifs. Celui-ci est bien plus qu'un simple recueil d'informations : il est un outil essentiel pour vous accompagner dans votre aventure sportive. Vous y trouverez une vision exhaustive des activités disponibles sur notre territoire ainsi que des équipements et infrastructures mis à votre disposition.

Ce guide ne se contente pas de présenter les activités proposées, il met en avant les équipements disponibles, facilitant ainsi l'accès à la pratique sportive pour tous. En valorisant les infrastructures communales ou intercommunales, nous voulons encourager leur utilisation et attirer l'attention sur les investissements réalisés dans ce domaine.

La réalisation de ce guide s'inscrit dans une démarche visant à faire de notre territoire un véritable espace dédié au sport et au bien-être.

Ce guide se veut être un outil précieux pour encourager la pratique sportive diversifiée, accessible à tous et favoriser le mieux vivre ensemble.

Que sa lecture vous permette de mieux découvrir l'offre sportive de notre beau territoire.

**Valérie Radou**, Présidente de la 4CPS,

**Hugues Bombled**, Vice-Président de la 4CPS en charge des Équipements sportifs,

**Vincent Hulot**, Vice-Président de la 4CPS en charge de la Communication.



## SOMMAIRE

**04 | LE LABEL TERRE DES JEUX**

**04 | GRANDE CAUSE NATIONALE 2024**

**05 | L'ACTIVITÉ PHYSIQUE**

**06 | LA SÉDENTARITÉ**

**07 | LES PRÉPARATIFS DU SPORTIF**

**08 | LES INFRASTRUCTURES SPORTIVES**

**16 | LES ASSOCIATIONS SPORTIVES**

**30 | LES CHIFFRES CLÉS**

**31 | LES AIDES À LA PRATIQUE SPORTIVE**

> Direction de publication : Valérie Radou > Direction de rédaction : Vincent Hulot  
> Rédaction : Mathilde Mingot, étudiante en Bachelor Marketing Communication  
> Photos : 4CPS, communes & associations sportives sauf mention contraire ; photo couverture : Club Olympique Rouézien > Création et réalisation : Service communication Mathilde Mingot & Stéphane Lefeuvre > Impression : Tessé Impressions > Imprimé à 4 000 exemplaires > Juillet 2024

## LE LABEL TERRE DES JEUX

---

En perspective des Jeux Olympiques et Paralympiques de Paris 2024, la 4CPS a été labellisée **“Terre de Jeux 2024”**. Dans ce cadre, le territoire va accueillir, au courant de l’année, plusieurs événements sportifs et expositions destinés à tous les publics.

Le label “Terre de Jeux 2024” est ouvert à toutes les collectivités territoriales, au mouvement sportif (fédérations, CROS-CDOS, CTOS) et aux ambassades, quelle que soit leur taille ou leurs ressources. Il vise à valoriser leurs initiatives exemplaires et à promouvoir une pratique sportive accrue à travers la France.

Les entités labellisées s’engagent à développer ou renforcer des programmes sportifs, adaptés à leurs capacités : des actions simples pour les petites communes, jusqu’à des projets ambitieux pour les régions et les fédérations, au-delà des valeurs et des objectifs de Paris 2024.

## GRANDE CAUSE NATIONALE 2024

---

Dans la dynamique des jeux Olympiques et Paralympiques de paris, et pour répondre à l’urgence sanitaire contre la **sédentarité** et l’addiction aux **écrans**, la promotion de l’**activité physique** est déclarée “Grande Cause Nationale 2024”. Tout au long de l’année, de nombreux événements sont organisés pour rassembler les individus autour du sport et les encourager à intégrer la pratique physique dans leur quotidien.

GRANDE CAUSE NATIONALE  
**30'JGE!**  
CHAQUE JOUR

# L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

Selon l'OMS l'activité physique se réfère à tous les mouvements corporels, que nous effectuons au cours de la journée et qui nécessitent une dépense énergétique. Elle peut s'effectuer selon des intensités différentes.

L'activité physique se manifeste à travers :

- > Les **déplacements actifs** : marcher, faire du vélo, monter et descendre par les escaliers,
- > Les **activités domestiques** : faire le ménage, bricoler, jardiner,
- > Les **activités professionnelles** : travail physique ou scolaire.

Le sport, quant à lui se pratique dans une structure encadrée par des règles et à différents niveaux (sport loisir, sport de compétition...).

## Les bienfaits de l'activité physique

Améliore la qualité de vie

Améliore la quantité  
et qualité du sommeil

Réduit le stress  
et l'anxiété

Baisse la  
tension artérielle

Réduit le risque  
de maladies chroniques

Stimule  
l'estime de soi

Améliore la  
santé mentale

Renforce la musculature  
et les articulations

Renforce le système  
cardiovasculaire et immunitaire



# LA SÉDENTARITÉ

La sédentarité est une situation caractérisée par une dépense énergétique très faible. Elle correspond au **temps passé en position assise ou allongée sans bouger**, durant la phase d'éveil.

**Au-delà de 6h** par jour en position assise ou allongée (*en dehors des heures de sommeil*), vous êtes considéré comme une personne **sédentaire**.

