





SOMMAIRE

Clubs par discipline	4/5
Le mot du président du Grand Cahors	7
Édito du Président de l'Office	9
Présentation de l'Office du Sport du Grand Cahors	10
L'Office organise le forum du Sport	11
Comité Directeur	12
Le Service des Sports	13
Les Équipements sportifs	14/15
Le Service Départemental	17
Les clubs	19/37
Prosport	39







Le plus grand choix de produits frais et la proximité "

LUNDI AU SAMEDI : 8h30-19h30 DIMANCHE : 9h00-12h30

Avenue Edouard HERRIOT - Tél : 05-65-20-58-58 Avenue Maryse BASTIE - Tél : 05-65-22-53-19



EDITIONS PUBLICITAIRES PRESSE & CONSEIL EN COMMUNICATION

Siège social - 21, Rue Maurice Ravel CS 53999 34184 MONTPELLIER CEDEX 4 - Tél.: 04 67 99 85 85

34184 MONTPELLIER CEDEX 4 - Tél. : 04 67 99 85 85

Direction : Sami KHALAF - Publicité : MOURON/FIGUIERES - Maquette et Imprimerie spéciale : MEDIA INFORMATION Crédit photos : photothèque OSGC

Toute contrefaçon ou utilisation de nos modèles à des fins commerciales, publicitaire ou de supports, sans notre autorisation, sera poursuivi (art. 19 de la loi du 11/03/57).

Nous nous excusons par avance de toute erreur d'impression, modification de bureau ou d'adresses, entre la rédaction et la parution du présent document. Selon une jurisprudence constante, les éditeurs ne sont pas responsables des erreurs ou omissions commisses involontairement dans les ouvrae qu'ils bublient.

CLUBS PAR DISCIPLINES

AÏKIDO

- p.25 Cercle Cadurcien d'Aïkido
- p.30 L'enveloppe du geste

ATHLÉTISME

- p.19 AC Gigouzac/St Germain
- p.21 Cahors Athlétisme
- p.28 Extrapédestres
- p.32 Marathon des Vignobles de Cahors

AUTOMOBILE

- p.27 Écurie des Cadourques
- p.27 Écurie Valentré

AVIATION

- p.19 Aéroclub du Quercy
- p.25 Centre de vol à voile lotois

AVIRON

- p.20 Aviron Cadurcien
- p.20 Aviron Douellais

BADMINTON

p.33 Pradines Badminton

BASKET BALL

- p.21 Cahorsauzet Basket
- p.26 Comité territorial Quercy-Garonne Basketball
- p.33 Pradines Lot basket

BILLARD

p.19 Académie de billard de Cahors

BOULE LYONNAISE

p.30 La Boule Cadurcienne Lyonnaise

BOXE

- p.21 Boxe française Cadurcienne
- p.21 Cahors Boxe
- p.22 Cahors Fight Team
- p.36 Thaïboxing 46

CANOË KAYAK

p.26 Club de Canoë Kayak de Cahors

CYCLISME

p.21 Cahors Cyclisme

CYCLOTOURISME

- p.21 Cahors cyclotourisme
- p.27 Cyclo Marnhac
- p.37 Vélo Evasion nature

DANSE SPORTIVE

- p.19 2 Steplife (Breakdance)p.20 Boots Country club
- p.23 Cahors Let's Danses
- p.26 Country 46
- p.32 Montat Danse club
- p.34 Siempre Salsa

ÉCHECS

p.22 Cahors échecs

ÉQUITATION

- p.26 Club Hippique du Quercy
- p.28 Étrier de Cahors Bégoux

ESCALADE

p.22 Cahors Escalade

ESCRIME

p.25 Cercle d'Escrime du Grand Cahors

ÉVÈNEMENTIEL SPORTIF

- p.27 Ekiden de Cahors
- p.32 Montathlon organisations

FITNESS

- p.31 L'Essentiel Bien-Être
- p.32 Magie de la Danse p.32 Peak Move

FOOTBALL AMÉRICAIN

p.20 Aurochs-Football Américain Cahors

FOOTBALL

- p.22 Cahors Football club
- p.27 District du Lot de Football
- p.27 Entente Vallée du Lot ELVL
- p.30 Lacapelle Football
- p.34 PSV D'Olt

GOLF

p.22 Cahors Golf

GYMNASTIQUE

- p.23 Cahors Gymnastique Sportive
- p.23 Cahors Gymnastique Volontaire
- p.29 Gym' Pradines

HANDBALL

p.34 Stade cadurcien handball

JUDO

- p.23 Cahors Judo
- p.29 Judo club Lacapelle
- p.29 Judo Luzech Pradines p.30 Le Montat Judo

KARATÉ

- p.29 Fudo Goshin Karaté do
- p.34 Shizendo Karaté do
- p.36 Thoki-do 46

KENDO

p.29 Katsunjinken Dojo

KRAV MAGA

p.37 UKMC Cahors Krav Maga

MOTOCYCLISME

p.32 Moto club 46

MUSCULATION

p.32 Muscu Fitness Cahors

NATATION

- p.24 Cahors Natation
- p.31 Les bébés nageurs Cadurciens

OMNISPORTS

- .19 ASPTT Cahors
- .20 Avenir Omnisports Cahors
- p.30 Lamourous
- p.33 Pradines Omnisports
- p.36 UFOLEP 46

PARAPENTE

p.37 Vol libre cadurcien

PÊCHE

p.28 Fédération du Lot pour la pêche et la protection du milieu aquatique

PÉTANQUE

- p.24 Cahors sport pétanque
- p.33 Pétanque Cadurcienne
- p.33 Pétanque Mercuésienne
- p.33 Pétanque de Trespoux

PLONGÉE

p.31 Les compagnons de Neptune

OI KONG

p.31 Les mouvements du cœur

RANDONNÉE

- p.25 Chemin Faisant -Quercynoise de Randonnée
- p.28 Escales Animations
- p.34 Randonneurs pédestres Cadurciens

ROLLER

p.34 Rol 'in Cahors

RUGBY

- p.24 Cahors Lot XIII p.24 Cahors Rugby
- p.34 Rugby Quercy Féminin (RQF)

SCOLAIRES

- p.20 Association Sportive St Etienne
- p.20 Association Sportive du lycée
 Clément Marot (Les Roseaux)
- 0.31 Les coqs rouges Gaston Monnerville
- p.37 UNSS Lot
- p.37 USEP 46

SPÉLÉOLOGIE

p.29 Groupe spéléologique du Quercy

TAE KWON DO

- P.29 Hwarang Taekwondo Cahors
- P.30 Kwan Taekwondo Hapkido

TAI CHI CHUAN

p.30 Lao Jia

Cahors

- p.35 Tai chi club de Cahors
- p.35 Tai chi chuan Pradines- Chansi

TENNIS

- p.26 Club Tennis Arcambal
- p.35 Tennis club Trespouzien
- p.35 Tennis club de Cahors

TENNIS DE TABLE

- p.24 Cahors Tennis de Table
- p.36 Tennis Table Reignac

TIR À L'ARC

p.33 Première compagnie d'arc de Cahors

TIR SPORTIF

p.24 Cahors Tir sportif

TRIATHLON

p.24 Cahors Triathlon

VOLLEY BALL

p.25 Cahors Volley

DIVERS

p.19 Accueil des Villes Françaises (AVF Grand Cahors)





Nous vous accueillons du lundi au samedi de 8h30 à 20h

Route de Luzech - 46090 Pradines

Votre opticien vous accompagne pour le choix de vos lunettes correspondant à votre activité sportive.

Avec nos partenaires Demetz, Julbo, Maui Jim et Oakley nous pouvons vous conseiller sur votre équipement sportif

mis à votre vue.

Prise de rendez-vous possible via Doctolib.

A très bientôt dans votre magasin. Le Collectif des Lunetiers de Cahors

Le Collectif des lunetiers

810 avenue Maryse Bastié - 46000 Cahors

05.65.24.14.11

cahors@leslunetiers.fr



Le Mot du Président du Grand Cahors



C'est avec un plaisir non dissimulé que je contribue à l'introduction de cette brochure de l'Office du Sport du Grand Cahors (OSGC).

