

Septembre 2024

# Guide des sports

Du sport, du baby sport,  
du Sport-Santé...  
Tous les contacts utiles !





## **Cenon, terre de sports, terre de champions**

En 2024, nous avons accueilli à Cenon le Relais de la flamme olympique, un événement historique qui a rassemblé petits et grands autour des valeurs du sport. Notre ville est une terre de sport, riche d'une quarantaine de disciplines et forte de plus de 3 000 adhérents. Cenon a su cultiver une longue tradition de champions, tout en restant fidèle à sa vocation d'offrir une pratique sportive accessible à tous.

Ce guide vous permettra de découvrir toute la richesse de l'offre cenonnaise. Que vous soyez à la recherche d'une activité pour vous-même ou pour vos enfants, que vous soyez débutant ou confirmé, quel que soit votre âge et vos conditions physiques, vous y trouverez toutes les informations nécessaires pour choisir une activité adaptée à vos besoins.

Pour faciliter l'accès au sport, le dispositif CESAM Sport offre 30 euros de réduction sur l'inscription à un club local pour les Cenonnais de 4 à 18 ans. Cette aide est cumulable avec d'autres dispositifs.

Tout au long de l'année, l'éducation par le sport est au cœur de notre action, avec des programmes comme le « Savoir Nager » et le « Savoir Rouler à vélo » pour les plus jeunes des écoles cenonnaises.

Pour les adultes et les séniors, notre antenne de la Maison Sport-Santé permet, sur critères, d'être pris en charge et accompagné par des professionnels de la santé et du sport, afin de suivre un programme personnalisé susceptible de vous inscrire dans une pratique d'activité physique et sportive durable.

Nous sommes particulièrement fiers de nos actions en faveur de l'inclusion. En effet, de nombreuses sections de l'US Cenon sont labellisées « Valides-Handicapés », témoignant de notre volonté de promouvoir une pratique sportive partagée. Le complexe aquatique Elodie Lorandi illustre également parfaitement cette ambition. En 2024, il a été labellisé « Tourisme & Handicap » pour ses équipements adaptés et accessibles aux différents types de handicaps.

Enfin, nous continuons d'investir dans nos infrastructures sportives. L'aménagement de l'Estacade, prévu pour 2025, offrira de nouveaux espaces dédiés aux pratiques urbaines.

Le sport à Cenon, c'est la mixité, l'insertion sociale, l'inclusivité et le respect !

**Jean-François Egron**  
Maire de Cenon

**Patrice Buquet**  
Adjoint aux sports



# Sommaire

---

- Associations sportives p.6
- Baby sport 3-5 ans p.12
- Sport et handicap p.14
- Sport-Santé p.15
- Sport sur ordonnance p.15
- Carte des équipements sportifs p.16
- Complexe aqualudique E. Lorandi p.18



Grâce à ce symbole, retrouvez dans ce guide les différentes structures et associations proposant des activités Sport-Santé.

# Associations sportives

A-D



---

- **Aïkido US Cenon**

*dès 6 ans*

Complexe sportif multi-activités  
de La Morlette

aikido.cenon@gmail.com

T. 06 59 96 45 20

---

- **Athlétisme US Cenon**

*dès 3 ans*

Stade Henri Danflous

cenonathle@gmail.com

T. 06 68 48 40 08

---



---

- **Badminton US Cenon**

*adultes*

Gymnase Jean Zay

badminton@uscenon.fr

---

- **Basketball US Cenon**

*dès 7 ans*

Gymnases La Marègue et Jean Zay

uscenonbasket33150@gmail.com

T. 06 27 36 77 01

---



---

- **Boxe anglaise US Cenon**

*dès 8 ans*

Stade Joseph Labat

nemracenon@gmail.com

T. 05 56 32 91 10

aux heures d'entraînement

---

- **Colombophilie US Cenon**

T. 06 82 04 00 83

---

- **Cyclisme cyclo club**

## Cenon

### *adultes confirmés*

Sorties bi-hebdomadaires  
dans l'Entre-Deux-Mers  
christian.salomon33@orange.fr  
T. 06 20 10 06 72