## Principales causes :



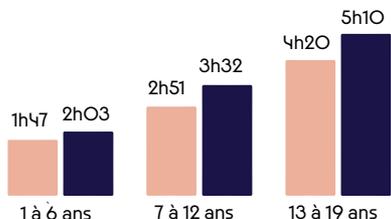
Les moyens de transport



Les loisirs passifs



Les activités professionnelles et scolaires



Source : Ipsos via Les Echos

Temps passé devant les écrans chez les jeunes

## Conséquences :

C'est l'un des principaux facteurs de risque de mortalité lié aux maladies non transmissibles. Les personnes ayant une activité physique insuffisante ont un risque de décès majoré de 20 % à 30 %. Elle amplifie le développement de certaines pathologies, telles que :

- > Les maladies cardiovasculaires ;
- > Les cancers du côlon, du poumon et de l'endomètre ;
- > Le diabète de type 2 ;
- > Les troubles mentaux (anxiété, dépression...);
- > Les troubles musculo-squelettiques.

## Quelques astuces :

- > Dans le cadre d'un travail de bureau, Il est recommandé de faire **une pause** et de **se lever**, s'étirer et **marcher quelques minutes, toutes les 2h**.
- > Placer des objets utiles à des endroits éloignés, afin de mettre le **corps en mouvement**, pour les atteindre (téléphones, poubelles, dossiers...).
- > Faites des **promenades** en écoutant de la musique, **s'étirer** devant vos films et séries...
- > **Bouger au moins 30 minutes par jour**.

# LES PRÉPARATIFS DU SPORTIF

---

**La préparation physique fait partie intégrante de vos entraînements. Cela permet d'améliorer ses performances, au travers de 6 composantes :**

**L'ÉCHAUFFEMENT :**  
prévient les blessures et prépare les muscles.

**L'ALIMENTATION :**  
une alimentation saine et équilibrée est cruciale pour une bonne santé physique et mentale.

**LA SOUPLESSE :**  
permet une meilleure amplitude de mouvement.

**L'ENDURANCE :**  
des exercices cardio-musculaires permettent une résistance à l'effort physique.

**VAINCRE LES DIFFICULTÉS PSYCHOLOGIQUES :**  
le corps et l'esprit étant liés, la préparation physique permet également au mental de ne pas abandonner.