Depuis plus de 30 ans, l'OSGC joue un rôle essentiel dans la promotion du sport sur notre territoire. Son action est rendue possible grâce à l'engagement sans faille de ses bénévoles, par ailleurs souvent engagés dans leurs associations respectives. Ils trouvent une motivation supplémentaire à rejoindre l'OSGC pour mettre leurs compétences et leur esprit du collectif au service du plus grand nombre. L'occasion pour moi de leur adresser mes plus sincères remerciements.

Pièce maîtresse du tissu associatif cadurcien, l'Office propose de nombreux services aux associations. Organisateur hors pair du Forum du sport et de la culture, il donne rendez-vous aux jeunes et aux familles à chaque rentrée de septembre pour un événement désormais incontournable.

Le sport de A à Z vous invite à découvrir la richesse et la diversité des disciplines pratiquées à l'échelle du Grand Cahors. Que vous soyez amateur de sports individuels ou collectifs, d'entretien ou de compétition, d'extérieur ou d'intérieur, je ne doute pas que vous y trouverez l'activité qui vous correspond.

Le sport est bien plus qu'une simple activité physique. Il est un vecteur de valeurs : le respect, la solidarité, le dépassement de soi, le fair-play ou encore l'humilité.

C'est pourquoi il est si important de le promouvoir auprès de tous. Grâce à l'engagement de l'OSGC, à la mobilisation des acteurs du monde sportif et au soutien de la Ville et du Grand Cahors, nous entendons durablement conforter l'offre sportive, une offre de qualité et accessible à tous.

> Jean-Luc Marx Président du Grand Cahors Maire de Cahors



Banque, assurance, téléphonie...

Rejoindre une banque qui appartient à ses clients, ca change tout.

e Crédit Mutuel, banque coopérative, appartient à ses 8,1 millions de clients-sociétaires



Cahors

19, boulevard Gambetta - 46000 Cahors Tél.: 05 65 35 84 82 - Email: 02250@creditmutuel.fr

Caisse Rédérale de Crédit Nutural et Caisses affiliées, société coopérative à torme de société annyme au capital de 5 458 631 008 auros, 4 rue Frédéric-Gulliaume Ratfleten, n°7913 Strauboug Géder, P.CS Strauboug B 588 505 354 – 11° Orias : 07 003 758.







CHAMBRE FUNÉRAIRE DE CAHORS-NORD

170 Rue des cyprès - Cimetière Nord - 46000 CAHORS 430 Route de Cahors - 46090 LAMAGDELAINE

05 65 30 13 94 / 05 65 22 13 05

www.pompesfunebres-pascalpradines.fr



Édito du Président de l'Office du Sport



Moteur de la vie sportive du territoire, l'Office du Sport du Grand Cahors continue sa marche en avant.

Avec ses 108 clubs (représentant 52 disciplines sportives, pour 12 500 licenciés), l'OSGC est vraiment le trait d'union indispensable entre les associations, la population et les collectivités territoriales.

Fédérer, représenter, soutenir le mouvement sportif et promouvoir le Sport et les activités physiques, sont nos principales missions. Ainsi notre rôle, au-delà de l'indispensable lien social que nous devons renforcer entre les générations, est aussi d'accompagner le Sport Santé et de rappeler les valeurs humanistes du Sport.

En cette Année Olympique et Paralympique de Paris 2024, j'émets le vœu que le Sport en sorte grandi et que nos clubs bénéficient de nombreuses retombées après cet événement planétaire.

Vous trouverez dans ce guide, Edition 2024-2025, toutes les informations concernant l'organisation du Sport sur notre territoire.

Qu'il me soit permis de remercier vivement :

- *Tous les annonceurs qui ont bien voulu répondre à notre sollicitation, sans lesquels cet annuaire ne pourrait exister,
- *Les 108 clubs adhérents qui nous font confiance,
- *Le Comité directeur pour son implication tout au long de l'année,
- *Nos partenaires Minibus et Forum,
- *Monsieur le Maire et Président du Grand Cahors, les deux collectivités, pour leur aide et soutien indispensables et incontournables.

Bonne saison sportive 2024-2025.

Du Sport partout et pour tous.

Gérard MAZET

Président de l'Office du Sport du Grand Cahors

PRÉSENTATION DE L'OFFICE DU SPORT DU GRAND CAHORS

L'office du Sport du Grand Cahors (association loi 1901), fédère, représente et soutien le mouvement sportif du territoire.

Toutes les associations sportives du Grand Cahors peuvent adhérer à l'Office. Toutes les démarches pour l'adhésion se trouvent sur le site.

www.officedusportcahors.com

SON RÔLE:

Étre l'interlocuteur privilégié des collectivités territoriales ; **Être un trait d'union** entre les populations et les associations ; **Être un organisme** de concertation, de liaison, d'animation, d'études et de promotion du sport. L'Office ne se substitue ni aux associations ni aux comités départementaux, dont au contraire il tente de favoriser l'action.

L'Office est le relais des associations pour : l'amélioration des équipements, la création d'équipements, la répartition des subventions avec les communes qui le souhaitent, l'étude des besoins nouveaux

■ Il édite l'annuaire « Le Sport du Grand Cahors de A à Z »

LES SERVICES DE L'OFFICE DU SPORT

Il est proposé à toutes les associations à jour de leur cotisation, les services suivants :

2 PERCOLATEURS - 50 et 80 tasses

SONO PORTABLE

PHOTOCOPIEUR - A5, A4 et A3

RELIEUSE A4 SPIRALE

3 MINIBUS - 9 places - munis de crochet d'attelage

MASSICOT - coupe jusqu'à A3

PLASTIFIEUSE - A5 à A3

VIDEO-PROJECTEUR

-3 ABRIS PLIANTS - 3x3

SITE INTERNET

L'OFFICE ORGANISE LE FORUM DU SPORT

Samedi 31 août 2024

(Exceptionnellement pour des raisons calendaires au lieu du premier samedi de septembre)

Cette manifestation, qui **fête son 25ème anniversaire**, véritable fête populaire, a déjà conquis un large public depuis son encrage au stade Lucien-Desprats.

Elle est une vitrine annuelle permettant de mieux connaître les clubs sportifs du Grand Cahors et de découvrir les différentes disciplines à travers des animations et des démonstrations toujours plus nombreuses avec un espace animation enfants.

L'entrée et les animations sont entièrement gratuites

L'office du Sport est riche aujourd'hui de 108 associations adhérentes représentantes de 54 disciplines sportives, environ 70 d'entre elles ne manquent pas ce rendez-vous.

Elles ont là une occasion exceptionnelle pour sensibiliser le public aux différentes activités sportives qui se pratiquent sur le territoire du Grand Cahors.

Le service « Culture » du Grand Cahors est présent dans l'enceinte de ce Forum.

L'office apporte son concours aux Trophées des Sports de Cahors et à la fête du Sport de Catus.

LE BUREAU

Président : Gérard MAZET - CL

Secrétaire :

Vice-président délégué : François JORDAN - ASPTT Cahors
Vice-présidents : Benoit BOUSQUET - Aviron Cadurcien

Benoit BOUSQUET - Aviron Cadurcier

Ludo FÉRAUD - CL

Thérèse DROUI - 1ère Compagnie d'Arc

Adjointe : Colette BOISSELEAU - CL
Trésorière : Marie FARRÉ - Kwan Tae Kwon Do

Adjoint : Patrick MARTHE - ASPTT Rando

COMITÉ DIRECTEUR DE L'OFFICE

MEMBRES DE DROIT

Jean-Luc MARX - Président Du Grand Cahors/ Maire De Cahors

Françoise FAUBERT - 1ère Adjointe au maire de Cahors chargée des sports

Bénédicte LANES - Vice-présidente du Grand Cahors chargée des sports

Frédéric BALDY - Directeur du Service des Sports du Grand Cahors

LES MEMBRES

Fabienne CAMBE - Stade cadurcien handball

Jean Paul COSTANTINI - Académie de Billard Cahors

Jean Paul DELMONT - CL

Anne Marie ÉTIÈVE - Cahors Gymnastique

François FRANCESCHI - Tennis club de Cahors

Jean Philippe KIMMEL - Extrapédestres

Bernard LABORDERIE - Cahors Cyclisme

André LATUGAYE - Fudogoshin Karaté Do

Roland MANGIN - Vélo Évasion Nature

Alain SAN JUAN - Cahors Gymnastique

PERMANENCES

Lundi

9h à 12h

Vendredi

14h à 17h

Archipel

373, Chemin Ludo Rollès

46000 CAHORS

PRÉSIDENTS D'HONNEUR

Bernard CHARLES
Yves MELLAC
Alain SAN JUAN
Pierre BOURBONNAUD

LE SERVICE DES SPORTS DU GRAND CAHORS

Un service public avec 43 agents au service des sportifs Tél : 05 65 24 09 30 150, rue de la Guinquette - 46000 CAHORS

Directeur des sports : Frédéric BALDY **Directeur Adjoint** : Pascal GRENET

5 éducateurs : Opérations LAJ, ticket sport, école municipale des sports, organisation de la fête

du sport de Catus, USEP.