---

- **Course d'orientation**

## US Cenon

### *dès 8 ans*

Parc Palmer  
uscenon.co@gmail.com  
T. 06 78 20 64 49

---

- **Danse d'Afrique de l'ouest** \*

## dès 7 ans

### *Par Yobalemafane*

ocac@culture-cenon.fr  
yobalemafane@gmail.com  
T. 05 56 86 38 43



- **Danse des Balkans** \*

### *Par Balknika*

Complexe sportif multi-activités  
de La Morlette  
lejard.patrice@neuf.fr  
T. 06 03 27 29 66



- **Danse classique** \*

Complexe sportif multi-activités  
de La Morlette  
anniehall@cegetel.net  
T. 06 09 34 14 37



- **Danse contemporaine** \*

### *dès 4 ans*

### *Par Mouvements vivants*

Complexe sportif multi-activités  
de La Morlette  
contact@yogadanse.fr  
T. 06 67 49 72 35

---

- **Danse hip-hop** \*

### *dès 6 ans*

### *Par les Associés Crew*

Complexe sportif multi-activités  
de La Morlette  
bureaulesas@gmail.com  
courshipoplesas@gmail.com  
T. 06 73 90 54 12

---

- **Danse modern-jazz** \*

### *dès 4 ans*

### *Par Jazz Evolution*

Complexe sportif multi-activités  
de La Morlette et gymnase La Marègue,  
salle de danse Cazou  
jazzevolution33@yahoo.com  
T. 06 17 59 46 34



- **Danse orientale** \*

### *Par Bellydance Team*

Complexe sportif multi-activités  
de La Morlette  
bellydanceteamassocenon@gmail.com  
T. 07 82 82 57 78

---

- **Danse salsa-bachata** \*

### *dès 17 ans*

### *Par Republica Latina*

Complexe sportif multi-activités  
de La Morlette, salle de danse Cazou  
republicalatin@gmail.com  
T. 06 78 18 72 50

\* Les clubs de danse ne sont pas concernés par l'aide CESAM Sport.

---

- **Danses traditionnelles** \*

*Par l'association pour la pratique instrumentale (APPI)*

Complexe sportif multi-activités  
de La Morlette  
appi@outlook.fr  
T. 06 84 53 08 05



---

- **Dream family** \*

dreamfamily33@gmail.com  
T. 06 52 62 98 96

\* **Les clubs de danse ne sont pas concernés par l'aide CESAM Sport.**



**F-H**

---

- **Football US Cenon**

**dès 6 ans**

Stade du Loret  
511449@lfna.fr  
T. 06 33 33 42 71

---

- **Football américain devils Cenon**

**dès 10 ans**

Terrain annexe rugby Palmer  
renseignements@devilscenon.fr  
T. 06 35 47 13 22

---

- **Kickboxing fighting club Cenon**

**dès 6 ans**

Stade Joseph Labat  
zoallir@hotmail.fr  
T. 06 65 67 74 77

---

- **Gymnastique sportive US Cenon**

**dès 3 ans**

Salle Léo Lagrange  
bureauucenongym@gmail.com  
T. 06 31 64 19 94



• **Gym vivre en forme  
US Cenon**

Maison des sports, gymnases La Marègue et Jean Zay  
contact@vivreenforme33.fr  
T. 06 71 89 78 70



• **Gym volontaire  
US Cenon**

Salle annexe La Marègue  
danielle.mallebeau@gmail.com  
T. 06 75 94 11 47



• **Gym club soleil  
automne  
seniors**

Maison des sports  
georgettecouderc45@gmail.com  
T. 06 50 36 08 35



• **Handball CM  
Floirac Cenon  
dès 3 ans**

Complexe sportif multi-activités  
de La Morlette  
cmfchb@gmail.com  
T. 06 42 77 66 12