**LA RESPIRATION :**  
une respiration régulière et contrôlée permet de maintenir le rythme de l'effort.



**15 : SAMU**

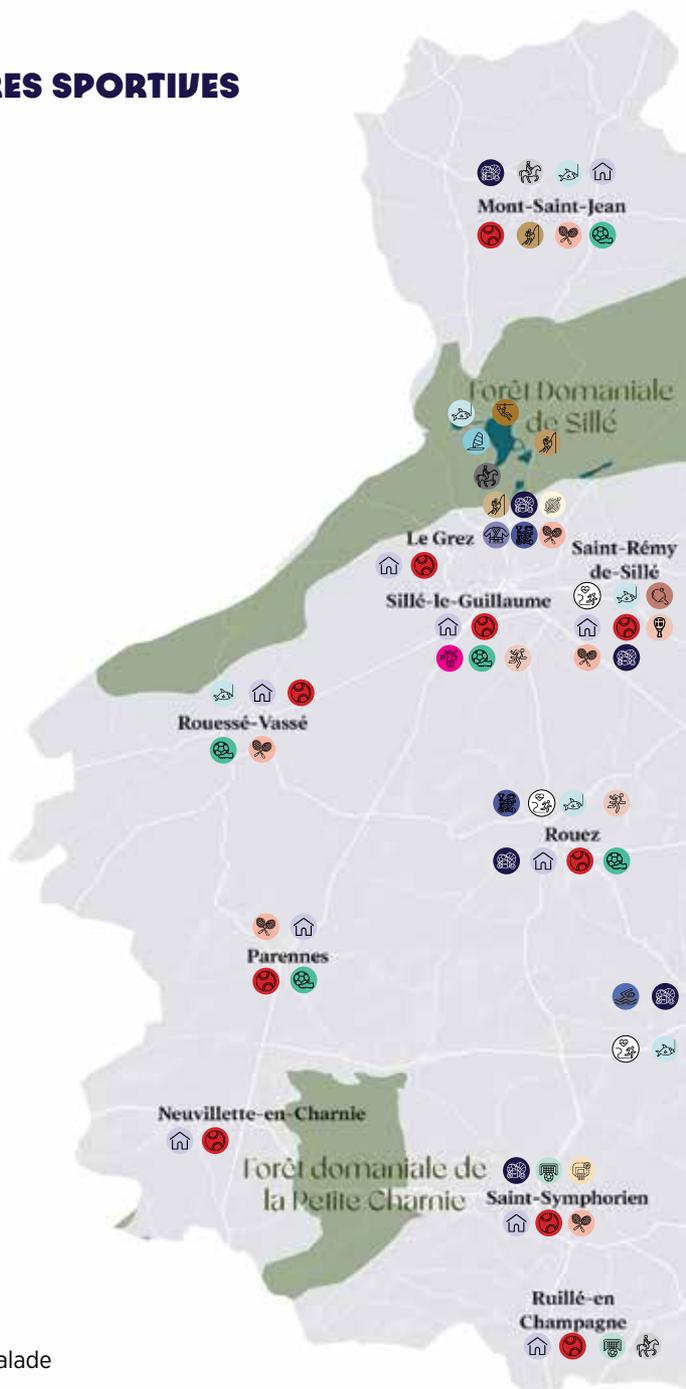
**18 : Pompiers**

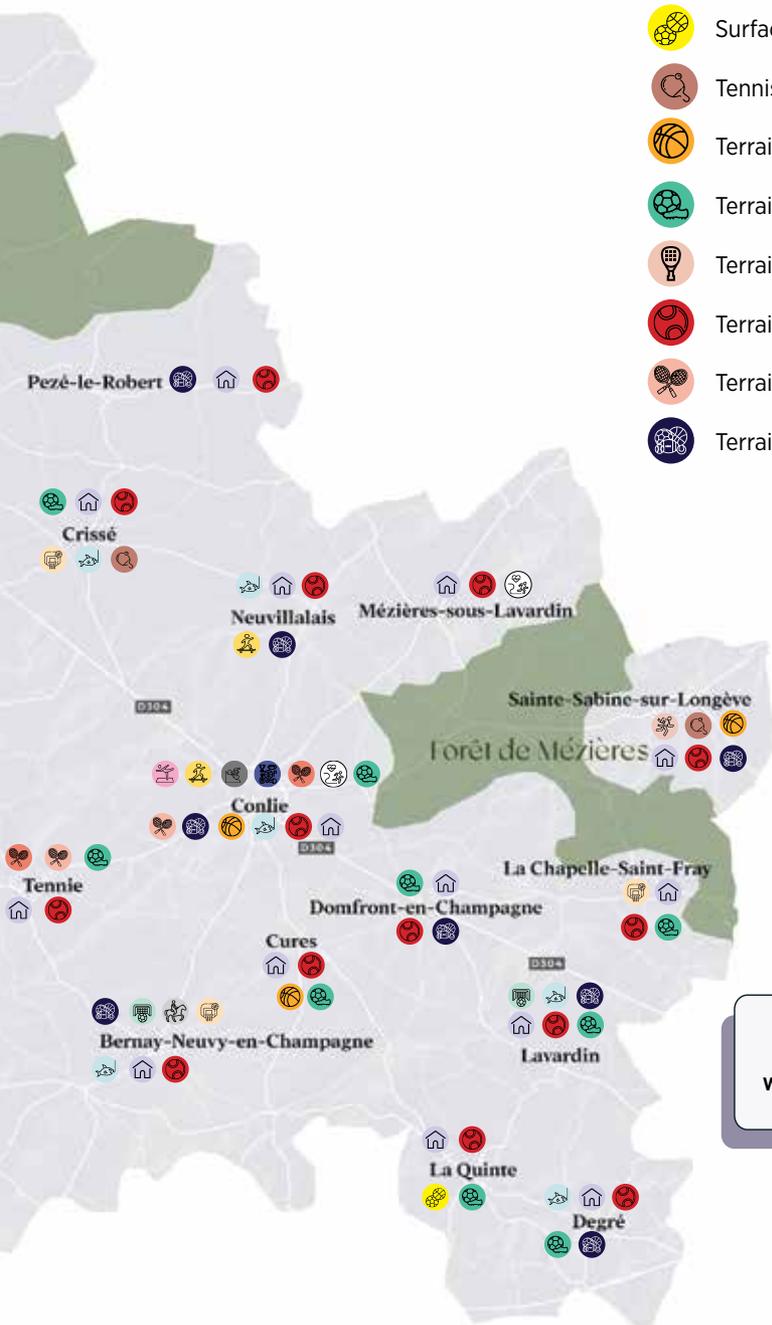
**112 : Appel d'urgence Européen**

**114 : SMS d'urgence Européen**

# LES INFRASTRUCTURES SPORTIVES

-  But de foot
-  Centre d'activité nautique
-  Centre équestre
-  Dojo
-  Gymnase
-  Hippodrome
-  Mur de tennis
-  Panier de basketball
-  Parcours accrobranche
-  Parcours sport santé
-  Pêche
-  Piscine
-  Piste d'athlétisme
-  Piste bicross
-  Salle de danse
-  Salle de gymnastique
-  Salle de tir à l'arc
-  Salle polyvalente
-  Site d'escalade
-  Skatepark & Pumptrack
-  Structure artificielle d'escalade





-  Surface multisport
-  Tennis de table
-  Terrain de basket-ball
-  Terrain de football
-  Terrain de padel
-  Terrain de pétanque
-  Terrain de tennis
-  Terrain de multisport

**Version interactive** 

[www.4cps.fr/infrastructures](http://www.4cps.fr/infrastructures)

# LES INFRASTRUCTURES SPORTIVES

 La majorité des équipements sportifs du territoire sont accessibles aux personnes en situation de handicap moteur.



## **But de foot**

- > Bernay-Neuvy
- > St-Symphorien
- > Lavardin
- > Ruillé-en-Champ.



## **Gymnase**

- > Conlie
- > Rouez
- > Sillé-le-Guil.



## **Centre d'activité nautique**

- > Sillé-le-Guillaume



## **Hippodrome**

- > Sillé-le-Guillaume



## **Centre équestre**

- > Bernay-Neuvy
- > Ruillé en Ch
- > Mont-St-Jean



## **Mur de tennis**

- > Conlie
- > Tennie



## **Dojo**

- > Sillé-le-Guillaume



## **Panier de basketball**

- > Bernay-Neuvy
- > Crissé
- > La Chap.-St-Fray
- > St-Symphorien



### **Parcours acrobranche**

> Sillé-le-Guillaume



### **Parcours sport santé**

> Conlie  
> Rouez  
> Saint-Rémy  
> Tennie



### **Pêche**

> Bernay-Neuvy  
> Conlie  
> Mont-St-Jean  
> Rouessé-Vassé  
> Rouez  
> Sillé-le-Guil.  
> Tennie  
> Crissé  
> Degré  
> Lavardin  
> Neuvillalais  
> Saint-Rémy



### **Piste d'athlétisme**

> Rouez  
> Sillé-le-Guillaume



### **Piste biross**

> Conlie



### **Salle de danse**

> Sillé-le-Guillaume



### **Salle de gymnastique**

> Conlie



### **Salle tir à l'arc**

> Sillé-le-Guillaume



### **Salle polyvalente**

- > Dans la plupart des salles du territoire, une activité physique est pratiquée.



