
AMSLE

ASSOCIATION MULTI-SPORTS & LOISIRS DE FRÉJUS



GUIDE SPORTIF

SAISON 2021-2022

eldera



X



Equipementier Officiel de l'AMSLEF Fréjus



SPECIALISTE DU SPORT

MATERIEL ET EQUIPEMENT SPORTIF / COUPES - MÉDAILLES - RECOMPENSES

04 94 17 56 41 - www.qentalys.com
frederic@qentalys.com

400, rue Isaac Newton - ZA Technoparc Epsilon - 83700 SAINT-RAPHAEL

LE SOMMAIRE

P.3 -> SOMMAIRE

P.4 -> L'ÉDITO DU MAIRE, DAVID RACHLINE

P.3 -> INFOS PRATIQUES & INSTALLATIONS SPORTIVES

P.6 -> LE MOT DU PRÉSIDENT, FABIEN SGARRA

P.8 -> CLICKTOCLUB : L'AMSLF 2,0

P.9 -> SPORTS COLLECTIFS

P.10 -> BASKET-BALL

P.11 -> HANDBALL

P.13 -> SPORTS INDIVIDUELS

P.14 -> ATHLÉTISME

P.16 -> BREAKDANCE

P.17 -> CLUB NAUTIQUE

P.18 -> ESCRIME

P.19 -> GYMNASTIQUE RYTHMIQUE

P.20 -> GYMNASTIQUE ARTISTIQUE

P.22 -> NATATION

P.24 -> PARACHUTISME

P.25 -> SPORTS MÉCANIQUES - MOTO

P.26 -> TENNIS-PADEL

P.27 -> TENNIS DE TABLE

P.28 -> TRIATHLON

P.29 -> VTT-BMX

P.30 -> SPORTS & HANDICAPS

P.31 -> SPORTS DE COMBAT

P.32 -> AÏKIDO

P.33 -> BOXE ANGLAISE

P.34 -> KARATÉ

P.35 -> KRAV-MAGA

P.36 -> JUDO

P.37 -> TAEKWONDO

P.39 -> SPORTS LOISIRS, FORME ET BIEN-ÊTRE

P.40 -> DANSE ÉVEIL, STREET JAZZ, RAGGA, TALONS

P.41 -> DANSE SALSA, BACHATA, KIZOMBA

P.42 -> DANSE ORIENTALE, BOLLYWOOD

P.43 -> CYCLOTOURISME

P.44 -> GYMNASTIQUE VOLONTAIRE

P.45 -> MUSCULATION/FITNESS/HALTÉROPHILIE

P.47 -> RUGBY-GOLF



© PHOTOS: R. ET FRANCK CLUZEL



FREJUS 100% SPORT

Fréjus.fr
Cœur d'Azur



@frejustourisme

N° LICENCE D'ENTREPRENEUR DE SPECTACLE : L-R-20-7597
CRÉDITS PHOTOS : PPF, OT FRÉJUS, PANGO VISUAL
© WWW.JOOSCOM.NET - NE PAS JETER SUR LA VOIE PUBLIQUE

L'ÉDITO

Des petits aux grands, des amateurs aux champions, sur terre comme sur mer, Fréjus affirme chaque année davantage sa vocation de ville sportive. En atteste l'obtention récente du label "Terre de Jeux 2024" qui récompense le formidable travail des différents acteurs sportifs de notre territoire et de la municipalité. À ce titre, l'AMSLF fait partie des associations emblématiques de notre cité.

Forte de plus de 3000 adhérents, elle représente aujourd'hui 30 disciplines réparties sur 25 sections. Avec une volonté jamais démentie : permettre l'accès au sport pour tous. Cela se traduit notamment par une nouvelle politique tarifaire afin que chacun puisse s'adonner à sa passion, mais aussi à travers la mise en place d'une plateforme dématérialisée pour les inscriptions.



Au-delà de la simple pratique sportive, l'AMSLF transmet à la jeunesse et à tous les pratiquants des valeurs essentielles : dépassement de soi, goût de l'effort et sens du collectif. Grâce à l'enthousiasme et l'engagement de nombreux bénévoles, mais aussi des agents municipaux mis à disposition, elle va encore développer sa palette d'activités pour répondre aux attentes et demandes des Fréjusiens. Ceci en s'appuyant également sur des encadrants techniques spécialisés au sein de chaque section, conciliant l'expérience et la nouveauté.

Bien évidemment, la Ville reste un partenaire clé de l'association. Soucieuse de proposer des équipements de qualité, la municipalité a récemment créé une salle polyvalente complémentaire de la halle Sainte-Croix, dévolue en grande partie à la section tennis de table, le soir et le week-end, mais aussi aux associations sportives.

Le sport amateur et associatif est un pilier essentiel de la vie sociale de Fréjus, et nous œuvrons continuellement à améliorer les conditions d'accueil et d'encadrement de nos graines de champions comme de tous ceux qui veulent tout simplement entretenir leur forme ou se faire plaisir à travers la pratique sportive.

L'installation du nouveau président, Fabien Sgarra, dont je salue l'implication, et d'un bureau renouvelé, marque un tournant dans la vie de l'AMSLF, avec une nouvelle gouvernance placée sous le signe du dynamisme, de la proximité et de l'optimisation des moyens, afin de toucher encore un plus large public. Premier partenaire financier de l'association, la Ville apporte un soutien majeur à celle-ci à travers une subvention annuelle, financière et en nature, de l'ordre de 2 M€.

Vous trouverez dans ce guide toutes les informations nécessaires pour savoir où et comment exercer votre sport préféré ou en découvrir un nouveau, que vous soyez sportif amateur ou confirmé, senior ou jeune, fin connaisseur ou tout simplement motivé par la découverte de nouvelles sensations.

À toutes et à tous, je souhaite une très belle saison sportive 2021-2022, à la hauteur de vos attentes et de vos motivations.

5

David RACHLINE,
Maire de Fréjus



NOUVEAU

SIÈGE SOCIAL DE L'AMSLF

BASE NATURE FRANÇOIS LÉOTARD - 1196, BOULEVARD DE LA MER

TÉL ; 04 94 51 55 39 - CONTACT@AMSLFREJUS.COM

LES INSTALLATIONS SPORTIVES À FRÉJUS...

BASE NATURE FRANÇOIS LÉOTARD

- **PRAIRIE / PINÈDE / STADES BASE NATURE**
-> 1196, boulevard de la Mer
Athlétisme, Triathlon, VTT-BMX, Rugby-golf
- **PISCINE MAURICE-GIUGE**
-> 1196, boulevard de la Mer
Natation, Triathlon, Sports & Handicaps

COMPLEXE SPORTIF DE SAINTE-CROIX

- > 230, rue des Marsouins
Aïkido, Danse(s), Judo, Karaté Krav-maga,
Gym. volontaire, Taekwondo, Tennis de table

COMPLEXE SPORTIF DE VILLENEUVE

- **SALLE ROLAND-SURFARO (RDC) + FITNESS (1^{er} étage)**
-> 215, rue de l'Argentière
Muscultation, Fitness, Haltérophilie, GV, GR, Danse(s)
- **SALLE PIERRE-ARGENTI**
-> 63, rue de l'Argentière
Boxe
- **ESPACE JO-TEDESCO**
-> rue de la Tourrache
Gymnastique artistique, Gymnastique rythmique
- **SALLE JEAN-VILAIN**
-> 238, rue de la Tourrache
Handball, Taekwondo

SALLE JACKY-DUCONSEIL

- > Rue de Malbousquet
Breakdance

GYMNASE DES CHÊNES

- > Avenue du XV^e Corps
Basket-ball, Gymnastique rythmique

À SAINT-AYGULF...

GYMNASE RÉGIS-AUZERAU

- > 356, avenue Théophile-Gautier
Judo

SALLE LE PALATIN

- > Rue Lucien-Bœuf
Danse(s)

COMPLEXE SPORTIF GUY-DAVID

- **TENNIS CLUB GALLIENI Pascal-Albuixech**
-> 800, avenue du Général Jean-Calliès (RD7)
Tennis, Padel
Tél. 04 94 53 24 22
- **STADE GALLIENI**
-> 441, avenue Henri-Giraud
Athlétisme, Triathlon, Sports & Handicaps
- **SALLE GALLIENI**
-> 142, rue du Maréchal Lyautey
Athlétisme, Gymnastique volontaire, Basket-ball
- **PISCINE GALLIENI**
-> 142, rue du Maréchal Lyautey
Natation, Triathlon, Sports & Handicaps

CIRCUIT IRK RACING

- > Chemin de Villeneuve - avenue du 8-Mai
Sports mécaniques (moto)

SALLE HIPPOLYTE-FABRE

- > 584, rue Hippolyte-Fabre
Taekwondo, Gymnastique rythmique

BASE NAUTIQUE MARC-MODENA

- > 910, boulevard d'Alger - Fréjus-plage
Club nautique

SALLE DU SEXTANT

- > 1413, avenue de Provence
Danse(s)

SALLE COLLÈGE ANDRÉ-LÉOTARD

- > 50, rue de la Montagne
Escrime

HORS FRÉJUS...

CIRCUIT LE LUC -> Moto

- > Route des Mayons - 83340 Le Luc-en-Provence

BASE EAALAT -> PARACHUTISME

- > 83340 Le Cannet-des-Maures

CREPS PACA -> GYM. RYTHMIQUE

- > 346, boulevard des Mimosas - 83700 Saint-Raphaël

LE MOT DU PRÉSIDENT

Chers amis sportifs,

Formidable vecteur d'intégration et d'épanouissement personnel, le sport véhicule des valeurs humaines et citoyennes indispensables à notre quotidien.