• **Judo US Cenon**

*dès 4 ans*

Complexe sportif multi-activités  
de La Morlette  
judo@uscenon.fr  
T. 05 56 86 81 56 (pendant les heures  
des cours)



• **Karaté US Cenon**

*dès 7 ans*

Salle de karaté de la Maison des Sports  
lescal@wanadoo.fr  
T. 06 82 39 58 46



• **Lutte US Cenon**

*dès 5 ans*

Salle de lutte de la Maison des Sports  
lutte.cenon@gmail.com  
T. 06 12 16 00 04



• **Multisports US Cenon**

*éveil (6/9 ans) et adultes*

uscenon.fr  
T. 05 56 40 16 53



• **Musculation ASFAM**

Stade Joseph Labat  
zoallir@hotmail.fr  
T. 06 65 67 74 77

• **Natation US Cenon**

*dès 8 ans*

Complexe aquatique Elodie Lorandi  
natation@uscenon.fr  
T. 07 83 95 46 70

## P-R

---

- **Plongée subaquatique US Cenon**

*dès 11 ans*

Complexe aqualudique Elodie Lorandi  
cenonplongee@gmail.com  
T. 06 62 45 47 27

---

- **Pétanque Cenon Collines**

Boulodrome Duvin  
cenoncollines.petanque@sfr.fr  
T. 06 10 07 03 07

---

- **Qi Gong**

*adultes*

*Par Sport évolution arts énergétiques*

Salle de karaté de la Maison des Sports  
domqigong33@gmail.com  
T. 06 80 02 73 98

---



- **Randonnée US Cenon**

randonnee-pedestre@uscenon.fr  
T. 05 56 40 16 53

---



- **Rugby CA Lormont Hauts de Garonne**

*dès 3 ans*

Stade Sayo, 13 rue Saint Cricq, à Lormont  
secretariat@calormontrugby.fr  
T. 06 47 67 71 18

---

- **Rugby Vivre en mêlée loisirs**

Terrain de rugby annexe Palmer  
vivreenmelee@gmail.com  
T. 06 68 42 04 12

## S-Z

---

- **Tennis US Cenon**

*dès 5 ans*

Complexe de tennis Francis Lafuente  
tenniscenon@gmail.com  
T. 05 56 86 30 20

---

- **Tennis de table**

**US Cenon**

*dès 7 ans*

Stade Léo Lagrange  
cenontennisdetable@gmail.com  
T. 06 61 77 13 97

---

- **Tennis fête le mur**

*dès 6 ans*

Gymnase Jean Jaures  
bordeaux.ga@fetelemur.com  
T. 06 77 15 11 74

---

- **Triathlon US Cenon**

*dès 12 ans*

Complexe aqualudique Elodie Lorandi  
Stade athlétisme Danflous de Palmer  
uscenontriathlon@gmail.com  
T. 06 77 15 11 74

---

- **Twirling US Cenon**

*dès 6 ans*

Complexe sportif multi-activités  
de La Morlette  
twirling.uscenon@gmail.com  
T. 06 68 44 05 09

---

- **Twirling bâton Cenon**  
**danse**

*dès 5 ans*

Gymnase Jean Zay

cenontwirlingdanse@gmail.com

T. 06 26 79 03 59

---

- **Vélo-cité**

*dès 3 ans*

Vélo-école

veloecole@velo-cite.org

T. 05 56 81 63 89

---

- **Yoga hatha**

*Par Yoga Hatha Art et Partage*

Salles Maison des sports et  
complexe sportif multi-activités  
de La Morlette

m.croquison@orange.fr

T. 06 08 90 10 81



# Baby sport 3-5 ans

---

## • Athlétisme

dès 4 ans

*US Cenon Athlétisme*

Stade Henri Danflous  
samedi 10h et mercredi 14h \*

Avec 3 éducateurs qui encadrent cette nouvelle activité, l'US Cenon Athlétisme développe le baby athlé.