### **Site d'escalade**

- > Mont-Saint-Jean
- > Sillé-le-Guillaume



### **Skatepark & Pumptrack**

- > Conlie
- > Neuvillalais



### **Structure artificielle d'escalade**

- > Sillé-le-Guillaume



### **Surface de multisport**

- > La quinte



### **Tennis de table**

- > Crissé
- > Saint-Rémy-de-Sillé
- > Sainte-Sabine-sur-Longève



### **Terrain de basket-ball**

- > Conlie
- > Cures
- > Sainte-Sabine-sur-Longève



### **Terrain de football**

- > Conlie
- > Crissé
- > Cures
- > Degré
- > Domfront-en-Champagne
- > La Chapelle-Saint-Fray
- > La Quinte
- > Lavardin
- > Mont-Saint-Jean
- > Parennes
- > Rouessé-Vassé
- > Rouez
- > Sillé-le-Guillaume
- > Tennie



### **Terrain de pétanque**

- > La plupart des communes du territoire dispose d'un terrain de pétanque



### **Terrain de tennis**

- > Conlie
- > Mont-Saint-Jean
- > Parennes
- > Rouessé-Vassé
- > Saint-Rémy-de-Sillé
- > Saint-Symphorien
- > Sillé-le-Guillaume
- > Tennie



### **Terrain multisports**

- > Conlie
- > Degré
- > Domfront-en-Ch.
- > Lavardin
- > Mont-Saint-Jean
- > Neuvillalais
- > Pezé-le-Robert
- > Saint Rémy
- > Ste-Sabine
- > St-Symphorien
- > Sillé-le-Guil.
- > Tennie
- > Rouez

Sources : <https://equipements.sports.gouv.fr/explore/dataset/data-es/table>

### **Infrastructures prochainement disponibles**

- > Bernay-Neuvy-en-Champagne : Terrain multisports (nov. 2024)
- > Mézières-sous-Lavardin : Parcours sport santé (fin 2024)
- > Saint-Rémy-de-Sillé : 2 terrains de Padel (oct. 2024)
- > Sainte-Sabine-sur-Longève : Piste d'athlétisme (fin sept. 2024)



## **Parcours randonnée**

Découvrez la beauté naturelle de la Champagne Conlinoise et du Pays de Sillé à travers nos **nombreux sentiers de randonnée**. Entre forêts verdoyantes et paysages vallonnés, explorez des circuits adaptés à tous les niveaux. Rejoignez les itinéraires emblématiques tels que le GR36 et le GR365 pour une immersion totale dans la nature. **Profitez de parcours balisés, découvrez des points de vue exceptionnels** comme Rochebrune et le Saut du Serf, et suivez les traces des marcheurs historiques sur le Chemin Montois.



 [destinationcoco.com](https://www.destinationcoco.com)

 [officedetourisme@4cps.fr](mailto:officedetourisme@4cps.fr)

 **02.43.20.10.32**

  **Destination Coco**



## **Parcours VTT**

Les passionnés de VTT trouveront leur bonheur en Champagne Conlinoise et au Pays de Sillé. Avec une multitude de circuits balisés, la région offre des parcours pour tous les niveaux. Partez à la découverte des forêts domaniales de Sillé et de la Petite Charnie, ou encore de la forêt de Mézières et du patrimoine historique de la région ! chaque chemin vous promet une expérience unique.

Scannez le QRcode pour retrouver  
tous les circuits de VTT



## Piscine



Découvrez la **piscine de Tennie**, nichée au cœur de la Champagne Conlinoise et du Pays de Sillé ! Ouverte du 1<sup>er</sup> juillet au 31 août. Des cours de natation sont disponibles sur demande au 02 43 20 51 08.

Passez une journée inoubliable en famille ou entre amis, et **explorez les nombreuses activités de la base de loisirs de Tennie** !

- > **Gratuit** : pour les -de 5 ans,
- > **2,50 €** : pour les 6-14 ans,
- > **4 €** : à partir de 15 ans,
- > **25 €** : carte de 8 entrées,
- > **1 €** : accompagnateur.

## Parcours PMR

Le Circuit d'interprétation de la Champagne Conlinoise est un parcours de **1200 mètres situé à Tennie**, conçu pour être **accessible à tous les types de handicaps**. Il comprend des panneaux sonores et pédagogiques adaptés, y compris en braille pour les malvoyants, et des pierres tactiles pour éveiller le toucher. Des tables et bancs adaptés sont disponibles pour les randonneurs. Ce sentier unique en son genre permet de découvrir le patrimoine rural de manière inclusive.