Piscines: 8 maîtres-nageurs - surveillance, animations aquatiques, leçons de natation,

projet natation scolaire, 3 agents: Accueil/caisse.

Équipe technique : 21 agents (dont 4 gardiens) - entretien et maintenance des équipements sportifs de la ville de Cahors et du Grand Cahors (terrains, gymnases, tennis, piscines et Lac Vert

de Catus).

Missions générales

Entretenir, surveiller et gérer les installations sportives avec le personnel du Grand Cahors

→

Animer les activités sportives et développer l'attractivité sur le territoire avec les Educateurs Sportifs et les Maîtres-Nageurs du Grand Cahors



Gestion des dossiers de demandes de subventions des clubs Cadurciens à la Ville de Cahors



Gérer l'espace Clément Marot : Maison des associations - Cahors Espace congrès Grand Cahors

Subventions Grand Cahors

Le Grand Cahors subventionne les actions de rayonnement communautaire :

- Le Forum des Sports
- Le CDOS pour l'aide à la pratique du sport
- Les manifestations sportives
- Les épreuves nationales

ÉQUIPEMENTS SPORTIFS

ARCAMBAL

Un terrain de Football et un terrain annexe Deux courts de Tennis dont un couvert Un plateau sportif

BOISSIÈRES

Un terrain herbe Un terrain de Boules

BOUZIES

Un terrain de Boule Un circuit de randonnée

CABRERETS

Un court de Tennis Un circuit de randonnée

Un terrain de Pétanque

Un lac

CALAMANE

CALLAC

Un terrain de Boules Un circuit de randonnée Un court de Tennis Club house

CATUS

Un terrain herbe
Un terrain stabilisé
Un court de Tennis
Un sport-co extérieur
Un dojo
Un terrain de Beach Volley
Un terrain de Boules
Un circuit de randonnée
Un lac, une base nautique
Un aqua Park

CIEURAC

Un terrain de Pétanque Un plateau sportif

COURS

Un court de Tennis Une petite aire de Basket Un circuit de randonnée

CRAYSSAC

Un terrain herbe Un terrain de boules Un circuit de randonnée

DOUELLE

Deux courts de Tennis Un ponton Aviron Deux terrains de Football Aire d'envol et d'atterrissage parapente/delta

ESPÈRE

Une halle des Sports Un boulodrome Un terrain de Football Un terrain de Basket

FONTANES

Un terrain de Football Un court de Tennis Un terrain de Boules

FRANCOULES

Un terrain de Boules Un circuit de randonnée

GIGOUZAC

Un court de Tennis Un terrain de Boules Un circuit de randonnée

LAMAGDELAINE

Un terrain de Football Deux courts de Tennis

LABASTIDE DU VERT

Un terrain herbe
Un circuit de randonnée
LABASTIDE MARNHAC

Un court de Tennis

Un boulodrome
Une salle (gym et danse)

LAROQUE DES ARCS

Un terrain de Football Un court de Tennis

LHERM

Un circuit de randonnée

LE MONTAT

Une salle de sports-co et un dojo Un terrain de Football Un terrain de Basket Un court de Tennis Un espace Trial Un court de Tennis

LES JUNIES

Un court de Tennis Un circuit de randonnée

MAXOU

Un circuit de randonnée

MECHMONT

Un circuit de randonnée

MERCUÈS

Un terrain de Football Un boulodrome

MONTGESTY

Un court de Tennis Un terrain de Boules Un circuit de randonnée

NUZÉJOULS

Un court de Tennis Un terrain de Boules Un circuit de randonnée Une piscine

PONTCIRQ

Un circuit de randonnée

PRADINES

Trois courts de Tennis Un terrain de bicross Un boulodrome Une Halle des sports comprenant une salle de sports-co, un dojo et une salle de danse Trois terrains de Football

Une zone de sports nautiques TRESPOUX

Un court de Tennis Un plateau sportif de 1 000m2 Un terrain de Pétanque

ST CIRQ LAPOPIE

Baignade surveillée Un circuit de randonnée pédestre

ST DENIS CATUS

Un terrain de Boules Un circuit de randonnée

ST GÉRY

Un terrain de Football Un court de Tennis Un plateau sportif Un terrain de Boules

ST MÉDARD

Un sport- co-extérieur Un circuit de randonnée

ST PIERRE LAFEUILLE

Un circuit de randonnée

TOUR DE FAURE

Un court de Tennis Un terrain de Football Un circuit de randonnée

VALROUFIE

Un terrain de Football Un court de Tennis

VERS

Un court de Tennis Un terrain de Football Un circuit de randonnée

CAHORS

1. PALAIS DES SPORTS : Place Bessières

2. SALLE DE BILLARD : Espace Clément Marot, Place Bessières

3. STAND DE TIR : 125, rue des Thermes (Sous-sol Groupe scolaire Jean Calvet)

4. SALLE ESPACE CAVIOLE : Rue Wilson

5. GYMNASE : Groupe scolaire Sud, Rue des Jardiniers

6. ARCHIPEL: Espace Eau et loisirs d'été OFFICE du SPORT du GRAND CAHORS, Bureau: 373. Chemin Ludo Rollès

7. GYMNASE HENRI THAMIER : 40 rue de l'Île Dojo, une salle Omnisports

8. STADE LUCIEN-DESPRATS:
391 Chemin de la Rivière
Site Rugby: terrain d'honneur
(Ceinturé d'une piste), quatre terrains, club house,
Plateau sportif (hand et Basket)
Terrain de Beach Volley

9. DIVONEO : Espace Aqualudique et balnéo détente d'hiver, 150 rue de la guinguette

10. COMPLEXE SPORTIF COUVERT DE CABESSUT : 150, rue de la Guinguette

Un dojo, une salle omnisports, une salle de musculation et une salle polyvalente, BUREAU du SERVICE des SPORTS

11. AVIRON : 164, route de Laroque des Arcs

12. CANOË-KAYAK : 314, route de Laroque des Arcs

13. PRACTICE DE GOLF : Rue Rivière de Cabessut 14. COMPLEXE SPORTIF PIERRE ILBERT :

200, rue Robert Schuman

Site Football : un terrain d'honneur, deux terrains annexes, un terrain synthétique, club house.

Une piste d'athlétisme, un plateau sportif (Hand et Basket) Un gymnase : une salle omnisports, trois salles de gymnastique, une salle annexe et une salle de boxe.

15. TENNIS: 175, rue des pensées, cinq courts extérieurs, cinq courts intérieurs, club house.

16. CLUB HIPPIQUE : L'Étrier de Bégoux, Chemin de la Bouriette

17. STADE DE BEGOUX : Route de St Cirice, terrain de Football et plateau sportif

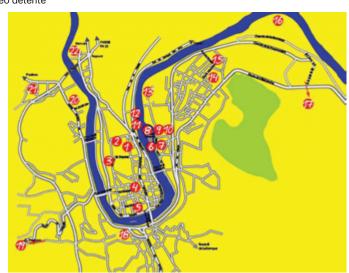
18. BOULODROME DE SAINT GEORGES : Route de Peyrolis

19. STADE DE LACAPELLE : Route de Trespoux

20. COMPLEXE SPORTIF DE LA CROIX DE FER : Rue du Maréchal Juin, terrain de Football, Rugby et Foot américain, Escalade, Boxe et Salle polyvalente.