Les enfants y apprendront l'équilibre et la coordination tout en s'initiant aux gestes fondamentaux, avec évaluations de leurs progrès.

[cenonathle@gmail.com](mailto:cenonathle@gmail.com)

[uscenon.fr](http://uscenon.fr)

T. 06 68 48 40 08

---

## • Gymnastique

dès 3 ans

*US Cenon Gymnastique Sportive*

Stade Léo Lagrange -  
samedi 11h ou 13h \*

Par des parcours sécurisés, l'idée de la baby gym est de développer l'agilité et l'habileté des enfants à se déplacer.

[uscenon.fr](http://uscenon.fr)

T. 06 31 64 19 94

---

## • Handball

dès 3 ans

*CMFC Handball*

Gymnase Ralite de Floirac - samedi 10h \*

Le baby hand est vecteur de socialisation, de coopération et d'adaptation. C'est un sport adapté dès l'âge des découvertes et des premiers apprentissages.

[cmfchb@gmail.com](mailto:cmfchb@gmail.com)

T. 06 42 77 66 12

---

## • Judo

dès 4 ans

*US Cenon Judo*

Complexe sportif multi-activités \*  
de la Morlette - mercredi 13h45 ou 14h30  
et le samedi 9h30 ou 10h15\*

Au judo, on ne peut pas progresser sans partenaire, on y développe la motricité et le sens social. Le kimono est le même pour tous sauf la couleur de la ceinture !

[judo@uscenon.fr](mailto:judo@uscenon.fr)

[uscenon.fr](http://uscenon.fr)

T. 05 56 86 81 56 (pendant les heures des cours)

---

## • Lutte

dès 5 ans

*US Cenon Lutte*

Maison des sports - lundi 18h \*

Les jeux de lutte permettent aux plus jeunes d'intégrer les fondamentaux, le tout en s'amusant.

[lutte.cenon@gmail.com](mailto:lutte.cenon@gmail.com)

[uscenon.fr](http://uscenon.fr)

T. 05 56 86 81 56 (pendant les heures des cours)

---

\* Horaires et jours susceptibles d'être modifiés par le club.

---

- **Rugby**

*dès 3 ans*

*CA Lormont HG*

Maison du rugby à Lormont - samedi 10h  
ou mercredi 14h \*

Le baby rugby est une activité qui se veut avant tout ludique et qui, au travers de l'apprentissage du rugby, développe chez les petits des compétences motrices, sociales et affectives.

[secretariat@calormontrugby.fr](mailto:secretariat@calormontrugby.fr)

T. 06 82 92 18 25

---

- **Tennis**

*dès 5 ans*

*US Cenon Tennis*

Complexe de tennis Francis Lafuente  
mercredi 14h30 ou samedi 11h15 \*

Le baby tennis permet de développer chez l'enfant le déplacement dans l'espace ainsi que de former l'oeil à la balle. Le matériel est adapté à la taille (raquette, balle en mousse...).

[tenniscenon@wanadoo.fr](mailto:tenniscenon@wanadoo.fr)

[uscenon.fr](http://uscenon.fr)

T. 05 56 86 30 20

---

- **Twirling bâton**

**Cenon danse**

*dès 5 ans*

Gymnase Jean Zay

[cenontwirlingdanse@gmail.com](mailto:cenontwirlingdanse@gmail.com)

T. 06 36 79 03 59

---

\* Horaires et jours susceptibles d'être modifiés par le club.



# Sport et handicap

## • Les sections de l'US Cenon labellisées

### Athlétisme

labellisée Handisports et Valides-Handicapés pour une pratique partagée

### Course d'orientation

labellisée Valides-Handicapés

### Gymnastique sportive

labellisée Valides-Handicapés

### Karaté

labellisée Handisports, sport adapté et Valides-Handicapés

### Lutte

labellisée Handisports, sport adapté et Valides-Handicapés

### Tennis de table

labellisée sport adapté et Valides-Handicapés

### Twirling bâton

labellisée Valides-Handicapés

## • Les Dragons EDEA

Cette association développe les actions suivantes :

- la promotion des pratiques sportives comme moyen d'épanouissement et de socialisation,
- la promotion de l'accessibilité pour les personnes en situation de handicap mental et/ou psychique.