**Circuit labellisé  
"Tourisme & Handicap"**





## LES ASSOCIATIONS SPORTIVES

### **Arts Martiaux**

Club Olympique Rouézien .....	p 27
Judo Club Champagne Conlinoise .....	p 18
Judo Club de Sillé .....	p 18

### **Athlétisme**

Sillé Club d'Athlétisme .....	p 18
-------------------------------	------

### **Badminton**

Badminton Club Silléen .....	p 19
Club Olympique Rouézien .....	p 27

### **Basket**

Club Basket Conlie .....	p 19
Club Olympique Rouézien .....	p 27

### **Boxe**

Club Olympique Rouézien .....	p 27
-------------------------------	------

### **Cyclisme**

Ass. Cyclotourisme et VTT Sillé .....	p 20
Cyclo club de la Vègre .....	p 19
Union Cycliste Sillé .....	p 19
VC Conlie .....	p 20
VTT Sillé .....	p 20

### **Danse**

Chahut danse .....	p 20
Club Olympique Rouézien .....	p 27
Retraite Sportive du pays Silléen .....	p 26

### **Équitation**

Bernay équitation .....	p 21
-------------------------	------

### **Football**

AS Cures .....	p 28
AS Mont-Saint-Jean .....	p 28
Club Olympique Rouézien .....	p 27
Club Rouez Crissé .....	p 28
FC Pays de Sillé .....	p 28
Sporting Club Trangé Chaufour Degré .....	p 29
US Conlie- Domfront .....	p 29
US Coulans-La Quinte .....	p 29
USTSS .....	p 29

### **Gymnastique**

Ass. Sportive Saint Symphorien .....	p 21
Club Olympique Rouézien .....	p 27
Familles Rurales de Conlie .....	p 25
Familles Rurales de Rouez .....	p 25
Familles Rurales de Tennie .....	p 25
Génération Mouvement Domfront .....	p 26
Gymnastique Degré .....	p 21
Gymnastique Volontaire Conlie .....	p 21
Retraite Sportive du pays Silléen .....	p 26
Sport Attitude en Pays de Sillé .....	p 21

### **Handball**

Handball Club du Pays de Sillé .....	p 22
--------------------------------------	------

## **Hockey**

Club Olympique Rouézien..... p 27

## **Lutte**

Club Olympique Rouézien..... p 27

## **Pétanque**

Club Olympique Rouézien..... p 27

Génération Mouvement Tennie \_\_\_\_ p 26

Passion pétanque Conlie..... p 22

Retraite Sportive du pays Silléen \_\_\_\_ p 26

## **Pilates**

Club Olympique Rouézien..... p 27

Familles Rurales de Conlie..... p 25

Génération Mouvement Domfront \_\_\_\_ p 26

Gymnastique Volontaire Conlie..... p 21

Vitalité et sérénité 72..... p 26

## **Randonnée**

Degré Rando Nature..... p 22

Familles Rurales de Rouez..... p 25

Génération Mouvement Tennie \_\_\_\_ p 26

Génération Mouvement Domfront \_\_\_\_ p 26

Génération Mouvement Interclubs \_\_\_\_ p 26

Rando. pédestre du pays de Sillé \_\_\_\_ p 22

Retraite Sportive du pays Silléen..... p 26

## **Rugby**

Club Olympique Rouézien..... p 27

## **Tennis**

Retraite Sportive du pays Silléen \_\_\_\_ p 26

Tennis Club Sillé Conlie..... p 23

## **Tennis de table**

ASCA Lavardin..... p 23

Degré Jeunesse et Sport..... p 23

Tennis de table Club du Pays de Sillé \_\_\_\_ p 23

## **Tir à l'arc**

Les Archers de Sillé..... p 24

Retraite Sportive du pays Silléen \_\_\_\_ p 26

## **Twirling**

Twirling Bâton de la Champagne

Conlinoise et du Pays de Sillé \_\_\_\_ p 24

## **Voile**

Cercle de Voile de Sillé Plage \_\_\_\_ p 24

## **Yoga**

Association conlinoise de Hatha Yoga p 25

Club Olympique Rouézien..... p 27

Familles Rurales de Tennie..... p 25

Génération Mouvement Domfront \_\_\_\_ p 26

Génération Mouvement Interclubs \_\_\_\_ p 26

Les amis du yoga..... p 25

Vitalité et sérénité 72..... p 26

## **Multisports**

Club Olympique Rouézien..... p 27

Familles Rurales de Conlie..... p 25

Familles Rurales de Rouez..... p 25

Familles Rurales de Tennie..... p 25

Génération Mouvement Domfront \_\_\_\_ p 26

Génération Mouvement Interclubs \_\_\_\_ p 26

Retraite Sportive du pays Silléen \_\_\_\_ p 26



Déficiência  
Visuelle



Handicap  
Mental



Déficiência  
Auditive



Handicap  
Moteur

## ARTS MARTIAUX



### Judo Club de Sillé-le-Guillaume

 Dojo, Centre sportif Ernest Chevreuil  
72140 Sillé-le-Guillaume

 06.72.69.27.22

 judoclubsilleleguillaume@gmail.com



**À partir de 4 ans**

Judo, jujitsu et disciplines associées,  
Taïso



### Judo Club de la Champagne Conlinoise

 Salle de Gym  
72240 Conlie

 07.82.35.42.22

 judoccc72@gmail.com



<https://sites.google.com/site/judoclubconlie>



**À partir de 3 ans**

Judo, jujitsu et disciplines associées,  
Taïso et Self-défense



## ATHLÉTISME

### Sillé Club d'Athlétisme

 Salle la Métallerie ; plateau sportif Paul Scarron  
72140 Sillé-le-Guillaume

 06.21.59.01.75

 comejoel@orange.fr

 <https://silleclubathletisme.e-monsite.com> 



**À partir de 6/7 ans**

Athlétisme, Course à pied



## BADMINTON

### Badminton Club Silléen

📍 Salle A, Centre Sportif Ernest Chevreuil  
72140 Sillé-le-Guillaume

✉️ badcs72@gmail.com

🌐 <http://bcs72.free.fr> 

📄 À partir de 12 ans



## BASKETBALL

### Conlie Basket Club

📍 Gymnase Joel le Theule  
72240 Conlie

✉️ secretariat@conliebasketclub.fr

🌐 <https://conliebasketclub.fr>  

📄 À partir de 5 ans



## CYCLISME



### Cyclo Club de la Végère

📍 Au départ de la salle du Temps Libre  
72240 Tennie

☎️ 05.75.83.53.11

✉️ rosignol-christine@bbox.fr

🌐 [ccvtennie.wordpress.com](http://ccvtennie.wordpress.com)