21. CLUB HIPPIQUE: Club hippique du Quercy, Chemin du Club Hippique

22. SKI NAUTIQUE : Bases de Regourd et Pradines













Gros-Oeuvre, Charpente Couverture, Béton Végétal Côte Saint-Laurent - 82000 MOISSAC Savin.arnoux@kairos-batiment.fr



SERVICE DÉPARTEMENTAL À LA JEUNESSE. À L'ENGAGEMENT ET AUX SPORTS

DSDEN du Lot - 1, place Jean-Jacques Chapou - 46000 CAHORS Téléphone: 05 67 76 55 46

Messageries: sdies46@ac-toulouse.fr / cabinet46@ac-toulouse.fr

Le service départemental à la jeunesse, à l'engagement et aux sports de la DSDEN du Lot, service déconcentré d'Etat, est en charge de mener sur le département les missions suivantes, en lien avec les partenaires locaux :

- → Assurer la promotion et le développement des activités physiques et sportives pour tous et des politiques en faveur de l'enfance et de la ieunesse.
- → Assurer la protection des mineurs accueillis hors du domicile parental pendant les périodes de vacances et des usagers des activités physiques et sportives.
- → Accompagner les projets des associations du département, favoriser l'action des bénévoles et l'engagement chez les jeunes (Service National Universel, Service Civique).

L'équipe est composée de deux conseillers d'éducation populaire et de jeunesse, de quatre professeurs de sports, d'une référente service civique et mobilité internationale, de trois agents administratifs et d'un inspecteur, également responsable du service, Xavier THURIES.

Les professeurs de sport sont vos interlocuteurs dans les domaines suivants :

- Développement de la pratique sportive et aide à la structuration des associations sportives ;
- Information sur les métiers et les diplômes du secteur sportif ;
- Promotion du sport pour les personnes en situation de handicaps, promotion du sport santé;
- Coordination des contrôles des établissements d'activités physiques et sportives,
- Sécurité des activités de pleine nature, des activités de baignade et des projets relatifs au développement durable :
- Soutien à la vie associative.

Focus sur quatre dispositifs qui peuvent intéresser les clubs et leurs adhérents :

s'effectue en France ou à

l'étranger et est indemnisé.

Les domaines d'intervention

permettant d'accomplir une

mission d'intérêt général sont ;

pour tous, la culture et loisirs. le sport, l'environnement, la

mémoire et citoyenneté, le

et action humanitaire.

l'interventiond'urgence.

développement international

SERVICE

la solidarité, la santé, l'éducation

Le SNU (Service National

Universel) est un dispositif qui s'adresse auxjeunes de 15 à 17ans. Il se compose d'un séjour de cohésion de 12 jours et d'une MIG (Mission d'Intérêt Général) qui peut se dérouler dans une association. Il vise à :

- Impliquer davantage la jeunesse française dans la vie de la Nation en favorisant le brassage social et territorial et permet de développer la cohésion sociale et nationale.
- Développer la culture de l'engagement.

Contact Estelle BRUERE

06.11.01.36.27

Le SNU permettra aux ieunes de découvrir les différentes formes d'engagement possibles.



Durée: Min. 24h/sem. de 6 à 12 mois

Contact : Géraldine COMBA 06.70.92.99.26 estelle.bruere@ac-toulouse.fr geraldine.comba@ac-toulouse.fr

Le Service Civique est un Le FDVA (Fonds pour le engagement volontaire au Développement de la Vie service de l'intérêt général Associative) est une aide ouvert aux 16-25 ans, élargi à 30 financière aux associations ans aux ieunes en situation de handicap. Accessible sans condition de diplôme, il

pour soutenir des projets innovants ou structurants pour l'association (FDVA2). Les appels à projets FDVA2 sont

lancés en janvier.



L'ANS (Agence Nationale du sport) permet

d'accompagner financièrement les clubs et associations dans leur développement, l'emploi et la formation par le biais de PST et PSF (projet sportifs territoriaux et fédéraux).

Des aides pour la construction et la rénovation d'équipements sportifs sont aussi mis à dispositions pour les collectivités



Contact : Lionel BOURDELOIS 06.82.49.77.41 lionel.bourdelois@ac-toulouse.fr Contact : Eric DECHARME 07.87.71.50.45 eric.decharme@ac-toulouse.fr





Vente de vélos et accessoires Réparation - Étude posturale

Route de toulouse - 46090 LE MONTAT 05 65 35 48 67

magasin.veloclic@gmail.com





lamourous Association Esat Fournié

RETOUCHES - BLANCHISSERIE
POUR COLLECTIVITÉS ET PARTICULIERS
LOCATION SALLE DE CONFÉRENCES
ACTIVITÉS TRAITEUR COLLECTIVITÉS / PARTICULIERS
ENTRETIEN LOCAUX

57, cours de la Chartreuse • 46000 CAHORS Tél.: 05 65 53 22 00 • Fax: 05 65 53 22 09 secretariat.assolamourous@orange.fr



CONCEPT'2 ROUES Cahors

Vente et réparation de cycle et motocycle accessoires et pièces détachés

JAMEL BOUDIE

Ouvert du lundi au jeudi de 09h-12h30 et de 13h30-18h30 le vendredi de 10h30-18h30 415 quai de regourd 46000 Cahors Tél : 09 50 57 21 80



2STEPLIFE (BREAKDANCE)

Adresse: 17 rue labarthe - 46090 Espère

Contact: Steven DAN Téléphone: 06 38 64 67 76 Courriel: 2.step.liife@gmail.com

Âges concernés : Tout âge à partir de 5 ans **Activités proposées :** Breaking (breakdance).

Plonge dans le monde du breakdance avec 2STEPLIFE! Maîtrise les mouvements de cette discipline et libère ta créativité grâce à des cours animés par Adjé, pour t'initier ou perfectionner tes compétences en breakdance.

Rejoins-nous tous les mardis de 17h30 à 19h30 et tous les samedis de 15h30 à 17h30.

Lieu de pratique : Salle des associations à Espère.



AC GIGOUZAC / ST GERMAIN

Adresse: Mairie de Gigouzac 46150 Saint-Gigouzac Contact: Ghislaine PAVARD Téléphone: 06 37 81 92 90 Courriel: marathongigi@yahoo.fr Site internet: https://ac-gigouzac.com/ Âges concernés: 4 ans et plus

Activités proposées : Entrainement piste - trail

Marche nordique - Remise en forme.

Lieu de pratique : Entrainements adultes piste mardi soir

18H30/20H00 - stade P.Ilbert à Cahors.

Entrainement enfants samedi matin 10H30/12H00

St germain du bel air.

Remise en forme adulte mercredi soir 18h30/19H30

stade P.Ilbert à Cahors.

Lundi soir et jeudi soir 19H00/20H00 salle des fêtes de

St Germain du bel air.

ACADÉMIE DE BILLARD DE CAHORS

Adresse : Maison des Associations - Espace Clément

Marot - Place Bessières - 46000 Cahors Contact : Jean Paul COSTANTINI Téléphone : 06 83 48 52 22 Courriel : cahorsbillard@gmail.com

Courriel: cahorsbillard@gma **Âges concernés:** 18 à 99 ans Activités proposées : Initiation, perfectionnement aux ieux de billard.

Organisation de stages et de compétitions, niveau locales, départementales et régionales.

Lieu de pratique : Salle de billard au 3e étage de la maison

des Associations (près du nouveau cinéma).

ACCUEIL DES VILLES FRANÇAISES AVF GRAND CAHORS

Adresse: Maison des Associations - Espace Clément

Marot - Place Bessières - 46000 Cahors

Contact : Thierry VRIGNAUD Téléphone : 05 65 22 34 37

Courriel: avf.grandcahors@gmail.com Site internet: https://avf.asso.fr/cahors/ Lieu de pratique: Le Grand Cahors.

BIENVENUE SUR LE SITE AVF DU GRAND CAHORS

Vous avez choisi de venir vivre à Cahors ou dans ses environs, soyez les bienvenus! Les bénévoles de notre association sont à votre disposition pour vous aider à vous intégrer dans votre nouvel environnement, à découvrir les richesses de la ville et de la région, à tisser de nouveaux liens amicaux au travers de sorties, de visites, d'activités variées... Venez nous rendre visite.

AÉROCLUB DU QUERCY

Adresse: Aérodrome de Cahors-Lalbenque

46230 Cieurac

Contact: Claude MIQUEL
Téléphone: 06 08 54 12 03
Courriel: ac.quercy@wanadoo.fr

Site internet :

https://ac-quercy.fr/fr_fr/

Âges concernés : de 12 à 90 ans **Activités proposées :** Formation

au pilotage d'avion :

- sur simulateur, - sur avion.