Au-delà de la simple pratique sportive, elles transmettent à la jeunesse et à tous les pratiquants des valeurs essentielles : dépassement de soi, goût de l'effort et sens du collectif.

Avec près de 3 000 adhérents répartis sur 25 sections et près de 35 disciplines proposées, l'engouement des Fréjusiens et des habitants du bassin de la Communauté Esterel Côte d'Azur Agglomération pour les activités sportives reste un enjeu de santé, de bien-être, d'éducation, de cohésion sociale mais surtout un symbole de liberté.

C'est au travers du vaste panel d'activités proposé dans la nouvelle édition du présent guide, que chaque passionné de sport pourra trouver son bonheur en fonction de ses envies.

En compétition ou en loisir, traditionnels ou émergents, tous les sports bénéficient d'une politique tarifaire exceptionnelle. Une volonté : l'accès au sport pour tous, dans des équipements municipaux de qualité grâce au soutien affirmé de la Ville et de son maire, David Rachline.

Si l'Association Multi-Sports et Loisirs de Fréjus a pris l'habitude d'organiser des événements pour faire partager au plus grand nombre les émotions que véhicule le sport, la crise sanitaire nous rappelle fréquemment que notre activité reste fragilisée par les restrictions qui impactent fortement notre fonctionnement. La santé est notre bien le plus précieux. Et le sport a un rôle clé pour la garder, la retrouver.

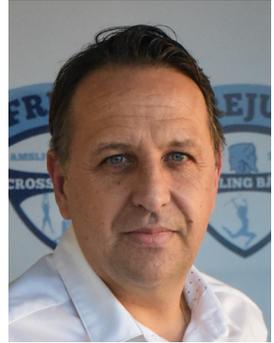
Ce retour tant espéré à une vie sociale "normale" doit s'effectuer avec prudence. Il va permettre progressivement à chacune et chacun de reprendre son sport, sa passion, avec l'aide de l'administration générale de l'AMSLF et des sections, prêtes à vous accueillir et à vous guider.

Car l'AMSLF a pris le pari de la modernisation. Notre grande et belle institution, qui soufflera ses 50 bougies en 2024, l'année des J.O. en France, va se doter d'outils de fonctionnement au service des dirigeants et des pratiquants. L'ambitieux mais indispensable plan de développement digital, financier, sportif, administratif et structurel programmé sur 3 ans - avec notamment le lancement de l'AMSLF Academy pour accompagner nos espoirs -, va nous permettre de retrouver une véritable identité visuelle et un pouvoir d'attraction.

Je tiens également à saluer nos salariés administratifs, sportifs et bien sûr nos bénévoles, entraîneurs et éducateurs, dirigeants et anonymes qui, inlassablement, participent à la vie de chaque section tout au long de l'année. Ils sont nos ambassadeurs, permettant à tous nos adhérents de s'épanouir pleinement dans l'activité de leur choix. Les labels attribués à plusieurs de nos sections pour la qualité de leurs actions, sans oublier le Label "Terre de Jeux 2024", constituent une fierté et nous engage à persister dans cette voie.

Je souhaite à toutes nos sections une très belle rentrée et une saison 2021-2022 à la hauteur de leurs attentes et de leurs motivations.

Tous AMSLF !



7

Fabien SGARRA,
Président Général de l'AMSLF



**NOUVEAU
2021**

L'AMSLF 2.0 EST EN MARCHÉ

Si les deux expressions semblent se ressembler, **ClickToClub** n'a absolument rien à voir avec le Click & Collect que chacun a appris à connaître (et à pratiquer) tous ces derniers mois.

ClickToClub est une application Web et mobile, développée par et pour les associations.

En cette rentrée 2021, l'AMSLF se lance dans une politique de dématérialisation de l'ensemble de ses démarches.

Celle-ci se concrétise par la plateforme ClickToClub, qui permet à tout adhérent de s'inscrire en ligne pour la discipline de son choix, et ce tranquillement depuis la maison, 7j/7 et 24h/24.

Possibilité est aussi donnée de payer sa cotisation en ligne de manière totalement sécurisée, tout en conservant la possibilité de régler celle-ci en plusieurs fois.

SAISON 2021-2022 : S'INSCRIRE EN SEPT ÉTAPES !

8

ÉTAPE 1 ->	Se rendre sur le site de l'AMSLF - https://www.amslffrejus.com , Cliquer sur l'onglet "SECTIONS" Choisir sa discipline sportive Cliquer sur "PRÉINSCRIPTION"
ÉTAPE 2 ->	Remplir le type de licence
ÉTAPE 3 ->	Remplir le genre et la date de naissance
ÉTAPE 4 ->	Choisir une ou des activités disponibles proposées
ÉTAPE 5 ->	Remplir les champs du formulaire Accepter les conditions générales d'utilisation => "TERMINER"
ÉTAPE 6 ->	Procéder au paiement en ligne Paiement sécurisé : PayZen (possibilité de payer en trois fois)
ÉTAPE 7 ->	Un mail de confirmation sera adressé à chaque nouvel inscrit, qui informera des documents à ramener à la section

INSCRIPTIONS MULTIPLES ->

>> Deux sports, deux inscriptions : remise de 30 € (*)

>>> Trois sports, trois inscriptions : remise de 50 € (*)

(*) à l'exception des Baby

À NOTER

LES FRATRIES ->

>> Deux enfants, un (ou plusieurs) sport(s), deux inscriptions : - 20 € / 2^e enfant (**)

>>> Trois enfants, (ou plusieurs) sport(s), trois inscriptions : - 40 € / 3^e enfant (**)

>>> Quatre enfants, (ou plusieurs) sport(s), quatre inscriptions : - 60 € / 3^e enfant (**)

(**) la combinaison 1 Baby - 1 enfant est possible



9



SPORTS

COLLECTIFS

AMSL FREJUS





BASKET-BALL

OÙ JOUE-T-ON ?

- **GYMNASSE DES CHÊNES**
Avenue du XV^e Corps
- **SALLE GALLIENI**
142, rue du Maréchal Lyautey

VOTRE ADHÉSION COMPREND ->

- la licence sportive,
- la cotisation AMSLF,
- la dotation d'une tenue aux couleurs de l'AMSLF,
- la carte avantage AMSLF

À QUEL ÂGE ?...

-> À partir de 5 ans

ON REPREND LE...

-> Lundi 6 septembre

10

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
17h - 18h30 U9 Chênes	17h - 18h30 U11 F Chênes	17h - 18h30 U13 F Chênes	17h - 18h30 U11 M Chênes	17h - 18h30 U15 F PACA Chênes
17h30 - 18h45 U11 M Gallieni		17h30 - 18h45 U7 & U9 Gallieni	18h - 19h U11 F Gallieni	17h30 - 18h45 U13 F Gallieni
18h30 - 20h U17 M PACA Chênes	18h30 - 20h U15 F PACA Chênes	18h30 - 20h U17 M PACA Chênes	18h30 - 20h U15 M 2 Chênes	18h30 - 20h U15 M PACA Chênes
18h45 - 20h15 U15 M PACA Gallieni	18h45 - 20h15 U20 M PACA Gallieni	18h45 - 20h15 U13 M PACA Gallieni		18h45 - 20h15 U17 M PACA Gallieni
20h - 22h U18 F Chênes	20h - 22h Seniors 1 M Chênes	20h - 22h Seniors 2 M Chênes	20h - 22h Seniors 1 Chênes	20h - 22h U20 M (PACA) Chênes
20h15 - 22h 3x3 Gallieni	20h15 - 22h Loisirs Gallieni	20h15 - 22h U18 F Gallieni		20h15 - 22h Seniors 2 M Gallieni

CATÉGORIES

U7 (2015) BABY-BASKET MIXTE	
U8 (2014) U9 (2013)	MINI- POUSSIN(E)S
U10 (2012) U11 (2011)	POUSSIN(E)S
U12 (2010) U13 (2009)	BENJAMIN(E)S
U14 (2008) U15 (2007)	MINIMES GARÇONS / FILLES
U16 (2006) U17 (2005)	CADET(TE)S
U18 (2004)	CADETTES
U18 (2004) U19 (2003) U20 (2002)	JUNIORS MASCULINS
2001 (et avant)	SENIORS - LOISIRS (MASC. & FÉM.)



-> CONTACTS

Bureau (17h -> 20h) : **04 94 53 08 52**
Dominique Aznar : **06 63 60 93 11**
basket@amslfrejus.com

TARIFS

ADULTE	150 €
MINEUR / ÉTUDIANT / TARIF C.E.	150 €
BABY (- DE 6 ANS LE JOUR DE L'INSCRIPTION)	110 €
LOISIRS	60 €



HANDBALL

OÙ JOUE-T-ON ?

• **SALLE JEAN-VILAIN**
238, rue de la Tourrache



VOTRE ADHÉSION COMPREND ->

- la licence sportive,
- la cotisation AMSLF,
- la dotation d'une tenue aux couleurs de l'AMSLF,
- la carte avantage AMSLF

À QUEL ÂGE ?...

-> À partir de 3 ans

ON REPREND LE...

-> Jeudi 2 septembre

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
BABY-HAND						11h - 12h30
U9			10h - 12h			
U11	17h - 18h30		14h - 15h30			
U13		18h - 19h15		18h - 19h15		
U15			17h - 18h30		17h30 - 19h	
U15 F CAVEM			15h30 - 17h			
CAVEM 1	19h - 20h30		18h30 - 20h		19h - 20h30	
U17 CAVEM 2		19h15 - 20h30		19h15 - 20h30		
CAVEM 3						
SENIORS 1 FÉM.			20h30 - 22h			
SENIORS 1 MASC.		20h30 - 22h		20h30 - 22h		
SENIORS 2 MASC.	20h30 - 22h				20h30 - 22h	

11

L'INFO EN +

NOUVEAUTÉ RENTRÉE 2021 ->

LE BEACH-HAND
DÉBARQUE À L'AMSLF !!!