📄 À partir de 18 ans

### Union Cycliste Sillé

📍 En extérieur et championnat sur route FSGT  
72140 Sillé-le-Guillaume

☎️ 06.24.29.54.90

✉️ ucs1.guillaume@gmail.com 

📄 À partir de 15 ans

## **VC Conlie**

📍 Sur Route / Terrain de BMX de Conlie  
72240 **Conlie**

☎ 06.27.81.67.02

✉ vcconlie72@gmail.com

🌐 <https://vcconlie.wixsite.com/vcconlie>



📄 **À tout âge**

## **Association Cyclotourisme et VTT**

📍 pratique extérieure  
72140 **Sillé-le-Guillaume**

☎ 06.67.44.36.38

✉ launay.sille@gmail.com

📄 **À partir de 9 ans**

## **Sillé VTT Sport**

📍 Sillé-le-Guillaume en majorité, les lieux d'entraînement peuvent varier en fonction de la discipline travaillée  
72140 **Sillé-le-Guillaume**

☎ 06.85.05.52.83

✉ sillevttsport@gmail.com  

📄 **À partir de 5 ans**

Cyclisme, VTT (*3 disciplines: cross country, trial et descente*)



## **DANSE**

### **Chahut Danse**

📍 Salle Jean Louis Fontaine, Espace Éole  
72240 **Conlie**

✉ chahutdanse@yahoo.fr 

📄 **À partir de 5 ans**

Modern jazz, Street jazz



## ÉQUITATION

### Bernay Équitation 72

 72240 Bernay-Neuvy-en-Champagne

 06.74.26.81.96

 michel.leplu@orange.fr  

 **À tout âge**

Concours de Trec Equitation  
et Stage Dressage CSO



## GYMNASTIQUE



### Association Sportive Saint-Symphorien

 Salle de l'Entracte  
72240 Saint-Symphorien

 rouault.famille@wanadoo.fr

 **À partir de 20 ans**

### Gymnastique Degré

 Salle polyvalente  
72550 Degré

 06.43.72.90.52

 chantal.bellanger3@orange.fr

 **Séniors - Adultes**

### Sport Attitude en Pays de Sillé

 Dojo, Centre sportif Ernest Chevreuil  
72140 Sillé-le-Guillaume

 06.83.73.11.34

 sportattitudeenpaysdesille@gmail.com

 <https://sportattitudeenpaysdesille.com>

[jimdo.free.com](https://jimdo.free.com) 

 **À partir de 17 ans**



### Gymnastique Volontaire Conlie

 Salle de gym  
72240 Conlie

 06.01.82.71.41 / 06.52.52.95.65

 gymvolontaire-072014@epgv.fr

 [gymvolontaireconlie.free.fr](https://gymvolontaireconlie.free.fr)

 **À partir de 16 ans**

Gymnastique, Pilates, renforcement musculaire



## HANDBALL

### Handball Club du Pays de Sillé

-  Centre sportif Ernest Chevreuil  
72140 **Sillé-le-Guillaume**
-  6272017@FFhandball.net
-  <https://handball-club-du-pays-de-sille.pepsup.com>
-  
-  **À partir de 6 ans**



## PÉTANQUE

### Passion Pétanque Conlinoise

-  Boulodrome - Rue de Gaucher  
72240 **Conlie**
-  06.01.47.47.21
-  [petanqueconlinoise@outlook.fr](mailto:petanqueconlinoise@outlook.fr) 
-  **Tout public**
-   



## RANDONNÉE



### Degré Rando Nature

-  Chemins de randonnée  
(principalement en Sarthe)  
72550 **Degré**
-  06.81.83.16.54
-  [jo.vallee72@gmail.com](mailto:jo.vallee72@gmail.com)
-  [degrerandonature.free.fr](http://degrerandonature.free.fr)
-  **Tout âge**

### Randonneurs pédestres du pays de Sillé

-  Chemins de randonnées du territoire  
et ses environs - 72240 **Sillé-le-Guillaume**
-  06.89.98.97.52
-  [randonneurs@rando-pays-sille.fr](mailto:randonneurs@rando-pays-sille.fr)
-  <https://www.rando-pays-sille.fr>
-  **À partir de 18 ans, mineurs accompagnés**

## TENNIS

### **T.C.S.C. (Tennis Club de SILLÉ-CONLIE)**

📍 Centre Sportif de la Métallerie - 72140 Sillé  
Gymnase Joël Le Theule - 72240 Conlie

✉️ tcsc72@gmail.com

🌐 <https://tcsc72.wixsite.com/tcsc72>   

📄 **À partir de 3 ans**



## TENNIS DE TABLE

### **ASCA Lavardin Tennis de table**

📍 Salle polyvalente - 72240 Lavardin  
Gymnase Raoul Rousselière  
72650 La Chapelle St Aubin