Promenade vol découverte

Vol d'initiation.

Lieu de pratique : Aérodrome de

Cahors.



Adresse: Maison des Associations - Espace Clément

Marot - Place Bessières - 46000 Cahors

Contact: François JORDAN
Téléphone: 06 48 28 66 88
Courriel: cahors@asptt.com

Site internet: http://cahors.asptt.com/

Âges concernés : Tous les âges

Activités proposées : Cyclotourisme - KidiSport Gymnastique volontaire - Randonnée pédestre. Lieu de pratique : Cahors et ses environs.

ASSOCIATION SPORTIVE DU LYCÉE CLÉMENT MAROT «Les Roseaux»

Adresse : Lycée Clément Marot - 59 Rue des Augustins

46000 Cahors

Contact: Isabelle FERRY-VANNIÈRE Courriel: stephanie.alcaide@ac-toulouse.fr Activités proposées: Sports scolaires.

ASSOCIATION SPORTIVE SAINT-ÉTIENNE

Adresse: 49 Rue des soubirous - 46000 Cahors

Téléphone: 05 65 23 32 00

Courriel: secretariat@st-etienne46.com

Activités proposées :

<u>Au collège</u>: multi-activités (basket, hand, volley, badminton, foot, athlétisme, course d'orientation, pétanque, VTT, raid...) le mercredi après midi et badminton sur la pause méridienne.

<u>Au lycée</u>: musculation le lundi soir, mardi soir et jeudi soir et compétitions le mercredi après midi (rugby, foot, futsal, badminton, pétanque, raid, VTT, course d'orientation,

crosstit). **Lieu de pratique :** Installations municipales de la ville et salle de musculation au sein de l'établissement.

AUROCHS FOOTBALL AMERICAIN CAHORS

Contact : Benoît TRARIEUX Téléphone : 06 30 60 89 80

Courriel: aurochs-footus@outlook.fr

Âges concernés : À partir de 16 ans, juniors, séniors, filles

et garçons **Activités proposées :** Le club des Aurochs propose

plusieurs volets : - Le Football Américain (masculin) - Le Flag qui est un dérivé du Football Américain, plus

accès sur la technique et non équipé.
- Le Cheerleading, pour toutes catégorie du juniors au

séniors, féminin ou masculin.

Lieu de pratique : Stade de la croix de fer :

Lundi de 20h à 22h, catégorie Foot sénior, junior et Flag, Mercredi de 20h à 22h, catégorie Flag, Vendredi de 20h à 22h, catégorie Foot sénior, Samedi de 10h à 12h, catégorie junior au stade Lucien Desprat.

AVENIR OMNISPORTS CAHORS

Adresse: Maison des Associations Place Bessières - 46000 Cahors Contact: Etienne GRENIER Téléphone: 06 84 84 48 24 Courriel: aoccahors46@gmail.com Site internet: https://aocahors.webador.fr/

Ages concernés: 8 à 99 ans

Activités proposées : Pratiques de la marche pieds VTT et VTC (vélos à assistance électrique acceptés)

Course à pied-trails.

Lieu de pratique: Cahors et alentours.

zioa do pratiquo: Carioro et alontoare.

AVIRON CADURCIEN

Adresse : 164 Route de Laroque - 46000 Cahors Contact : Virginie REY, Amélie BUSSIÈRE,

Jérôme PAILLER

Téléphone: 06 87 08 80 81

Courriel: contact@avironcadurcien.com
Site internet: https://www.avironcadurcien.com/

Âges concernés : À partir de 11 ans

Activités proposées : Aviron : école, loisirs, compétition. Lieu de pratique : 164 Route de Laroque - 46000 Cahors.



AVIRON DOUELLAIS

Adresse: Mairie - 46140 Douelle Contact: Isabelle CAMPARGUE Téléphone: 06 09 50 32 18 Courriel: avirondouellais@gmail.com

Site internet: https://www.avirondouellais.fr

Âges concernés : À partir de 11 ans

Activités proposées: Aviron de loisir destiné à tous les publics, quel que soit leur âge et sans contrainte particulière d'un point de vue médical; il faut seulement savoir nager et être capable de s'immerger!

Initiation aviron - Aviron de loisir ; mercredis et samedis de

14h à 17h (9h-12h en été).

Club permettant la pratique de l'aviron aux personnes à mobilité réduite, grâce à un ponton et une embarcation adaptée ainsi qu'un système de transfert fauteuil / bateau. Lieu de pratique : Rue de la Cale sous le pont de Douelle

(sous le pont reliant Douelle à Mercuès).

La navigation se fait sur le bief de Cessac entre l'écluse de

Mercuès en amont et celle de Douelle en aval.

BOOTS COUNTRY CLUB

Adresse: 330 Rue St Ambroise - 46000 Cahors

Contact : Isabelle RAGOT Téléphone : 06 51 26 91 19

Courriel: bootscountryclub@yahoo.fr Âges concernés: Tous âges Activités proposées: Danse Country. Lieu de pratique: Salle du XXème siècle, 2 Rue Jean Racine, Terre Rouge - 46000 Cahors.

BOXE FRANÇAISE CADURCIENNE

Adresse: 116 Rue Paul Claudel - 46000 Cahors

Contact: Manuel FOUCHIER Téléphone: 06 71 29 48 81 Courriel: clubabfc@gmail.com Âges concernés: Tous publics

Activités proposées : SAVATE Boxe Française,

SAVATE Défense, SAVATE Forme.

Lieu de pratique : Salle de boxe et salle polyvalente de la Croix de Fer : Lundi de 18h30 à 20h, Mercredi de 18h00 à

19h45, Jeudi de 18h30 à 20h (cross savate).

Salle Polyvalente du Dojo de Cabessut (Savate Forme) :

Lundi de 19h à 20h30.



CAHORSAUZET BASKET

Adresse : Palais des sports - place Bessières

46000 Cahors

Contact : Secrétariat: Palais des Sports Place Bessiéres - 46000 Cahors Téléphone : 05 65 35 60 78

Courriel: cahorsauzetbasket@gmail.com **Site internet:** https://cahorsauzetbasket.com/

Âges concernés : à partir de 5 ans

Activités proposées : Pratique du basketbal. **Lieu de pratique :** Palais des Sports de Cahors, Espère,

Terre Rouge, IUFM.

CAHORS ATHLÉTISME

Adresse: 1932 Route du Carriol - 46140 Douelle

Contact : Julien MONTAGNE Téléphone : 06 61 19 65 80

Courriel: benedicte.lanes@gmail.com

Activités proposées : Athlétisme piste et cross. Lieu de pratique : Complexe Sportif Pierre Ilbert,

Terre Rouge - 46000 Cahors.

CAHORS BOXE

Adresse: 1901 Route de Villefranche

46000 Cahors

Contact: Etienne VILLENEUVE

Téléphone: 07 78 81 19 64 **Courriel:** cahorsboxe@laposte.net **Âges concernés:** À partir de 7 ans

Activités proposées : Boxe Anglaise, Amateur, Loisir,

Educative, Aéroboxe.

Lieu de pratique: Gymnase de Terre Rouge,

46000 Cahors.

CAHORS CYCLISME

Adresse : Salle des fêtes de Bégoux - Place du village

46000 Cahors

Contact : Nicolas CAMPAN Téléphone : 06 86 69 28 65

Courriel: cahors.cyclisme@gmail.com **Site internet:** http://www.cahorscyclisme.com/

Âges concernés : À partir de 5 ans

Activités proposées : Pratique du cyclisme dans toutes ces configurations et des activités multisports (raids,

triatlon, courses hors stade, orientation).

École de vélo, Route, VTT, Enduro, Trial, Cyclo cross, Piste.

Lieu de pratique: Bégoux, Espère et les environs.

CAHORS CYCLOTOURISME

Adresse: Immeuble La barbacane, Place Luctérius

46000 Cahors
Contact: Guy FAURE

8, rue Saint-Exupéry - 46090-Pradines

Téléphone : 06 12 56 44 50

Courriel: cahors.cvclotourisme@amail.com

Site internet: https://www.cahorscyclotourisme.com/

Âges concernés : Tous âges

Activités proposées : Cyclotourisme - Cyclisme sur route sportif ou pratique douce - Tourisme à vélo - Séjours cyclistes, Brevets «courtes et longues distances» - VTT Pratique du vélo dans le cadre du Sport-Santé.