-> **CONTACTS**

Raoul Regaëig : 06 27 48 72 48
handball@amslfrejus.com

NOUVEAUTÉ 2021

TARIFS

ADULTE	150 €
MINEUR / ÉTUDIANT / TARIF C.E.	150 €
BABY (- DE 6 ANS LE JOUR DE L'INSCRIPTION)	110 €
LOISIRS	60 €



IMPRESSION
COMMUNICATION DIGITALE
CONSEIL EN COMMUNICATION
MÉDIAS - ESPACES PUBLICITAIRES
CADEAUX D'AFFAIRES SUR MESURE

04 94 19 54 57
standard@riccobono.fr
www.riccobono.fr

12

CYCLÉS **BÉRAUD**
PATRICK FRÉJUS



VENTE - RÉPARATION
LOCATION

ROUTE / VTT / TRIATHLON / VAE

7 Rond point de la Gendarmerie
83600 FRÉJUS - 04 94 51 20 20



CNS *Artemis*
Nettoyage **industriel**

« Notre métier, **la propreté** »

NETTOYAGE ET ENTRETIEN DE LOCAUX • ENTRETIEN DE LA VITRERIE • NETTOYAGE APRÈS TRAVAUX
NETTOIEMENT DES VOIRIES • ENLÈVEMENT DES GRAFFITIS • ENTRETIEN DES ESPACES VERTS

Entreprise **certifiée**
et **spécialisée**



QUALIPROPRE
Propreté & Services Associés



afaq
ISO 9001
ISO 14001
Qualité
Environnement
Avis de Certification

ZAC 1 • Le Cerceron • Lot N°20 • 83700 Saint-Raphaël • Tél. : 04 98 11 89 89



13



SPORTS
INDIVIDUELS

AMSL FREJUS





ATHLÉTISME

OÙ PRATIQUE-T-ON ?

- **STADE GALLIENI**
441, avenue Henri-Giraud
 - **BASE NATURE**
1196, boulevard de la Mer
- + Estérel, La Lieutenante

VOTRE ADHÉSION COMPREND ->

- la licence sportive,
- la cotisation AMSLF,
- la dotation d'une tenue aux couleurs de l'AMSLF,
- la carte avantage AMSLF

À QUEL ÂGE ?...

-> À partir de 3 ans

ON REPREND LE...

- > Lundi 30 août (adultes),
- > Mardi 7 sept. (jeunes)

ÉDUCATION / JEUNESSE (-> Yves Brénier)

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
STADE GALLIENI	BABY-ATHLÉ (2016-2018) 1 créneau au choix	17h - 18h 17h15 - 18h (-> pour les 2018)	OU 10h30 - 11h30	OU 17h - 18h	
	ÉVEIL-ATHLÉ & POUSSINS (2011-2015)		10h - 11h30 13h30 - 15h		
	BENJAMINS (2009-2010)			15h - 17h	17h30 - 19h30
	MINIMES (2007-2008)	18h - 19h30		15h - 17h	17h30 - 19h30

14

☎ -> CONTACTS

-> ÉDUCATION / JEUNESSE -
Yves Brénier : **06 60 04 89 55**
-> COMPÉTITION (Ados / Adultes) -
Jean-Charles Balme : **06 62 21 20 42**
-> LOISIRS (Adultes, à partir de 2002) -
Akim Zilali : **06 65 45 73 42**
athletisme@amslfrejus.com

TARIFS

ADULTE	170 €
MINEUR / ÉTUDIANT / TARIF C.E.	150 €
BABY (- DE 6 ANS LE JOUR DE L'INSCRIPTION)	110 €



ATHLÉTISME

COMPÉTITION (1/2 fond, cross -> Y. Brénier / courses + lancers -> J.-C. Balme & A. Zilali)							
	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	
STADE GALLIENI (sauf précision contraire)	DEMI-FOND CROSS-COUNTRY	18h - 20h	18h - 20h	Pleine nature : 15h30 - 17h30	Base nature : 18h15 - 20h	18h - 20h	Pleine nature : 9h30 - 11h30
	SPRINT	18h - 20h	18h - 20h	16h - 18h	18h - 20h	18h - 20h	
	HAIES	18h - 20h	18h - 20h	18h - 20h	18h - 20h	18h - 20h	
	ÉPREUVES COMBINÉES	18h - 20h	18h - 20h	18h - 20h	18h - 20h	18h - 20h	
	SAUTS Hauteur - Triple et Longueur	18h - 20h	18h - 20h	18h - 20h	18h - 20h	16h - 18h	
	LANCERS			15h - 17h		18h - 20h	
	PERCHE	18h - 20h	18h - 20h		18h - 20h	16h - 28h	

15



ATHLÉ - LOISIRS ADULTES (-> Akim Zilali)				
	Lundi	Mardi	Jeudi	Sam.Dim.
TRAIL (Rodolphe Pogorely)	Gallieni : 19h - 20h	Gallieni : 18h30 - 20h	Base nature : 18h30 - 20h	Sortie nature
COURSE HORS STADE	prépa. physique	Gallieni : 18h30 - 20h	Base nature : 18h30 - 20h	(samedi ou dimanche)
REMISE EN FORME (Stacey Cousin)		Gallieni : 18h30 - 20h	Gallieni : 18h30 - 20h	



BREAKDANCE

OÙ DANSE-T-ON ?

- **DOJO SAINTE-CROIX**
230, rue des Marsouins
- **SALLE JACKY-DUCONSEIL**
Rue du Malbousquet

VOTRE ADHÉSION COMPREND ->

- la licence sportive (*),
- la cotisation AMSLF,
- la dotation d'une tenue aux couleurs de l'AMSLF,
- la carte avantage AMSLF

(*) si affiliation à une fédération sportive

À QUEL ÂGE ?...

-> À partir de 6 ans
(un cours d'essai gratuit)

ON REPREND LE...

-> Samedi 4 septembre

16

ENFANTS	DÉBUTANTS INTERMÉDIAIRES AVANCÉS	SAMEDI (Dojo Sainte-Croix)	14h - 15h 15h - 16h 16h - 17h
	PERFECTIONNEMENT CONFIRMÉS / AVANCÉS	MARDI (Salle de Cais)	19h - 21h



-> CONTACTS

Professeurs -
Elvis Katzenmayer : **06 85 71 67 72**
Raphaël Forquet de Dorne : **06 75 71 81 11**
danse@amslfrejus.com

TARIFS

=> 31/12/2022

ADULTE
MINEUR / ÉTUDIANT /
TARIF C.E.

220 €



CLUB NAUTIQUE



OÙ PRATIQUE-T-ON ?

• **BASE NAUTIQUE
MARC-MODENA**
910, boulevard d'Alger

VOTRE ADHÉSION COMPREND ->

- la licence sportive,
- la cotisation AMSLF,
- la dotation d'une tenue aux couleurs de l'AMSLF,
- la carte avantage AMSLF

À QUEL ÂGE ?...

- > OPTIMIST : à partir de 8 ans
- > FUNBOARD/PLANCHE : à partir de 12 ans

ON REPREND LE...

- > Mercredi 8 septembre

**ÉQUIPES COMPÉTITION
FUNBOARD ET OPTIMIST**

MERCREDI

14h - 17h

SAMEDI

17



-> **CONTACTS**

Mathieu Rigaud : 06 87 65 49 88
clubnautique@amslfrejus.com

TARIFS

ADULTE	190 €
MINEUR / ÉTUDIANT / TARIF C.E.	170 €
HABITABLE (n'inclut pas la licence FFV)	35 €

NOUVEAUTÉ 2021



ESCRIME

OÙ PRATIQUE-T-ON ?

• **SALLE DES SPORTS
DU COLLÈGE LÉOTARD**
50, rue de la Montagne



VOTRE ADHÉSION COMPREND ->

- la licence sportive,
- la cotisation AMSLF,
- la dotation d'une tenue aux couleurs de l'AMSLF,
- la carte avantage AMSLF

À QUEL ÂGE ?...

-> À partir de 4 ans
(trois cours d'essai gratuits)

ON REPREND LE...

-> Lundi 6 septembre

=> possibilité de location
de tenue (avec caution)

18

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
JEUNES CONFIRMÉS COMPÉTITION SABRE LASER ARTISTIQUE						10h - 12h
COMPÉTITION ENTR. / STAGE						14h - 17h
BABY-ESCRIME			16h - 17h			
JEUNES CONFIRMÉS COMPÉTITION ÉPÉE FLEURET			17h - 18h30		17h - 19h	
ENFANTS SABRE LASER	17h30 - 19h					
FLEURET M7 à M11		17h30 - 19h		17h45 - 19h		
ADULTES LOISIRS ARTISTIQUE SABRE LASER	19h - 20h30				19h - 20h30	
SABRE LASER				19h - 20h30		

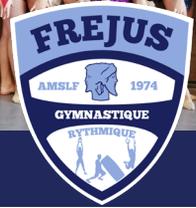


-> CONTACTS

Maître d'armes -
Alain Bagnasco : 06 19 19 19 72
escrime@amslfrejus.com

TARIFS

ADULTE	190 €
MINEUR / ÉTUDIANT / TARIF C.E.	170 €
BABY (- DE 6 ANS LE JOUR DE L'INSCRIPTION)	110 €



NOUVEAUTÉ 2021

GYMNASTIQUE RYTHMIQUE

OÙ PRATIQUE-T-ON ?