4 côte de l'Empereur 33150 Cenon  
T. 06 88 71 51 77  
sport.loisir@edea-asso.fr

**Le label Valides-Handicapés** garantit l'accueil des personnes en situation de handicap, désirant pratiquer une activité physique et sportive ou de compétition. Il identifie l'accessibilité des lieux (équipements adaptés, projet d'accueil de l'association), la qualité de l'encadrement (adapté et qualifié) pour les principales déficiences (motrice, visuelle, auditive, mentale).

**Le label Handisport** valorise les clubs et sections et récompense la qualité de leur activité, encadrement, conditions de pratiques, services aux licenciés, matériel...

# Sport-Santé

La Maison des sports de Palmer est une antenne de la Maison Sport-Santé de Bordeaux Métropole.

- La pratique d'un sport, même à intensité modérée, permet de prévenir les risques liés à la sédentarité mais aussi de lutter contre de nombreuses pathologies chroniques (obésité, hypertension artérielle) et des affections de longue durée (cancers, maladies cardiovasculaires, diabète...).

- La Maison Sport-Santé est ouverte à tous :

- > personne souhaitant débiter ou reprendre une activité physique,

- > personne atteinte d'une maladie chronique ou d'une affection de longue durée (ALD),

- > personne sédentaire ou éloignée de la pratique sportive,

- > personne en situation de perte d'autonomie.



Grâce à ce symbole, retrouvez dans ce guide les différentes structures et associations proposant des activités Sport-Santé.

## Contact Maison Sport-Santé

Ville de Cenon - direction des sports  
3 rue Aristide Briand  
direction.sports@cenon.fr  
T. 05 57 77 35 70



# Sport sur ordonnance

- Dans le cadre d'un parcours de soins, votre médecin peut vous prescrire une activité physique adaptée (APA) en lien avec votre pathologie et vos capacités physiques.

- Après un bilan individuel réalisé par la coordination PEPS (Prescription d'Exercices Physiques pour la Santé) ou un enseignant APA, des activités physiques adaptées vous sont proposées. Elles sont dispensées par des professionnels formés, intervenant dans des structures référencées PEPS.

---

## • PEPS

**Gym douce, renforcement musculaire et marche active**

**adultes sur prescription médicale**

Programme « passerelle » : 2 séances d'1h/semaine durant 3 mois. Suivi individuel puis orientation vers une activité du territoire.