Lieu de pratique : Voies publiques autorisées, sentiers.



CAHORS ÉCHECS

Adresse: 201 rue Clémenceau (MJC) - 46000 Cahors

Contact: Rachel THOMAS Téléphone: 07 81 61 39 93

Courriel: cahorsechecs46@gmail.com

Site internet: https://www.cahors-echecs.com/

Âges concernés : À partir de 6 ans

Activités proposées : Échecs en compétition ou tournoi amical, formation, initiation, animations pour le public Animation à la médiathèque de Cahors.

Tournoi amical au club.

Lieu de pratique : MJC Cahors - 201 rue Clémenceau,

2eme étage - 46000 Cahors.



CAHORS ESCALADE

Adresse : Maison des associations - Espace Clément Marot

Place Bessiéres - 46000 Cahors **Contact :** Maxime ROUQUETTE **Téléphone :** 06 37 94 26 84

Courriel: bureau@cahors-escalade.com
Site internet: https://www.cahors-escalade.com/

Âges concernés : À partir de 6 ans

Activités proposées: Avec ses 51 mètres linéaires, 300 m² de surface grimpable et près de 600 m² au sol, la salle de Cahors Escalade permet à chacun de pratiquer selon son niveau.

Cahors Escalade est doté de deux professionnels qui accompagnent les jeunes et les adhérents en quête de progression.Le club offre la possibilité de diversifier votre pratique en milieu extérieur. En plus des sorties en falaise, des stages de découvertes, de perfectionnement et d'entraînement sont proposés par le club, encadrés par des professionnels durant les week-ends et les vacances scolaires.

Cahors Escalade propose un accès à la salle en créneaux non encadrés.

Lieu de pratique : Salle d'Escalade au 24 avenue Alphonse Juin (entrée par l'arrière, côté Lot), Quartier Croix de Fer - 46000 Cahors.

CAHORS FIGHT TEAM

Adresse: 24 Avenue Alphonse Juin

46000 Cahors

Contact: William VIELET

BPJEPS Sports de contact & Coach MMA

Téléphone : 06 11 36 20 67

Courriel: contact@cahors-fight-team.fr

Site internet : https://www.cahors-fight-team.fr/ **Âges concernés :** Enfants de 9 ans à 12 ans / Adolescents

de 13 ans à 15 ans / Adultes à partir de 16 ans. **Activités proposées :** Mixed Martial Arts (MMA) : MMA kids (9 à 12ans) - MMA Ados (13 à 15ans)

MMA Adultes (>16ans).

Kick Boxing - K1 : Kick Boxing Kids (9 à 12ans) - Kick Boxing Ados (13 à 15ans) - Kick Boxing K1 Adultes (>16ans). Notre objectif est d'apporter une pédagogie et un apprentissage accessible à tous dans une ambiance conviviale et solidaire. Notre enseignement est adapté à nos différents types de pratiquants. Nous pratiquons du MMA et Kick Boxing éducatif et de loisir sans oublier celles et ceux qui veulent faire de la compétition.

Lieu de pratique :

• Dojo EDF, 500 Avenue Maryse Bastié 46000 Cahors.

• Salle polyvalente Croix de Fer - Avenue Alphonse Juin, (Entrée face terrain de Rugby) - 46000 cahors.

CAHORS FOOTBALL CLUB

Adresse : Rue Robert Schuman

Complexe de Terre Rouge - 46000 Cahors

Contact: Simon LAPARRA
Téléphone: 06 23 77 50 77
Courriel: cahors.foot@orange.fr
Site internet: https://cahorsfoot.com/

Activités proposées : formation et pratique du football.

Lieu de pratique : Complexe Pierre-Ilbert, Quartier de Terre Rouge - 46000 Cahors.

CAHORS GOLF

Adresse : Espace Clémént Marot - Espace Bessières

46000 Cahors **Contact :** Jean-Baptiste COURNEDE

Téléphone: 06 73 91 08 40 Courriel: asscahorsgolf@outlook.fr Site internet: https://www.cahorsgolf.com/

Âges concernés : À partir de 5 ans

Activités proposées : Initiation - Perfectionnement

Entrainement - Compétitions de golf. Lieu de pratique : Practice de Cabessut 1154 Rue de la rivière - 46000 Cahors.

CAHORS GYMNASTIQUE ARTISTIQUE ET SPORTIVE

Adresse: Complexe sportif Pierre Ilbert Rue Robert Schuman - 46000 Cahors Contact: Cahors Gymnastique

Vous pouvez nous contacter le : Lundi de 14h30 à 18h00

Mardi de 14130 à 18100 Mardi de 14130 à 18100 Mercredi de 14130 à 18100 Jeudi de 16130 à 18100 Vendredi de 14130 à 18100 **Téléphone :** 05 65 22 60 45

Courriel: cahors-gymnastique@wanadoo.fr

Site internet :

https://cahorsgymnastique.sportsregions.fr/

Âges concernés : Catégories: Baby Gym Filles et garçons 2019/2018 - Eveil gymnique 2017/2016 - Poussin/poussine 2015/2014/2013 Animation/compétition, à partir de 2012,

GR à partir de 2014.

Activités proposées : - Gymnastique Artistique Féminine et Masculine (aux agrès) - Gymnastique Rythmique.

- BABY GYM activité exclusive de la Fédération Française de Gymnastique - Éveil Gymnique - Trampoline

Maintien de la Forme.

Cadres formées «efformip».

Lieu de pratique : Gymnastique Artistique féminine, masculine, rythmique, petite Enfance et trampoline au Complexe Sportif Pierre Ilbert, rue Robert Schuman à Cahors

Maintien de la forme-Salles spécialisées au gymnase P. Ilbert Terre Rouge, Cahors, salle Caviole et complexe sportif Cabessut à Cahors.



CAHORS GYMNASTIQUE VOLONTAIRE

Adresse: Maison des associations - Espace Clément Marot

Place Bessières - 46000 Cahors Contact : Madeleine ROBLIN Téléphone : 05 65 21 13 66 Courriel : mado.roblin@qmail.com

Activités proposées : Gymnastique d'entretien pour

adultes.

Lieu de pratique : Palais des Sports et gymnase Henri-

Thamier - 1er étage - Rue de l'île - Cabessut,

46000 Cahors.

CAHORS JUDO (JUDO CLUB CADURCIEN)

Adresse: 150 Rue de la guinguette - 46000 Cahors

Contact : Lilian BEAL Téléphone : 06 29 38 94 90 Courriel : cahorsjudo@gmail.com

Site internet: https://www.judo-cahors.net/

Âges concernés : À partir de 3 ans

Activités proposées : Baby judo, Judo enfants, Judo adultes loisir et compétitions.

Judo adultes loisir et compétitions, Taïso (abdos/fessiers/cardio,, etirements),

Kendo (sabre japonais).

Lieu de pratique : Dojo de Cahors - Rue de la guinguette.

CAHORS LET'S DANSE

Adresse: Maison des associations Place Bessières - 46000 Cahors Contact: Pierre LALOUM Téléphone: 07 81 55 81 60

Courriel: cahorsletsdanses@gmail.com Site internet: https://www.cahors-lets-danses.fr/

Âges concernés : À partir de 15 ans

Activités proposées : Danses de salon, Rock'n Roll Danses standards : valse viennoise, valse lente, quick-step,

tango, slow-fox.

Danses latines : cha-cha, rumba, samba, paso-doble, jive. **Lieu de pratique :** Gymnase École Zacharie Lafage,

Rue Victor Hugo - 46000 Cahors.



CAHORS LOT XIII

Adresse: Stade Lucien Desprats Quai Ludo-Rollès - 46000 Cahors Contact: Frédéric BALDY Téléphone: 05 65 53 02 93 Courriel: cahorslotxiii@orange.fr Site internet: https://cahorslot13.fr/

Âges concernés: 4 à 70 ans Activités proposées : RUGBY à 13 avec ses pratiques

aménagées.

Lieu de pratique: Stade Lucien Desprats.