- **SALLE HIPPOLYTE-FABRE**
584, rue Hippolyte-Fabre
- **SALLE COLLÈGE LÉOTARD**
50, rue de la Montagne
- **ESPACE JO-TEDESCO**
Rue de la Tourrache

VOTRE ADHÉSION COMPREND ->

- la licence sportive,
- la cotisation AMSLF,
- la dotation d'une tenue aux couleurs de l'AMSLF,
- la carte avantage AMSLF

À QUEL ÂGE ?...

-> À partir de 3 ans

ON REPREND LE...

-> Lundi 13 septembre

	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
ÉVEILS (3-4 ANS)		14h15 - 15h15 Laura - H.-Fabre			
ÉVEILS (5-6 ANS)		13h - 14h Laura - H.-Fabre		17h - 18h Laura - H.-Fabre	
LOISIRS (7-11 ANS)		9h - 10h30 10h30 - 12h Laura - H.-Fabre		18h - 19h30 Laura - H.-Fabre	9h30 - 10h30 Laura - H.-Fabre
LOISIRS ADOS (+ 12 ANS)		15h30 - 17h Laura - H.-Fabre			
COMPÉTITION 1	19h - 21h Laura - Léotard	19h - 21h Laura - Léotard			10h30 - 13h Élise - Léotard
COMPÉTITION 2			18h - 20h Élise - H.-Fabre		10h30 - 13h Laura - H.-Fabre
COMPÉTITION 3					9h - 10h30 10h30 - 13h Élise - Léotard
SPECTACLE				20h30 - 21h30 Laura - Tedesco	

19



-> CONTACTS

Professeur -
Laura Jouffroy : 07 81 01 02 41
gr@amslfrejus.com

TARIFS

ADULTE	190 €
MINEUR / ÉTUDIANT / TARIF C.E.	170 €
BABY (- de 6 ANS LE JOUR DE L'INSCRIPTION)	110 €



GYMNASTIQUE ARTISTIQUE

OÙ PRATIQUE-T-ON ?

• ESPACE JO-TEDESCO

Rue de la Tourrache

-> POUR LES NOUVEAUX :
*inscription en ligne mercredi 1^{er}
 septembre - 10h (places limitées)*

VOTRE ADHÉSION COMPREND ->

- la licence sportive,
- la cotisation AMSLF,
- la dotation d'une tenue aux couleurs de l'AMSLF,
- la carte avantage AMSLF

À QUEL ÂGE ?...

-> À partir de 2 ans

ON REPREND LE...

-> Lundi 13 septembre

SECTEUR FÉMININ

		Lundi	Mardi	Mercredi	Judi	Vendredi	Samedi
LOISIRS	INITIATION 1 (2015-2014)			14h - 15h			
	INITIATION 2 (2013-2012-2011)			15h15 - 16h15			
	LOISIR 1 (2010-2009)		19h - 20h				
	LOISIR 2 (2008-2007)				19h - 20h		
	LOISIR 3 (2006, 2005, 2004...)			19h - 20h			
COMPÉTITION	G1 (prédétection)			9h - 11h			10h - 12h
	G2 (détection)	17h - 19h		9h - 11h		17h - 18h30	10h - 12h
	G3 (compétition)		17h - 19h		17h - 19h		
	G4 (performance)	17h - 19h30	17h - 19h30	16h30 - 19h	17h - 19h30	17h - 20h	

20

📞 -> CONTACTS

Professeur - Pascal Pedrono
 Espace Tedesco : **09 51 31 34 10** (messagerie)
gymnastique@amslfrejus.com

TARIFS

ADULTE	190 €
MINEUR / ÉTUDIANT / TARIF SPÉCIAL	170 €
BABY / ÉVEIL (MOINS DE 6 ANS)	130 €

SECTEUR MASCULIN

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi		
LOISIRS	INITIATION 1 (2015-2014-2013)		14h - 15h				
	INITIATION 2 (2012-2011-2010)		15h15 - 16h15				
	LOISIR GYM, ACROS, TRAMPO (INITIATION 3 - 2010-2009-2008)		19h - 20h		19h - 20h		
	LOISIR, ACROS, PARKOUR 1 (2010-2009-2007-2007)		18h - 19h				
	LOISIR, ACROS, PARKOUR 2 (2010-2009-2008-2007)					19h - 20h	
	LOISIR, ACROS, PARKOUR 3 (2007, 2006, 2005...)		19h - 20h		19h - 20h		
COMPÉTITION	PRÉDÉTECTION 1 (2016-2015)		17h - 18h30		(17h - 18h30)		
	DÉTECTION (2015-2014-2013-2012)		17h - 19h	9h - 11h	17h - 19h	(17h - 19h) bonus	
	PRÉCOMPÉTITION (2011-2012-2013-2014)		17h - 18h30	9h30 - 11h		17h - 18h30	
	COMPÉTITION (2010, 2009, 2008...)		17h - 19h30	17h - 19h30	16h30 - 19h	17h - 19h30	17h - 19h30
	PERFORMANCE (2012)		15h30 - 20h	15h30 - 20h	16h30 - 19h30	15h30 - 20h	15h30 - 20h



SECTEUR PETITE ENFANCE - DÉCOUVERTE

	Mardi	Mercredi	Samedi
G3 - BABY-GYM/ ÉVEIL (2017-2018)			9h - 9h45
G2 - BABY-GYM (2018)			10h - 10h45
G1 - BABY-GYM (2019)			11h - 11h45
G4 - ÉVEIL CONFIRMÉS (2017)	18h - 19h		
G5 - ÉVEIL FILLES (2016)		11h - 12h	
G6 - ÉVEIL GARÇONS (2016)			

L'INFO EN +

L'activité CROSS TRAINING GYM est maintenue.
Pour tous renseignements : contacter la section Gym .Artistique.



NATATION

OÙ NAGE-T-ON ?

- **PISCINE GALLIENI**
142, rue du Maréchal Lyautey
- **PISC. MAURICE-GIUGE**
Base nature François Léotard
1196, boulevard de la Mer

VOTRE ADHÉSION COMPREND ->

- la licence sportive,
- la cotisation AMSLF,
- la dotation d'une tenue aux couleurs de l'AMSLF,
- la carte avantage AMSLF



À QUEL ÂGE ?...

-> À partir de 3 mois

ON REPREND LE...

- > Adultes : lundi 6 septembre
- > BB nageurs : dim. 12 sept.
- > Enfants, ados : lundi 13 sept.
- > Aquaphobie, nageur(s) débutant(s) : jeudi 16 sept.

GROUPES ADULTES

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
AQUAGYM / AQUACOOL	20h15 - 21h	12h45 - 13h30 19h15 - 20h	12h - 12h45 Aquacool	12h45 - 13h30 20h15 - 21h	12h45 - 13h30	
NATATION ADULTES	12h - 13h30	20h - 21h		20h - 21h Maurice-Giuge	12h - 12h45 20h - 21h	
MASTERS COMPÉTITION	12h - 13h30	20h - 21h		20h - 21h Maurice-Giuge	12h - 12h45 20h - 21h	
NAGE AVEC PALMES	20h - 21h Maurice-Giuge	12h - 12h45	20h - 21h	12h - 12h45	20h - 21h	
AQUAPHOBIE / NAG. DÉBUTANT				12h - 12h45		9h - 9h45

22

L'INFO EN +

Tests de niveau :

Horaires à retrouver sur le
www.frejus-natation.com



-> CONTACTS

Directrice technique -
Hélène Martinache : 06 68 12 90 33
natation@amslfrejus.com

TARIFS natation

=> 31/12/2022

	Natation	Natation artistique	Nage avec palmes
ADULTE	190 €		190 €
MINEUR / ÉTUDIANT / TARIF C.E.	170 €	170 €	
BABY (- DE 6 ANS LE JOUR DE L'INSCRIPTION)	110 €		
PASS COMPLET (tous les créneaux adultes)			250 €

GROUPES ENFANTS

		Lundi	Mercredi	Vendredi	Samedi	Dimanche
École de natation (1 cours/semaine)	BB nageurs / jardin aquatique (parcours et jeux)				9h - 9h55	8h45 - 10h45
	Têtard 1 (2016-2017) Têtard 2 Têtard 3		9h45 - 10h30 Têtard 1		10h - 10h45 T2 10h45 - 11h30 T3	
	Lutin 1 (2015-2016) Lutin 2 Lutin 3		9h - 9h45 Lutin 1	18h - 18h45 Lutin 2	11h30 - 12h15 Lutin 3	
Perfectionnement (2 cours/semaine)	Avenir perf. (2013-2014)		12h45 - 13h30		13h45 - 14h30	
	Poussin perf. 1 (2011-12) Poussin perf. 2 Poussin perf. 3		14h45 - 15h45 Poussin perf. 1	19h - 20h Poussin 2 et 3	12h45 - 13h45 Poussin 1, 2, 3	

GROUPES JEUNES LOISIRS

		Lundi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
NATATION ARTISTIQUE Groupe 1 débutantes (->2012) Groupe 2 confirmées (-> 2012)		19h - 20h15 G2 -> ds l'eau	13h45 - 15h30 G1 -> 1h à sec, 45' ds l'eau	19h - 20h15 G1 -> ds l'eau		15h - 17h30 G2 -> 1h à sec, 1h30 ds l'eau
	JEUNES PERFECTIONNEMENT 4 NAGES (-> 2010) (3 cours/sem.)		19h - 20h	19h15 - 20h15		16h - 17h
JEUNES COMBINÉS 1 (2008->2010)	• 19h15 - 20h15 (1)	• 17h30 - 19h (1)	18h30 - 19h30 (1)	19h30 - 21h (2)		
JEUNES COMB. 2 (à partir de 2017)	• 18h30 - 19h30 (2) cours plage & mer	• 19h - 20h (2)	cours plage & mer			

23

COMPÉTITION & PRÉCOMPÉTITION (présence obligatoire à tous les entraînements)

		Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Samedi
AVENIRS Pass'sport (2014-2015)				13h30 - 14h45		14h30 - 16h
AVENIRS Pass'compétition (2013-2014)			17h15 - 18h15 prépa. physique générale à Gallieni	13h30 - 14h45	17h45 - 19h15	14h30 - 16h
AVENIRS Compétition (♂ 2011->2013, ♀ 2012->2013)		17h45 - 19h15	17h15 - 18h15 prépa. physique générale à Gallieni	15h30 - 17h15	17h30 - 19h15	12h30 - 13h45
COMPÉTITION 1 (sur sélection) (♂ 2008->2010, ♀ 2009->2011)	Nombre de séances hebdomadaires proposées et obligatoires : 5 à 6 entraînements					
COMPÉTITION 2 (sur sélection) (♂ à partir 2007, ♀ à partir 2008)	Nombre de séances hebdomadaires proposées et obligatoires : 6 à 10 entraînements					

EQUIPEMENT DU CLUB : 30 € (par chèque à l'ordre "AMSLF Natation" en septembre)

**TARIFS natation
bien-être enfant**
=> 31/12/2022

Bébés
nageurs
(3 mois à 2 ans)

Jardin aquatique
(2 ans à 4 ans,
parcours et jeux
avec papa / maman)

COTISATION

170 €

**TARIFS natation
bien-être adulte**
=> 31/12/2022

Aquagym

ADULTE

190 €



PARACHUTISME

OÙ SAUTE-T-ON ?

• **BASE EAALAT (Centre École de parachutisme du Cagnet-des-Maures)**
83340 Le Cagnet-des-Maures

POUR S'INSCRIRE...

• **PIÈCES À FOURNIR**
-> souscription licence FFP,
-> mineurs :
autorisation parentale,
-> visite médicale de non
contre-indication (saut tandem)

À QUEL ÂGE ?...

-> À partir de 15 ans

ON SAUTE LES...

-> WEEK-END
& JOURS FÉRIÉS

24

ACTIVITÉ
"LOISIR"

SAUT EN TANDEM

> accroché à un moniteur -> la façon la plus simple d'aborder la chute libre - SENSATIONS GARANTIES

300 €

SAUT D'INITIATION = BAPTÊME DE CHUTE LIBRE

> c'est le premier saut d'initiation à la P.A.C.

à partir de 370 €

ACTIVITÉ
"SPORTIVE"

COTISATION AMSLF

75 €

CARTE D'ACCÈS CEPCA (plateforme de sauts)

50 €

LICENCE (Fédération française de parachutisme)

cadets/juniors 65 €
seniors/vétérans 159 €

STAGE P.A.C. (progression accompagnée à la chute)

> l'élève saute avec son propre parachute, accompagné de deux moniteurs -> autonome après 6-7 sauts

à partir de 1300 €

BREVETS FÉDÉRAUX

> capacités aux techniques de loisir et de compétition

30 €/SAUT

-> CONTACTS

Président - Marc Botti : 06 18 02 63 58
Trésorier - Guy Laborde : 06 70 36 16 85

Réservation tandem -
Yves Morand : 06 22 21 89 34

parachutisme@amslfrejus.com

L'INFO EN +

Hauteur de largage : 4000 m

Durée du vol : 20'

Durée de la chute libre : 50'' à 60''

Ouverture du parachute :

entre 1500 m et 1200 m



SPORTS MÉCANIQUES - MOTO

OÙ PILOTE-T-ON ?

- **CIRCUIT IRK**
Chemin de Villeneuve -
Avenue du 8-Mai 1945
- **CIRCUIT DU LUC**
Route des Mayons
83340 Le Luc-en-Provence

POUR S'INSCRIRE...

- **PIÈCES À FOURNIR**
-> retrouvez toutes les infos sur :
www.race-experience-school.fr

À QUEL ÂGE ?...

-> À partir de 4 ans
+ Adultes

ON COURT...

-> Actuellement en activité
sur le Circuit du Luc

**DÉCOUVERTE &
INITIATION DÉBUTANTS**
(à partir de 4 ans et adultes)

**QUELQUES MERCREDIS &
WEEK-END (-> 2 h de moto)**
CIRCUIT DU LUC

EN PROJET
-> développer de
manière constante
les activités
sur le circuit IRK
de Fréjus

**STAGE DE
PERFECTIONNEMENT**

**QUELQUES MERCREDIS &
WEEK-END (-> 2 h de moto)**
CIRCUIT DU LUC

STAGE DE PILOTAGES KIDS
(environ 10 dates dans l'année
-> 9h à 14h) -> Circuit IRK - Fréjus

- Dimanche 26 septembre
 - Dimanche 24 octobre
 - Dimanche 14 novembre...
- + Autres dates à venir



25

Toute nouvelle, la section "Sports Mécaniques - Moto" n'est pas uniquement axée sur l'activité "enfant". Elle s'ouvre également aux adultes pour des formations sur route ou encore des formations et balades avec encadrement.

À terme : possibilité de développer activités moto de piste, tout terrain ou encore le kart...

 -> **CONTACTS**

Thibaut Gourin : 07 83 40 36 26
moto@amslfrejus.com

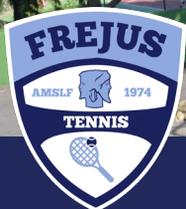
TARIFS

COTISATION AMSLF

35 €

AUTRES TARIFS ->

VOIR SECTION



TENNIS - PADEL

OÙ JOUE-T-ON ?

• **TENNIS CLUB GALLIENI PASCAL-ALBUICHECH**
800, avenue du général d'Armée Jean Calliès (RD7)

VOTRE ADHÉSION COMPREND ->

- la licence sportive,
- la cotisation AMSLF,
- la dotation d'une tenue aux couleurs de l'AMSLF,
- la carte avantage AMSLF

À QUEL ÂGE ?...

-> À partir de 4 ans

ON REPREND LE...

-> Lundi 6 septembre (camp d'entraînement / cours collectifs)
-> Mercredi 8 septembre (école de tennis : 8h30-12h / 14h-16h)

NOUVEAUTÉ 2021

ÉCOLE DE TENNIS (À PARTIR DE 4 ANS)

1 x 1h/sem. = 130 €
2 x 1h/sem. = 235 €
1 x 1h30/sem. = 165 €
2 x 1h30/sem. = 255 €

CAMP D'ENTRAÎNEMENT (À PARTIR DE 8 ANS SELON NIVEAU)

Mini-tennis / Baby-tennis -> 4 à 7 ans

Mercredi :
10h30 - 11h30

Samedi : 10h30 - 11h30

École de tennis initiation / perfectionnement -> 8 à 10 ans

Mercredi (au choix) :
10h30 - 12h
OU 14h - 15h30

Samedi : 10h30 - 12h

École des ados initiation / perfectionnement -> 11 à 17 ans

Mercredi :
15h30 - 17h

Samedi : 14h - 15h30

1 x 1h30 /sem. =
275 €/an

2 x 1h30 /sem. =
450 €/an

Lundi, mardi, jeudi, vendredi :
17h30 - 19h

Mercredi : 17h - 18h30

Samedi : 15h30 - 17h

26

TARIFS -> PRATIQUE LOISIR

TENNIS jeune / adulte / couple / (adulte ou couple) + padel	165 € / 255 € / 340 € / 335 € ou 420 €
PADEL jeune / adulte / couple	80 € / 140 € / 240 €
COURS COLLECTIFS ADULTES 1h30/semaine / 1h30/semaine + pratique libre	345 € / 450 €
STAGE 1/2 journée / journée / semaine (voir section)	70 € à 150 €



-> CONTACTS

Secrétariat (Laura "Papas") : 04 94 53 24 22
Professeurs -
Xavier Martinez : 06 10 82 17 84
Gil Bauchièrre : 06 27 82 57 50
tennis@amslfrejus.com

TARIFS LOCATION DES COURTS DE TENNIS / DE PADEL

DU TARIF HORAIRE
AUX FORAITS
5h, 10h, 15h ou 20h

DE 15 € À 190 €

DU TARIF HORAIRE
AUX FORAITS 5h et 10h

DE 20 € À 140 €



TENNIS DE TABLE

OÙ JOUE-T-ON ?

- **SALLE TENNIS DE TABLE**
HALLE SAINTE-CROIX
230, rue des Marsouins

VOTRE ADHÉSION COMPREND ->

- la licence sportive,
- la cotisation AMSLF,
- la dotation d'une tenue aux couleurs de l'AMSLF,
- la carte avantage AMSLF

À QUEL ÂGE ?...

-> À partir de 5 ans

ON REPREND LE...

-> Jeudi 2 septembre, 17h,

LOISIRS	Lundi : 17h - 20h30 / Samedi : 10h - 12h
MOINS DE 11 ANS	Mercredi : 10h30 - 12h
JEUNES INITIATION	Mercredi : 14h - 15h30 / Vendredi : 17h - 18h30
JEUNES COMPÉTITION	Mardi et jeudi : 17h - 19h30 / Mercredi : 15h30 - 17h30
ADULTES ÉLITE	Mardi et jeudi : 19h30 - 22h
SENIORS DÉPARTEMENT + LOISIRS	Mercredi : 17h30 - 20h / Vendredi : 18h30 - 21h

27



-> CONTACTS

Professeur -
Andréa de Rivoyre : **06 33 44 76 07**
tennisdetable@amslfrejus.com

TARIFS

ADULTE	150 €
MINEUR / ÉTUDIANT / TARIF C.E.	120 €
BABY (- DE 6 ANS LE JOUR DE L'INSCRIPTION)	110 €
LOISIRS	60 €



TRIATHLON

OÙ PRATIQUE-T-ON ?