Maison des sports  
coordo33@peps-na.fr  
T. 07 50 15 56 37

---

## • US Cenon omnisports

**Gym douce, renforcement musculaire et marche active**

**adultes sur prescription médicale**

Lundi et vendredi | 9h-10h

Complexe La Morlette - rue du Docteur Roux

sophie.caton@orange.fr  
T. 06 15 01 02 85

---

## • Direction des sports

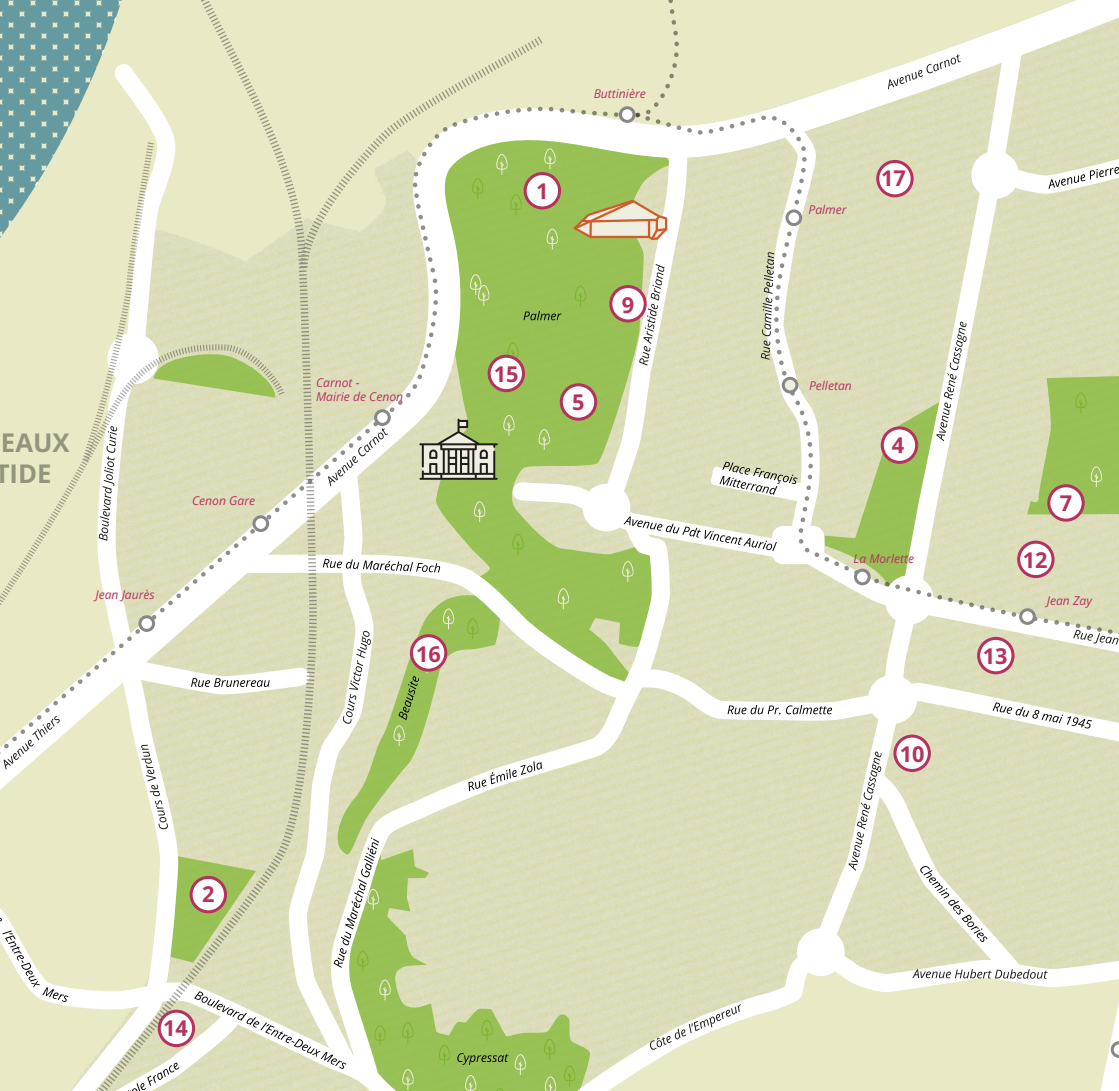
**Aquagym**

**adultes sur prescription médicale**

Mercredi et vendredi | 12h15-13h

Complexe aqualudique Elodie Lorandi - rue Clément Ader

piscine.cenon@cenon.fr  
T. 06 25 17 89 28



# Carte des équipements sportifs

**1**  
**Stade d'honneur Henri Danflous Palmer**  
 1 rue Aristide Briand

- terrain de sports collectifs
- piste d'athlétisme
- terrain annexe rugby (derrière la maison des sports)

**2**  
**Complexe sportif Léo Lagrange**  
 Cours de Verdun

- salle de gymnastique
- salle de tennis de table





3

### Complexe sportif Jean Labat

Rue Pierre LOTI

- salle de musculation
- salle de combat (boxe)