☎️ 06.67.05.90.54

✉️ educateur.ascalavardin@gmail.com

🌐 <https://www.asca-lavardintt.com>



📄 **Tous les âges : de baby à vétéran**



### **Degré Jeunesse et Sport**

📍 Salle polyvalente, Route du Mans  
72550 Degré

☎️ 06.80.05.96.48

✉️ djs.degre@sfr.fr

📄 **À partir de 10 ans**

### **Tennis de Table Club du Pays de Sillé**

📍 Salle B, centre sportif Ernest Chevreuil  
72140 Sillé-le-Guillaume

☎️ 06.70.42.79.05

✉️ ttcsille@ttcsille.fr

🌐 <https://ttcsille.fr> 

📄 **De 8 à 16 ans**



## TIR À L'ARC

### Les archers de Sillé

-  Centre Sportif de la Métallerie  
72140 Sillé-le-Guillaume
-  06.81.80.61.21
-  lesarchersdesille@gmail.com 
-  **À partir de 7 ans**
- 



## TWIRLING BATON

### Twirling Bâton de la Champagne Conlinoise et du Pays de Sillé

-  Gymnase Joël Le Theule - 72240 Conlie  
Centre sportif Ernest Chevreuil  
72140 Sillé-le-Guillaume
-  06.77.78.12.52
-  twirlingtbccps@gmail.com
-  <https://view.genial.ly/6362d17d32140e001836c00f/presentation-le-tbccps>  
-  **À partir de 5 ans (6 ans dans la saison)**  
Danse, Gymnastique, Twirling



## VOILE

### Cercle de Voile de Sillé Plage

-  Lac de Sillé  
72140 Sillé-le-Guillaume
-  06.08.10.29.90
-  contact.cvs72@gmail.com
-  [www.centre-sille-sportsnature.fr](http://www.centre-sille-sportsnature.fr)  
-  **À partir de 9 ans**  
Dériveur, Catamaran, Paddle, Planche à voile



## YOGA



### Les Amis du Yoga

-  Studio 18  
72140 Sillé-le-Guillaume
-  07.89.66.19.48
-  pascal.fouquet53@orange.fr
-  À partir de 16 ans

### Association Conlinoise de Hatha Yoga

-  Salle de Gym, Espace Eole  
72240 Conlie
-  06.30.68.51.14
-  achy.association@gmail.com
-  À partir de 18 ans

## MULTISPORT

### Familles Rurales de Conlie

-  Salle des fêtes, Espace Eole  
72240 Conlie
-  06.11.59.68.20
-  annickchevallier@orange.fr
-  Gymnastique **séniors**  
Pilates à partir de 16 ans

### Familles Rurales de Tennie

-  Salle du Temps Libre  
72240 Tennie
-  06.88.29.68.38
-  famillesruralestennie@gmail.com
-  <https://www.famillesrurales.org/tennie> 
-  À partir de 18 ans  
Gymnastique, Yoga



### Familles Rurales de Rouez

-  Salle polyvalente - 72140 Rouez  
Forêt de Sillé - 72140 Sillé-le-Guillaume
-  06.32.65.98.63
-  famillesruralesrouez@laposte.net 
-  À partir de 16 ans  
Gymnastique, Marche nordique





## **Génération Mouvement** **Domfront en champagne**

-  Espace Domfront  
72240 Domfront-en-Champagne
-  06.43.25.42.22
-  danielmussard72@gmail.com
-  **À partir de 18 ans**  
Pilates, Yoga, marche rando & gym
- 

## **Génération Mouvement Tennis**

-  Salle du Temps Libre  
72240 Tennie
-  generationsmouvementtennie@gmail.com
-  marche, pétanque

## **Génération Mouvement Interclub** **Champagne Conlinoise**

-  Salle de Gym  
72240 Conlie
-  06.60.11.57.63
-  gemouvconlie@gmail.com
-  <https://www.generations-mouvement-conlie-gmicc.fr> 
-  **À partir de 60 ans**  
Randonnée pedestre, Yoga

## **Retraite Sportive du Pays Silléen**

-  Studio 18, Centre Sportif Ernest Chevreuil,  
Centre Sportif de la Metallerie, Stade  
Martin Parayre  
72140 Sillé-le-Guillaume
-  06.33.26.64.40
-  retraite.sportive.sille.72@gmail.com
-  **À partir de 50 ans**  
Danse, Gymnastique, Randonné pedestre,  
Sport de boule, Tir à l'arc, Tennis, SMS  
(*Section Multi activités Séniors*),  
Sarbacane, Marche Balade, Marche  
Nordique, Danse en Ligne
-   

## **Vitalité Sérénité 72**

-  Salle polyvalente  
72240 Mézières-sous-Lavardin
-  vitalite.serenite.72@gmail.com
-  <https://vitaliteserenite72.wixsite.com/infos/blank-1>
-  Yoga, Pilates



## **Club Olympique Rouézien**

 Gymnase de Rouez  
72140 Rouez

 02.43.20.33.91

 secretariat.cor72140@gmail.com

 [https://c\\_o\\_rouezien.sportsregions.fr](https://c_o_rouezien.sportsregions.fr) 

 **À partir de 3 ans**

Athlétisme, Badminton, Basketball, Boxe, Danse, Football, Gymnastique, Handball, Hockey, Judo, jujitsu et disciplines associées, Lutte, Musculation, Pilates, Rugby, Sport de boule, Tir à l'arc, Tennis de table, Tennis, Twirling, Volleyball, Yoga, Club Omnisport, Initiation enfant, Modern jazz, Zumba





## FOOTBALL

### AS Mont-Saint-Jean

 Stade de Mont-Saint-Jean,  
Route de st Germain  
72140 **Mont-Saint-Jean**

 06.63.49.52.22

 548584@lfpl.fr

 **À partir de 16 ans**



### FC Pays de Sillé

 Stade Martin Parayre  
72140 **Sillé-le-Guillaume**  
Stade de la Terre Rouge  
72140 **Rouessé-Vassé**