- **PISCINE GALLIENI**
142, rue du Maréchal Lyautey
- **STADE GALLIENI**
441, avenue Henri-Giraud
- **PISCINE GIUGE & BASE**
Base nature - 1196, bd de la Mer

VOTRE ADHÉSION COMPREND ->

- la licence sportive,
- la cotisation AMSLF,
- la dotation d'une tenue aux couleurs de l'AMSLF,
- la carte avantage AMSLF

À QUEL ÂGE ?...

-> Adultes, Ados et enfants nés en 2010 et avant

ON REPREND LE...

-> Mercredi 6 septembre

PLANNING ADULTES

		Lundi	Mardi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
ENTRAÎNEMENT NATATION	PISCINE GALLIENI	12h - 13h30	20h - 21h		12h15 - 13h30 19h30 - 20h30		
	PISCINE Maurice-GIUGE			20h - 21h			
ENTRAÎNEMENT COURSE À PIED	PISTE STADE GALLIENI		18h15 - 20h				
	BASE NATURE			18h15 - 20h		9h - 11h	
ENTRAÎNEMENT CYCLISME	DÉPART DEVANT LA PHARMACIE DE LA TOUR DE MARE						RV à 9h

28

PLANNING ENFANTS

Les horaires d'entraînement pour les jeunes seront fonction du niveau déterminé lors des tests de présaison. À ce titre, contacter Sandrine Fernandez pour en connaître les modalités



-> CONTACTS

Sandrine Fernandez : 06 62 60 15 43
triathlon@amslfrejus.com

TARIFS

ADULTE	190 €
MINEUR / ÉTUDIANT / TARIF C.E.	170 €



VTT - BMX

OÙ PRATIQUE-T-ON ?

- **BASE NATURE**
- **MAURES & ESTÉREL**
- **VIEILLE BERGERIE**
LOU CASTEOU,
850, chemin du Plan Guinet
- **STATIONS "06" & ITALIE**

VOTRE ADHÉSION COMPREND ->

- la licence sportive,
- la cotisation AMSLF,
- la dotation d'une tenue aux couleurs de l'AMSLF,
- la carte avantage AMSLF

À QUEL ÂGE ?...

- > À partir de 6 ans (VTT)
- > À partir de 8 ans (BMX)

ON REPREND LE...

- > Mercredi 8 sept. (VTT anciens sinon voir tests)
- > Samedi 11 sept. (BMX)

CRÉNEAUX VTT	MERCREDI (À LA BASE NATURE)	BICLOUS 1/2/3 : 9h30 -> 10h45 LOUPIOTS 1/2 : 11h -> 12h BIKERS / COMPÉTITION / ENDURO : 14h -> 16h	TESTS RENTRÉE -> nouveaux ET anciens adhérents • Samedi 11 et 18 septembre : à la VIEILLE BERGERIE • Mercredi 15 et 22 septembre : à la BASE NATURE • Samedi 25/09 et Mercredi 29/09 : finalisation groupes / essai tenues
	SAMEDI (À LA VIEILLE BERGERIE)	BICLOUS / BIKERS / COMPÉTITION / ENDURO : 10h -> 12h	
BICLOUS 1/2/3 -> 7-11 ans /// LOUPIOTS 1/2 -> 6-9 ans /// BIKERS / COMP. / ENDURO -> 11-16 ans => venir avec un VTT en bon état, une chambre à air de rechange, gants et casque			

29

CRÉNEAUX ENTRAÎNEMENT BMX	RV au skate-park Base nature	9h - 10h20 -> débutants
	REPRISE ENTRAÎNEMENTS	10h30 - 12h -> confirmés
		Anciens adhérents : 11/09 à 9h et 10h30 Nouveaux adhérents : 18/09 à 9h

-> **CONTACTS**

ENDURO - Cédric Ravel : **06 75 38 78 43**
ÉCOLE VTT - Giacomo Basile : **06 88 45 35 83**
BMX - Dorian Geloni : **06 50 25 50 21**
vttbmx@amslfrejus.com

TARIFS	VTT	BMX pas de licence
ADULTE	190 €	100 €
MINEUR / ÉTUD. / TARIF C.E.	170 €	100 €
BABY (- DE 6 ANS LE JOUR DE L'INSCRIPTION)	110 €	
LOISIRS	60 €	



SPORTS & HANDICAPS

OÙ PRATIQUE-T-ON ?

• SELON L'ACTIVITÉ...

VOTRE ADHÉSION COMPREND ->

- la licence sportive,
- la cotisation AMSLF,
- la dotation d'une tenue aux couleurs de l'AMSLF,
- la carte avantage AMSLF

À QUEL ÂGE ?...

-> Ouvert à tout public en situation de handicap

ON REPREND LE...

-> Mercredi 1^{er} septembre

30

		Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Samedi
ATHLÉTISME	STADE GALLIENI			9h - 11h30 14h - 16h		
ESCRIME	SALLE LÉOTARD				17h45 - 21h	
NATATION	PISCINE Maurice-GIUGE			15h30 - 17h15		9h30 - 10h30
MUSCULATION	SALLE Roland-SURFARO			Horaires en pratique libre		
BASKET-BALL HANDBALL BOXE TENNIS DE TABLE ...	SELON ACTIVITÉ...	Pour ces différentes activités, l'accueil des personnes en situation de handicap se fait en fonction des horaires propres à chaque section. Renseignements auprès de Marie-Pierre Stephan				

Toute personne, en situation de handicap et quel que soit celui-ci, a possibilité de pratiquer l'une des disciplines sportives énumérées ci-dessus (en projet quelques autres pourraient voir le jour au fil de la saison).

Celle-ci doit prendre contact avec la présidente de section, Marie-Pierre Stephan, qui la rencontrera en compagnie des éducateurs encadrants spécialisés, habilités à évaluer

TARIFS

COMPÉTITION & LOISIRS 100 €



-> CONTACTS

Marie-Pierre Stephan : 06 26 11 20 28
sportshandicap@amslfrejus.com

Handi Sport
FÉDÉRATION FRANÇAISE





31

SPORTS DE
COMBAT
AMSL FREJUS





AÏKIDO

OÙ PRATIQUE-T-ON ?

• **DOJO - HALLE DES SPORTS DE SAINTE-CROIX**
230, rue des Marsouins

VOTRE ADHÉSION COMPREND ->

- la licence sportive,
- la cotisation AMSLF,
- la dotation d'une tenue aux couleurs de l'AMSLF,
- la carte avantage AMSLF

À QUEL ÂGE ?...

-> À partir de 13 ans
(un cours d'essai gratuit)

ON REPREND LE...

-> Mercredi 8 septembre

32

JOURS ET HORAIRES D'ENTRAÎNEMENT

Mercredi : 19h - 20h30

Vendredi : 18h30 - 20h



-> CONTACTS

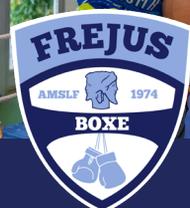
Professeur - Alain Guerrier
diplômé 7^e Dan Aïkido BE2 : 06 63 06 14 00
aikido@amslfrejus.com

TARIFS

ADULTE

MINEUR / ÉTUDIANT /
TARIF C.E.

250 €



BOXE ANGLAISE

OÙ BOXE-T-ON ?

• **SALLE PIERRE-ARGENTI**
63, rue de l'Argentière

VOTRE ADHÉSION COMPREND ->

- la licence sportive,
- la cotisation AMSLF,
- la dotation d'une tenue aux couleurs de l'AMSLF,
- la carte avantage AMSLF

À QUEL ÂGE ?...

-> À partir de 6 ans

ON REPREND LE...

-> Lundi 16 août, 17h

ÉCOLE DE BOXE FILLES & GARÇONS	De 6 à 10 ans	Mercredi : 10h - 11h30
	Boxe Loisirs FILLES & GARÇONS	Jeudi / Samedi : 17h - 20h
BOXE COMPÉTITION FILLES & GARÇONS	Benjamins - Minimes - Cadets	Lundi / Mercredi / Vendredi : 17h - 18h30
	Juniors - Seniors	Lun. / Merc. / Vend. : 18h30 - 20h Mardi / Jeudi : 17h - 20h

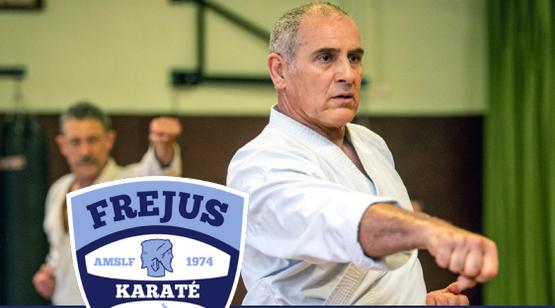
33

-> CONTACTS

Salle Pierre-Argenti (aux heures d'entraînement) : **04 94 51 02 03**
boxe@amslfrejus.com

TARIFS

ADULTE	130 €
MINEUR / ÉTUDIANT / TARIF C.E.	90 €
BABY (JUSQU'À 10 ANS)	70 €



KARATÉ

OÙ PRATIQUE-T-ON ?

- **DOJO SAINTE-CROIX**
230, rue des Marsouins

VOTRE ADHÉSION COMPREND ->

- la licence sportive,
- la cotisation AMSLF,
- la dotation d'une tenue aux couleurs de l'AMSLF,
- la carte avantage AMSLF

À QUEL ÂGE ?...

-> À partir de 3 ans

ON REPREND LE...