4

### Complexe sportif multi-activités de La Morlette

3 rue du Docteur Roux

- gymnase Gilbert Lalanne
- salle de danse Annie Cazou
- dojo Guy Claverie

5

### Complexe de tennis Francis Lafuente

Allée Bouluguet

- 9 courts
- 1 padel
- club house
- restaurant

6

### Complexe footballistique du Loret

1 rue des Catalpas

- 2 terrains synthétiques
- 1 demi-terrain en herbe
- club house

7

### Siège du District Gironde Football

Parc du Loret

- Terrain de foot à 5

8

### Complexe aquatique Élodie Lorandi

Rue Clément Ader

9

### Maison des sports

3 rue Aristide Briand

- direction municipale des sports
- US Cenon
- salle de karaté
- salle de lutte

10

### Boulodrome place Duvin

137 avenue René Cassagne

- club house

11

### Gymnase La Marègue

Rue Jean Cocteau

- gymnase
- salle polyvalente

12

### Gymnase Jean Zay

Rue Lavoisier

13

### City Stade La Saraiillère

14

### City Stade Henri Sellier

15

### City Stade Palmer

16

### City Stade Beausite

17

### Gymnase Jean Jaures

Avenue des 4 pavillons



## Complexe aqualudique | Elodie Lorandi

Avec son bassin de 25m et 6 couloirs de nage, son bassin balnéo-ludique de 250 m<sup>2</sup>, sa pataugeoire de 50 m<sup>2</sup>, la piscine de Cenon accueille petits et grands pour se baigner, apprendre à nager, faire du sport et s'amuser.

Profitez également de l'espace bien-être (sauna, hammam, tisanderie) ou de l'institut de beauté pour vous détendre.

Un snack vous permettra de vous restaurer.

L'établissement est labellisé Tourisme & Handicap.

### • Horaires

#### ● *Période scolaire*

Du mardi au vendredi :  
12h-14h | 16h30-20h

Samedi : 10h-13h | 15h-18h

Dimanche : 9h-12h

Jours fériés : 9h-12h

#### ● *Vacances scolaires*

Du mardi au vendredi :  
12h-20h

Samedi : 10h-13h | 15h-18h

Dimanche : 9h-12h

Jours fériés : 9h-12h

#### ● *L'été*

Du mardi au vendredi :  
12h-20h

Samedi et dimanche :  
14h30-20h

Jours fériés :  
14h30-20h

## • Tarifs



### Baignade

#### 1 journée

	Résidents	Extérieurs
Adultes	4,00€	6,00€
Carte jeune et accompagnant	2,00€	3,50€
RSA / Demandeur d'emploi (sur présentation de justificatif)	2,00€	5,00€
Personne en situation de handicap	2,00€	2,00€
Famille (1 adulte, 1 enfant -12ans)	5,00€	8,00€
Adulte supplémentaire	3,00€	4,50€
Enfant supplémentaire	2,00€	3,50€

#### 10 entrées

Adulte	35,00€	50,00€
Jeune / étudiant 12 - 25 ans (la carte jeune ne fonctionne pas)	20,00€	45,00€
RSA / Demandeur d'emploi (sur présentation de justificatif)	15,00€	30,00€

*Bonnet de bain obligatoire !*

### Contacts

28 rue Clément Ader  
33150 Cenon  
| piscine.cenon.fr  
T. 05 56 86 10 35



### Espace bien-être

	Résidents	Extérieurs
1 journée	6,00€	8,00€
10 entrées	50,00€	70,00€



### Baignade + espace bien-être

	Résidents	Extérieurs
1 journée	9,50€	13,50€
10 entrées	85,00€	120,00€

*Gratuité* pour les enfants de moins de 3 ans, les accompagnants des personnes handicapées (au-delà de 80% perte d'autonomie).



# CESAM SPORT

**30€** DE  
RÉDUCTION  
SUR L'INSCRIPTION



**À UN CLUB LOCAL  
POUR LES CENONNAIS-ES  
DE 4 À 18 ANS**



+ d'infos sur [cenon.fr](http://cenon.fr)