CAHORS NATATION

Adresse: Espace aqualudique DIVONEO 150 Rue de la Guinguette - 46000 Cahors

Contact: Ulrike CURRIE Téléphone: 06 42 82 30 54

Courriel: secretariat@cahorsnatation.fr

Site internet : https://cahors-natation-1.jimdosite.com/ Âges concernés: À partir de 6 ans être capable de nager

seul 25 m (longueur du grand bassin)

Activités proposées : La natation dans tous ses états : apprentissage, loisir, course, compétition, natation artistique, handisport, formations diverses.

Lieu de pratique: Piscine DIVONEO.

CAHORS RUGBY

Adresse: Stade Lucien Desprats Quai Ludo-Rollès - 46000 Cahors Contact: Jean-François ROMERO **Téléphone:** 07 60 88 70 21 Courriel: contact@cahors-rugby.fr Site internet: http://www.cahors-rugbv.fr/ Âges concernés: À partir de 3 ans

Activités proposées : Pratique du rugby à XV. Lieu de pratique: Stade Lucien Desprats.

CAHORS SPORT PÉTANQUE

Adresse: Boulodrome St Georges Chemin de Pevrolis - 46000 Cahors

Contact: Josiane SAGAZ Téléphone: 06 32 73 32 03 Courriel: josiane.vitrac@orange.fr Âges concernés: de 7 à 77 ans

Activités proposées : Pratique de la pétanque. Lieu de pratique: Boulodrome St Georges.

CAHORS TENNIS DE TABLE

Adresse: 192 Rue de la Croix - 46000 Cahors

Téléphone: 06 13 32 06 77

Courriel: gregoire.mirante@yahoo.fr

Site internet: https://www.cahorstennisdetable.fr/

Âges concernés : À partir de 8 ans

Activités proposées : Pratique du Tennis de Table en loisir

et compétition.

Lieu de pratique : Gymnase du Collège Gambetta,

Allées Fénelon - 46000 Cahors.

CAHORS TIR SPORTIF

Adresse: 125 Rue des Thermes - 46000 Cahors

Téléphone: 07 85 62 31 82

Courriel: cahorstirsportif.secr@gmail.com

Site internet :

https://cahorstirsportif.sportsregions.fr/ **Âges concernés :** À partir de 8 ans



Activités proposées : École de tir air comprimé jeunes & adultes - Tir armes à feu stand homologué F.F.Tir.

Moniteurs diplômés FFT (5).

Lieu de pratique : 125 Rue des Thermes - 46000 Cahors

& stand extérieur Laburgade.

CAHORS TRIATHLON

Adresse: 150 Rue de la guinguette - 46000 Cahors

Contact: Philippe MONTAGNE **Téléphone:** 06 85 57 32 34

Courriel: contact@cahorstriathlon.com Site internet: https://www.cahorstriathlon.com/

Âges concernés : À partir de 6 ans

Activités proposées : Le triathlon c'est : de la natation. du vélo, de la course à pied... mais aussi du renforcement musculaire, un peu de cardio, des étirements... à petite ou forte dose, de chaque ou au choix. Mais c'est aussi des rencontres, de la bonne humeur, du plaisir sportif partagé et convivial.

À Cahors Triathlon, nous vous accueillerons pour une pratique compétitive bien sûr, mais aussi pour une pratique en loisir, sans objectif de performance où faire des courses est surtout l'occasion de partager un moment sportif.



C'est aussi le sport-santé, où la course n'est pas vraiment au programme mais la possibilité de nager, faire du vélo à l'occasion et courir à son rythme.

C'est également une école de Triathlon labellisée 2* Dès l'âge de 6 ans jusqu'à 11 ans, on nage, on court et on roule d'abord pour s'amuser. On apprend à avoir des gestes coordonnées, à se déplacer avec les autres, à respecter les consignes et les règles du jeu et on fait la course avec les copains.

A partir de 12 ans, on peut entrer dans la compétition. On participe aux épreuves du Championnat régional Jeunes, aux qualificatifs, on mesure les performances...

Lieu de pratique: Lot, Occitanie, France...

CAHORS VOLLEY

Adresse: 67 Rue du muguet - 46000 Cahors

Contact: Bernard ROJAT **Téléphone:** 06 87 13 83 29 Courriel: bernard.roiat@hotmail.fr

Site internet: https://cahorsvolleyclub.blogspot.com/

Âges concernés : À partir de 11/13 ans

(fille et garçon)

Activités proposées : Volley Ball et beach volley. Les entraînements ou matchs adultes sont les mardis soir au palais des sports à 21h et les entraînement les vendredis soirs à 21h 30 au gymnase Henri Thamié. École de volley à partie de 13ans au gymnase Henri Thamié

les vendredis soirs de 19h45 à 21h30.

Lieu de pratique: Mardis soirs au palais des sports 21h/23h Mercredis soir au gymnase Henri Thamier équipe loisir de

18h/20h.

CENTRE DE VOL À VOILE LOTOIS

Adresse: Aérodrome de Cahors-Lalbenque

46230 Cieurac

Contact: Frédéric TOUGE Téléphone: 06 46 54 55 20 Courriel: cvvl.cahors@orange.fr

Site internet: http://www.cahorsplaneur.fr/

Âges concernés: 14 - 75 ans

Activités proposées : D'Avril à Octobre, vols de découverte en planeurs biplaces tous les week ends sur

Rdv (à partir de 149 €).

Toute l'année : formation pilote planeur (théorie et

pratique) et passage du brevet.

Accueil des pilotes de passage (hébergement possible).

Lieu de pratique: Centre Vol à Voile Lotois, Hangar planeurs - Aérodrome de Cahors Lalbengue.

CERCLE CADURCIEN D'AIKIDO

Adresse: Le Pech - 46090 Laburgade Contact: Jean-Louis CHAUDESSOLLE Directeur technique - Tél: 07 78 24 61 08

Téléphone: 06 84 66 87 14

Courriel: contact@aikido-cahors.fr Site internet: http://www.aikido-cahors.fr/

Âges concernés : À partir de 8-9 ans selon maturité, sans

limite d'âge ni discrimination de sexe.

Activités proposées : Aikido cours enfants & adultes. Projets & actions liés a l'esprit et la pratique de l'Aikido

(scolaires, socio-éducatif, recherche, etc...).

Lieu de pratique : Dojo de Cabessut chemin Ludo Rollès le mardi à 18h enfants & 19h adultes et au Complexe Sportif de Cabessut, 150 rue de la Guinquette le vendredi à 20h30.

CERCLE D'ESCRIME DU GRAND CAHORS

Adresse: Mairie - 180 Rue du village - 46090 Le Montat

Contact : Nathalie BENNE Téléphone: 06 74 23 44 80 Courriel: escrime46@gmail.com

Site internet: https://cahors-escrime.blogspot.com/

Âges concernés: De 7 à 77 ans

Activités proposées : L'activité est destinée à tous, enfants à partir de 7 ans et adultes, hommes et femmes, débutants

et expérimentés - Loisir et Compétition. Lieu de pratique : Halle des Sports du Montat : Mercredi: 16h30-18h00: enfants débutants et

expérimentés (7 à 12 ans).

18h-20h00: adultes et ados expérimentés.

CHEMIN FAISANT - QUERCYNOISE DE RANDONNÉE

Adresse: Maison des associations - Espace Clément Marot

Place Bessières - 46000 Cahors Contact: Anne Marie WITRY **Téléphone:** 06 77 03 55 10 Courriel: soubirouch@gmail.com

Site internet: https://www.cheminfaisant46.fr/

Âges concernés: De 8 à 84 ans

Activités proposées: Randonnées Pédestres à la journée, à la demi-journée - Rando santé, séjours rando.

Découverte du patrimoine.

Lieu de pratique : Chemins et sentiers du département et

de la région.

CLUB DE CANOË KAYAK

Adresse: 314 Route de Laroque - 46000 Cahors

Contact: Anaïs SANDRIN Téléphone: 06 28 25 84 57

Courriel: kayakclubcahors@gmail.com

Âges concernés: De 8 à 100 ans

Activités proposées: Kayak - Stand Up Paddle. Lieu de pratique : Rivières locales - Déplacements

Pyrénées et Cévennes.