-> Mercredi 1^{er} septembre

34

BABY-KARATÉ 3-5 ANS	Mercredi	16h30 - 17h15
ENFANTS 6-8 ANS	Lundi Mercredi	18h - 19h 17h15 - 18h15
ADOS 9-14 ANS	Lundi Mercredi	18h - 19h 18h15 - 19h15
ADULTES	Lundi Mercredi	19h30 - 21h



-> CONTACTS

-> Karaté Adultes
Éric Coudray, 6^e Dan : **06 14 99 20 17**
Philippe Agli, 5^e Dan : **06 84 13 71 51**
-> Karaté Enfants
Alice Bismuth, 3^e Dan : **06 06 58 69 60**
karate@amslfrejus.com

TARIFS

ADULTE	250 €
MINEUR / ÉTUDIANT / TARIF C.E.	250 €
BABY (- DE 6 ANS LE JOUR DE L'INSCRIPTION)	110 €



KRAV-MAGA



OÙ PRATIQUE-T-ON ?

- **DOJO - SAINTE-CROIX**
230, rue des Marsouins

VOTRE ADHÉSION COMPREND ->

- la cotisation AMSLF,
- la dotation d'une tenue aux couleurs de l'AMSLF,
- la carte avantage AMSLF

À QUEL ÂGE ?...

-> À partir de 14 ans

ON REPREND LE...

-> Jeudi 2 septembre

35

KRAV-MAGA

Mardi
Jeudi

19h30 - 21h
19h - 20h30



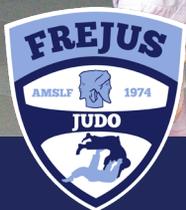
-> CONTACTS

Professeur -> **Éric Coudray**
Diplômé d'État ceinture noire 6° Dan :
06 14 99 20 17

TARIFS

ADULTE
MINEUR / ÉTUDIANT /
TARIF C.E.

250 €



JUDO

OÙ PRATIQUE-T-ON ?

- **DOJO SAINTE-CROIX**
230, rue des Marsouins
- **SALLE RÉGIS-AUZERAU**
356, av. Théophile-Gautier
83370 Saint-Aygulf

VOTRE ADHÉSION COMPREND ->

- la licence sportive,
- la cotisation AMSLF,
- la dotation d'une tenue aux couleurs de l'AMSLF,
- la carte avantage AMSLF

À QUEL ÂGE ?...

-> À partir de 3 ans
(deux séances d'essai gratuites)

ON REPREND LE...

-> Mercredi 1^{er} septembre

DOJO SALLE
SAINTE-CROIX

BABY-JUDO
3-6 ANS

Lundi, Mardi, Jeudi
Mercredi

17h - 18h
10h - 11h

ENFANTS
7-12 ANS

Lundi, Mardi, Jeudi
Mercredi

18h - 19h
11h - 12h

JIU-JITSU COMBAT
ADOS / ADULTES

Lundi

19h - 20h30

JUDO
ADOS / ADULTES

Mardi, Jeudi

19h - 20h30

AUZERAU - SAINT-AYGULF
3-4 ANS

Mercredi

16h - 17h

AUZERAU - SAINT-AYGULF
5-13 ANS

Mercredi

17h - 18h



-> CONTACTS

Professeur DEJEPS (Diplôme d'État JEPS)
-> Laurent Mahé : **06 61 10 14 94**
Professeur BPJEPS (Brevet professionnel JEPS) -> Quentin Mahé
judo@amslfrejus.com

TARIFS

ADULTE

250 €

MINEUR / ÉTUDIANT /
TARIF C.E.

250 €

BABY (- DE 6 ANS LE JOUR DE L'INSCRIPTION)

110 €



TAEKWONDO

OÙ PRATIQUE-T-ON ?

- **DOJO - SAINTE-CROIX**
230, rue des Marsouins
- **SALLE HIPPOLYTE-FABRE**
584, rue Hippolyte-Fabre
- **SALLE JEAN-VILAIN**
238, rue de la Tourrache

VOTRE ADHÉSION COMPREND ->

- la licence sportive,
- la cotisation AMSLF,
- la dotation d'une tenue aux couleurs de l'AMSLF,
- la carte avantage AMSLF

À QUEL ÂGE ?...

-> À partir de 3 ans
(deux cours d'essai gratuits)

ON REPREND LE...

-> Jeudi 2 septembre

ÉVEIL 3-5 ANS	Mercredi Vendredi	17h15 - 18h 17h15 - 18h	Salle Hippolyte-Fabre Dojo Sainte-Croix
ENFANTS MOINS DE 10 ANS	Lundi Mardi Jeudi Samedi (enfants + ados)	17h30 - 18h50 17h10 - 18h25 17h10 - 18h25 10h - 12h	Salle Hippolyte-Fabre Salle Jean-Vilain Salle Jean-Vilain Salle Jean-Vilain
ADOS MOINS DE 15 ANS	Mardi Mercredi Jeudi Vendredi Samedi (enfants + ados)	18h25 - 19h45 18h - 19h25 18h25 - 19h45 18h - 19h25 10h - 12h	Salle Jean-Vilain Salle Hippolyte-Fabre Salle Jean-Vilain Dojo Sainte-Croix Salle Jean-Vilain
ADULTES & ADOS + 16 ANS	Lundi Mardi & Jeudi	19h - 20h30 18h25 - 19h45	Salle Hippolyte-Fabre Salle Jean-Vilain

37



-> CONTACTS

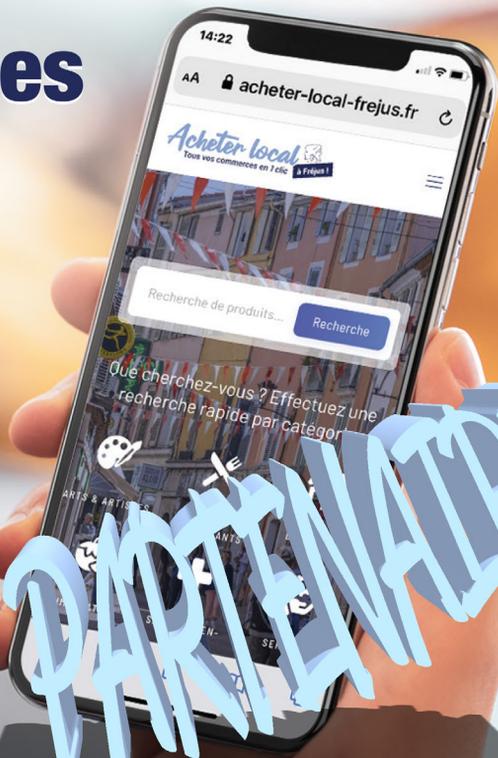
Professeur - Mounir Boukrouh : 06 12 53 61 26
taekwondo@amslfrejus.com

TARIFS

ADULTE	250 €
MINEUR / ÉTUDIANT / TARIF C.E.	250 €
BABY (- DE 6 ANS LE JOUR DE L'INSCRIPTION)	110 €

Acheter local à Fréjus !

**Tous vos
commerces
en ligne
à Fréjus !**



AMSLF PARTENAIRES



Compatible avec



www.acheter-local-frejus.fr 

Credits photos istock - GREGAMANIA FREJUS - 04 22 54 25 78



SPORTS
LOISIRS
FORME & BIEN-ETRE
AMSL FREJUS





DANSE (ÉVEIL, STREET JAZZ, RAGGA, TALONS)

OÙ DANSE-T-ON ?

- **SALLE ROLAND-SURFARO**
(-> *salle fitness - 1^{er} étage*)
238, rue de la Tourrache
- **SALLE LE PALATIN**
Rue Lucien-Bœuf - St-Aygulf

VOTRE ADHÉSION COMPREND ->

- la cotisation AMSLF,
- la dotation d'une tenue aux couleurs de l'AMSLF,
- la carte avantage AMSLF

À QUEL ÂGE ?...

-> À partir de 4 ans
(un cours d'essai gratuit)

ON REPREND LE...

-> Mercredi 8 septembre

40

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
ÉVEIL			11h - 12h			10h - 11h
ENFANT						
street jazz	17h - 18h		13h30 - 14h30			
ragga			14h30 - 15h30			
ADO						
street jazz	18h - 19h		15h30 - 16h30			
ragga			16h30 - 17h30			13h - 14h
STREET JAZZ ADULTES						
DÉBUTANT		19h30 - 20h30				
AVANCÉ				19h30 - 20h30		
TALONS						
ADO - ADULTES						
INTERMÉDIAIRE					19h - 20h	
AVANCÉ						12h - 13h
EXPRESSION SCÉNIQUE					20h - 21h	
SOUPLESSE MOBILITÉ						11h - 12h

NB : Les cours du lundi ont lieu à Saint-Aygulf, salle du Palatin. Les autres jours, à la salle de fitness Jean-Vilain



-> **CONTACTS**

Professeur - Émilie Aiello : 06 07 57 67 19
danse@amslfrejus.com

TARIFS

	1/09/2021 => 31/12/2022	1/01/2022 => 31/12/2022
ADULTE	250 €	220 €
MINEUR / ÉTUD. / TARIF C.E	250 €	220 €
BABY (- DE 6 ANS LE JOUR DE L'INSCRIPTION)		110 €



NOUVEAUTÉ 2021

DANSE (SALSA, BACHATA, KIZOMBA)

OÙ DANSE-T-ON ?

- **SALLE LE PALATIN**
Rue Lucien-Bœuf - Saint-Aygulf
- **SALLE DU SEXTANT**
1413, avenue de Provence
- **SALLE SAINTE-CROIX**
230, rue des Marsouins

VOTRE ADHÉSION COMPREND ->

- la cotisation AMSLF,
- la dotation d'une tenue aux couleurs de l'AMSLF,
- la carte avantage AMSLF

À QUEL ÂGE ?...

-> Voir section

ON REPREND LE...