 06.83.38.91.08 / 06.87.01.20.33

 2018fcps@gmail.com 

 **À partir de 6 ans**



### Association Sportive de Cures

 Stade de Cures  
72240 **Cures**

 06.98.88.60.81

 ascures72@gmail.com 

 **À partir de 18 ans**



### FC Rouez Crissé (FCRC)

 Stade - 72140 **Rouez**  
Stade - 72140 **Crissé**

 FcRouez crisse72@gmail.com 

 **À partir de 18 ans**

## **Sporting Club**

### **Trangé Chaufour Degré**

 Stade - 72550 Degré  
Stade - 72550 Chaufour-Notre-Dame  
Stade - 72360 Trangé

 sporting.club.tcd@gmail.com  

 À partir de 4 ans

## **US Conlie-Domfront Football**

 Stade municipal  
72240 Conlie

 07.77.99.17.60

 christophe.pean59@sfr.fr 

 À partir de 6 ans



## **US Coulans-La Quinte**

 Stade, 1 rue des sports  
72550 Coulans-sur-gée  
Stade, 18 route des grands bois  
72550 La Quinte

 06.73.75.05.46

 uscoulanslaquinte@gmail.com

 <https://uscoulans-laquinte.footeo.com>



 À partir de 4 ans  
Football, Fitfoot

## **USTSS**

 Stade Roger Plumas  
72240 Tennie

 savigne.deborah@orange.fr 

 À partir de 18 ans



## **VILLES SPORTIVES**

Le label «Ville Sportive» récompense les communes pour leurs efforts en matière de promotion du sport. Les critères incluent l'accessibilité du sport pour tous, la qualité des infrastructures, le dynamisme associatif, l'organisation d'événements sportifs et une politique communale sportive structurée. Ce label valorise les initiatives visant à favoriser la pratique sportive et à améliorer les équipements. Les villes labellisées bénéficient d'une reconnaissance régionale.

### **Rouez**



### **Sillé-le-Guillaume**



## LES CHIFFRES CLÉS

---

+ de **259**

Infrastructures sportives



+ de **3540**

Adhérents au sein d'une association sportive



+ de **50**

Associations sportives



+ de **59**

Chemins balisés de randonnée



+ de **536**

kms de circuits de randonnée



+ de **92**

kms de circuits de VTT





## LES AIDES À LA PRATIQUE SPORTIVE

### Pass'Sport

Allocation de rentrée sportive de 50€ par jeune (entre 6 et 18 ans) pour financer tout ou partie de son inscription au sein d'un club sportif. Dispositif de retour au 1<sup>er</sup> juin et disponible jusqu'au 31 décembre 2024.

Plus d'infos

<https://vu.fr/guDQt>

### Coupon sport

Chèque facilitant l'accès à la pratique sportive au sein des associations et clubs sportifs conventionnés par l'ANCV, réglant les dépenses liées à cette dernière (achat d'une licence, adhésion, cours ou stage de sport). Ce chèque nominatif existe en coupons de 10, 15 ou 20 euros cumulables.

Plus d'infos

<https://vu.fr/sUQtT>

### Chèque Up Sport & Loisir

Avantage sur des activités sportives, de loisirs au quotidien et de détente, sans obligation d'abonnement, **proposés à tous les salariés des entreprises partenaires.**

Plus d'infos

<https://vu.fr/OveM>

### Coupon découverte sport & handicap

Les personnes en situation de handicap, ayant un taux d'incapacité d'au moins 50% et reconnu par la MDPH (Maison Départementale pour Personne Handicapée) peuvent bénéficier d'une aide de 60€ pour financer tout ou partie d'une licence au sein d'un club sportif.

Plus d'infos

<https://vu.fr/QRyYn>

### Caisse d'Allocations Familiales

Une aide peut vous être versée dans la limite des frais réellement engagés. Elle est déterminée en fonction de votre quotient familial.





## LES ÉVÈNEMENTS LIÉS AU SPORT

### Les expositions

Les Jeux Olympiques et Paralympiques se vivent aussi grâce à une exposition mise à disposition par le Conseil départemental de la Sarthe qui sera installée à la **Maison du Tourisme de la 4CPS du lundi 02 au vendredi 27 septembre** (sauf les samedis & dimanches).

### Les Forums

Les forums des associations, organisés début septembre, permettent de **faire connaître les associations et leurs activités** ainsi que d'effectuer les inscriptions pour la **saison 2024-2025**. Venez découvrir et vous inscrire pour de nouvelles activités (sports, loisirs, etc.) !



Salle des fêtes  
72240 Conlie



**Vendredi 06 septembre 2024**  
de 17h à 19h



place de la République  
72240 Sillé-le-Guillaume



**Samedi 07 septembre 2024**  
de 14h à 17h

### La Caravane des JO

En parallèle des Jeux olympiques, une **Caravane** créée par le Département, viendra sur le territoire le **samedi 14 septembre** pour une grande fête du sport. La Caravane est la promesse d'un moment convivial pour **découvrir des disciplines olympiques !**  
**Gratuite et ouverte à tous** quel que soit le niveau,

### La 4CPS sur les réseaux sociaux

La 4CPS a fait le choix d'intégrer les réseaux sociaux avec des informations adaptées pour que chacun puisse se connecter et échanger avec la Communauté de communes selon ses centres d'intérêt.



Plus d'informations : [www.4cps.fr](http://www.4cps.fr)