-> Voir section

	Lundi SALLE LE PALATIN	Mercredi SALLE DU SEXTANT	Jeudi SALLE DU SEXTANT	Vendredi SALLE SAINTE-CROIX
BACHATA	20h30 - 21h30 INTERMÉDIAIRE	18h - 19h INTERMÉDIAIRE	20h30 - 21h30 DÉBUTANT	
SALSA	19h30 - 20h30 DÉBUTANT	10h - 11h ENFANT 1 11h - 12h ENFANT 2	21h30 - 22h30 INTERMÉDIAIRE	20h - 21h ON 2
KIZOMBA	21h30 - 22h30 INTERMÉDIAIRE		19h30 - 20h30 DÉBUTANT	
SHOW SBK				21h - 22h

41



-> CONTACTS

Professeur - Yves Messina : 06 98 77 82 15
danse@amslfrejus.com

TARIFS

ADULTE	250 €
MINEUR / ÉTUD. / TARIF C.E.	250 €
COUPLE	440 €



DANSE (ORIENTALE, BOLLYWOOD)

OÙ DANSE-T-ON ?

- **SALLE R.-SURFARO**
(-> *salle fitness - 1^{er} étage*)
238, rue de la Tourrache

VOTRE ADHÉSION COMPREND ->

- la cotisation AMSLF,
- la dotation d'une tenue aux couleurs de l'AMSLF,
- la carte avantage AMSLF

À QUEL ÂGE ?...

-> À partir de 15 ans
(un cours d'essai gratuit)

ON REPREND LE...

-> Lundi 13 septembre

42

BOLLYWOOD (TOUS NIVEAUX)	Lundi	19h30 - 20h30
DANSE ORIENTALE (INTERMÉDIAIRE / AVANCÉ)	Lundi	20h30 - 21h30



-> CONTACTS

Professeur - Sindy Chebil : 06 26 06 06 25
danse@amslfrejus.com

TARIFS

ADULTE	250 €
MINEUR / ÉTUD. / TARIF C.E.	250 €

1



CYCLOTOURISME

OÙ ROULE-T-ON ?

• **TOUTES LES ROUTES DE LA RÉGION SUD-PACA, DONT CELLES DU MASSIF DE L'ESTÉREL**

VOTRE ADHÉSION COMPREND ->

- la cotisation AMSLF,
- la dotation d'une tenue aux couleurs de l'AMSLF,
- la carte avantage AMSLF

À QUEL ÂGE ?...

-> Adultes + 18 ans

ON REPREND LE...

-> Pratique toute l'année

43

JOURS	HORAIRES	LIEUX DE DÉPART
MARDI, JEUDI, SAMEDI (MATIN)	Départ entre 7h30 et 9h selon la saison	MONUMENT DE L'ARMÉE NOIRE, Esplanade des tirailleurs sénégalais, Angle Libération/Alger - FRÉJUS-PLAGE
DIMANCHE (MATIN)		PARKING "LE MILLENIUM", (derrière Office notarial av. de Provence), Rue Albert-Schweitzer - FRÉJUS-PLAGE

L'INFO EN +

Les V.A.E. (Vélos à assistance électrique) sont acceptés lors des sorties

 -> CONTACTS

Michel Planchard : 06 80 62 99 26
cyclotourisme@amslfrejus.com

TARIFS

ADULTES	130 €
COUPLE	220 €
ESTIVANTS / TOURISTES (balade occasionnelle)	40 €

=> réunion chaque 1^{er} jeudi du mois salle Jean-Marquès



GYMNASTIQUE VOLONTAIRE

OÙ PRATIQUÉ-T-ON ?

- **DOJO SAINTE-CROIX**
230, rue des Marsouins
- **SALLE ROLAND-SURFARO (salle fitness => 1^{er} étage)**
215, rue de l'Argentière
- + **SALLE GALLIENI**
- + **PARC AURÉLIEN**

VOTRE ADHÉSION COMPREND ->

- la cotisation AMSLF,
- la dotation d'une tenue aux couleurs de l'AMSLF,
- la carte avantage AMSLF

À FOURNIR...

-> certificat médical

À QUEL ÂGE ?...

-> Adultes

ON REPREND LE...

-> Lundi 6 septembre<

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
SAINTE-CROIX	GV : 10h - 11h Nathalie Zumba Senior : 11h - 12h Julie	GV : 18h30 - 19h30 Julie	GV : 18h - 19h Géraldine		GV : 9h - 10h Julie YOGA : 11h30 - 12h30 Kevin	
ROLAND-SURFARO		Stretching : 10h15 - 11h Nathalie	YOGA : 19h30 - 20h30 Kevin			
SALLE GALLIENI				GV : 19h - 20h Julie		
Extérieur : PARC AURÉLIEN	GV : 18h - 19h Laurent		GV : 10h - 11h Laurent			GV : 9h30 - 10h30 Laurent

NOUVEAUTÉ 2021
-> ACTIVITÉ YOGA

44

PASS COMPLET

(= GV + AQUAGYM)

360 €



-> CONTACTS

Roseline Gasc : 06 98 20 87 21
Danielle Blot : 06 34 04 66 43
gv@amslfrejus.com

TARIFS

	Adulte	Couple
GYM. VOLONTAIRE	130 €	220 €
GV + 1 activité (*)	190 €	340 €
GV + 2 activités (*)	250 €	450 €
Gym Nature	130 €	220 €
Yoga	130 €	220 €
Zumba senior	130 €	220 €
G.V. + Aquagym	250 €	450 €
G.V. + Aquagym + 1 activité (*)	300 €	500 €

(*) LES ACTIVITÉS (au choix) : Gym. Nature (en extérieur) / Yoga / Zumba



MUSCULATION / FITNESS

OÙ PRATIQUE-T-ON ?

• **SALLE ROLAND-SURFARO**
215, rue de l'Argentière

+ NOUVEAUTÉ 2021:
SALLE DE FITNESS
AU 1^{ER} ÉTAGE

VOTRE ADHÉSION COMPREND ->

- la cotisation AMSLF,
- la dotation d'une tenue aux couleurs de l'AMSLF,
- la carte avantage AMSLF

À QUEL ÂGE ?...

-> Mix Fit et LIA Latino :
à partir de 12 ans
-> Musculation/Fitness :
à partir de 16 ans

ON REPREND LE...

> Lundi 6 septembre

45

FITNESS	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
9h15 - 10h	BODYSCULPT Béregère	F.A.C. Béregère	ENERGY MIX Béregère 9h->10h15	STEP Béregère	BODYSCULPT Cindy	STRETCH 9h15->10h puis STRONG 10h->11h Cathie
10h15 - 11h	CARDIO ABDO Cathie	STRETCH Nat		F.A.C. Cathie	STRETCH Cindy	
12h30 - 13h15	PUMP Cathie	F.A.C. Cindy	PILATES Cathie	BODYSCULPT Béregère	TBC Cindy	
17h45 - 18H30	STRONG Cindy	PILATES Cathie	F.A.C. 17h45->18h45 puis STRETCH 18h45->19h15	PUMP Cathie	LIA Marjorie	
18h45 - 19h30	LIA Béregère	MIX FIT Cathie	Béregère	PILATES Cathie	STEP intermédiaire Marjorie	

**ESPACE
MUSCULATION**

HIVER

Lundi à Vendredi :
8h -> 20h ;
Samedi :
8h30 -> 12 h

ÉTÉ

(À CONFIRMER)

Lundi à Vendredi :
8h30 -> 13h30
& 17h -> 20h ;
Samedi : fermé



-> CONTACTS

Salle Roland-Surfaro : 04 94 53 87 48
muscu-fitness@amslfrejus.com



RUGBY-GOLF

OÙ JOUE-T-ON ?

• GOLF BLUEGREEN

Avenue du Débarquement
83120 Sainte-Maxime

• DEMOCRATIC GOLF

ZAC Le Perrussier
83520 Roquebrune/Argens

VOTRE ADHÉSION COMPREND ->

- la cotisation AMSLF,
- la dotation d'une tenue aux couleurs de l'AMSLF,
- la carte avantage AMSLF

À QUEL ÂGE ?...

-> À partir de 18 ans

ON REPREND LE...

-> Mercredi 8 septembre
(lieu et heure à définir)

47

MERCREDI	ÉTÉ : 17h -> 20h HIVER : 16h -> 19h	DÉCOUVERTE -> adhérents + initiés
VENDREDI	ÉTÉ : 17h -> 20h HIVER : 16h -> 19h	CLUBS, ENTREPRISES, ASSOCIATIONS... -> adhérents + groupes
SAMEDI	ÉTÉ : 17h -> 20h HIVER : 16h -> 19h	COMPÉTITION -> adhérents



-> CONTACTS

Matthias Garcia : 06 35 26 02 17

Thomas Garcia : 06 28 80 46 86

rugbygolf@amslfrejus.com

TARIFS

ADULTE / COMPÉTITION

130 €

LOISIRS

60 €

FÉDÉRATION FRANÇAISE DES CLUBS OMNISPORTS

Une structure pour défendre le sport des
territoires et pour soutenir les clubs



Fédération Française
des Clubs Omnisports



750 000
pratiquant.e.s

600 clubs
Dont plus de 5000
sections disciplinaires

321 structures employées

ffco@ffco.org - 01 42 53 00 05



**Grâce à ton club,
profite d'avantages exceptionnels !**

+ DE 3000 OFFRES !



Commerces de proximité (restauration, mode, bien-être, loisirs, ...)



Offres ski



Parcs d'attractions



Cinémas



Evénements sportifs



1 Inscription AMSLF = 1 WinBox offerte !

Scanne-moi et découvre comment rentabiliser ta cotisation !



Télécharge vite l'application mobile et découvre toutes les offres près de chez toi !



www.win-win-sports.com/



contact@win-win-sports.com/



09 75 44 23 55