CLUB HIPPIQUE DU QUERCY

Adresse: 117 chemin du club hippique

46000 Cahors

Contact: Association Club Hippique du Quercy

Téléphone: 06 08 77 24 85

Courriel: contact@clubhippiqueduquercy.com

Site internet: https://www.clubhippiqueduguercy.com/

Âges concernés: À partir de 3 ans

Activités proposées : Le Club Hippique du Quercy a pour objectif principal de rendre accessible l'équitation au plus

grand nombre.

Nous proposons aux cavaliers la meilleure et la plus gratifiante des expériences d'apprentissage, en proposant un enseignement de qualité adapté à tous les niveaux, quelque soit l'âge.

Que vous aimiez les reprises, le saut d'obstacle, le dressage, les concours, les passages de galops, ou les balades nous serons heureux de vous permettre de vivre pleinement votre passion. Venez découvrir notre école d'équitation, le poney-club, et l'écurie de propriétaires. Le Club Hippique du Quercy est situé à Cahors, sur une surface de 5 Ha, notre équipe expérimentée, et les bénévoles sont présents au quotidien pour aider nos élèves à atteindre leurs objectifs. Prêt à déployer votre potentiel? Rejoignez-nous dès aujourd'hui!

Nous organisons également des stages et séjours sportifs (enfants, adultes).

Lieu de pratique: 117 chemin du club hippique,

46000 Cahors.

CLUB TENNIS ARCAMBAL

Adresse: 209. Impasse du Pech Louis - 46090 Arcambal

Contact: Angeline CABESSUT-COTVRIENDT

Téléphone: 06 79 40 56 01 Courriel: tc.arcambal@gmail.com

Âges concernés : À partir de 6 ans (ieunes et adultes)

Activités proposées : Cours de Tennis.

Lieu de pratique: Deux cours dont un couvert, rue du

Stade, Arcambal.

COMITÉ TERRITORIAL QUERCY GARONNE BASKETBALL

Adresse: Espace Associatif Clément Marot Bureaux 206/207 - Place Bessières - 46000 Cahors

Contact: Huguette CHAPPAT Téléphone: 05 65 22 36 70 Courriel: cdbbl@wanadoo.fr

Âges concernés : À partir de 4ans et tous âges Activités proposées : Pratique du basket pour tous. Permanence: Cahors: Lundi / Mardi / Jeudi / Vendredi

14h-17h - Vendredi 8h30-12h.

Montauban: mardi / vendredi 8h30-12h et 13h-18h

Mercredi / Jeudi 8h30-12 h.

Lieu de pratique: Territoire Quercy Garonne.

COUNTRY 46

Adresse: Mairie, 180 rue du village - 46090 Le Montat

Contact: Svlvia ROUSSIGNOL **Téléphone:** 07 71 12 05 31 Courriel: country-46@orange.fr Site internet: http://country46.fr/1.html

Âges concernés: De 7 à 77 ans

Activités proposées : Pratique de la danse country. Démonstration et initiations auprès de différents publics Participation à des évènements (fête de la musique, forum des sports, festivals....) - Démonstrations - Bals.

Lieu de pratique : Le mercredi à la salle des fêtes de Saint Henri - 46000 Cahors de 20h00 à 22h00,

Le jeudi à la salle des fêtes du Montat, 46090 Le Montat - de 20h00 à 22h00.



CYCLO-MARNHAC

Adresse: Mairie De Labasride Marnhac

46090 Labastide Marnhac

Contact: LAUR Francis - 479, chemin de la Portette

Tél: 06 08 00 37 17

Vice-président : TAISANT Jean-Nöel **Téléphone:** 06 08 00 37 17 Courriel: cmarnhac@gmail.com Âges concernés: De 18 à 90 ans Activités proposées : Cyclotourisme.

Lieu de pratique : Département du Lot et autres.

DISTRICT DU LOT DE FOOTBALL

Adresse: 715 Côte des Ormeaux - 46000 Cahors

Contact: Didier BREIL Téléphone: 05 65 35 68 10

Courriel: secretariat@district-foot-lot.fff.fr Site internet: https://district-foot-lot.fff.fr/ Âges concernés : À partir de 5 ans

Activités proposées : Organisation et gestion des compétitions de football du département. Lieu de pratique : Clubs du département.

ÉCURIE DES CADOURQUES

Adresse: Café Le Bordeaux, 15 Boulevard Gambetta

46000 Cahors

Contact: Marie-Hélène VALES (Présidente)

Téléphone: 06 14 75 75 94 Courriel: rallye.quercy@orange.fr

Site internet: https://www.rallye-quercy.fr/ Âges concernés: À partir de 16 ans

Activités proposées : Organisation du Rallye du Quercy.

Ce rallye est une course automobile sur route fermée qui existe depuis 1976.

Encadrement et conseil aux équipages, découverte du sport automobile et sensibilisation à la sécurité routière.

Lieu de pratique : France entière.

ÉCURIE DU VALENTRÉ

Adresse: Café Le Bordeaux -15 Boulevard Gambetta -

46000 Cahors

Contact: Thierry BERGUES

Téléphone: 06 07 33 97 38 ou 06 71 46 74 19 Courriel: ecurievalentre@orange.fr

Âges concernés: À partir de 12 ans

Activités proposées: Sport automobile. Manifestation annuelle «Auto cross et Sprint car du Quercy».

Lieu de pratique : Circuit terre communes de Bélaye et Albas (46).

EKIDEN DE CAHORS

Adresse: 125 Le Payrat - 46060 Le Montat

Contact : Benoit BOSC Téléphone: 06 82 26 11 46

Courriel: ekidendecahors@gmail.com

Site internet: https://www.ekidendecahors.com/

Âges concernés: De 14 à 99 ans

Activités proposées : Ekiden de Cahors est une course pédestre de nuit dans Cahors en relais de 6 concurrents

sur la distance de 42.195 km.

Pour les adultes c'est 300 équipes de 6 adultes, mais aussi il y a un Ekiden enfant pour les primaires avec 60 équipes d'enfants sur un circuit de 2km, sans oublier la marche

pour découvrir Cahors dans l'après midi.

Le principe est simple, le montant des inscriptions est reversé à la recherche médicale contre la maladie

d'Huntington.

C'est avant tout une grande fête pour une bonne cause.

Lieu de pratique : Centre ville de Cahors.



ENTENTE LA VALLÉE DU LOT ELVL

Adresse: Mairie - 46090 Lamagdelaine Contact : Cédric CORMANE - Secrétaire

Téléphone: 06 23 79 05 14 Courriel: 545558@footoccitanie.fr **Âges concernés :** À partir de 5 ans Activités proposées : Pratique du football.

Club de football proposant la pratique du football sur les communes de Bellefont-La Rauze, Lamagdelaine et

St Géry-Vers.

Lieu de pratique: Terrains de Lamagdelaine et

Bellefont-La Rauze.

ESCALES ANIMATIONS

Adresse: Bat L. HLM des Ecales - 46090 Pradines

Contact : Michel LAFON Téléphone : 07 52 06 40 80

Courriel: escalesanimations@gmail.com

Âges concernés : Adultes

Activités proposées : Adresse : Bat L. - HLM des Ecales

46090 Pradines

Contact : Michel LAFON Téléphone : 07 52 06 40 80

Courriel: escalesanimations@gmail.com

Âges concernés : Adultes

Activités proposées : Randonnées pédestres. Danses traditionnelles adultes - Sorties culturelles

Atelier peinture.

Lieu de pratique : Pradines.



ÉTRIER DE CAHORS BÉGOUX

Adresse: Chemin de la Bouriette - 46000 Cahors

Contact : Étrier de Cahors Begoux Téléphone : 05 65 22 38 89

Courriel: etrierdebegoux@orange.fr

Site internet : http://etriercahorsbegoux.com/

Âges concernés : À partir de 18 mois

Activités proposées: Aux portes de Cahors, dans un cadre verdoyant et un esprit chaleureux, l'Étrier de Cahors-Bégoux vous accueille pour un enseignement adapté à vos envies, sécurisé et dispensé par des monitrices diplômées. Enfants et adultes, débutants et confirmés, personnes handicapées et valides, chacun trouve son bonheur à l'Étrier

Sur place, vous trouverez 1 écurie de 18 boxs, 2 selleries, 2 carrières, 1 manège couvert, 1 rond de longe, 1 club house, des sanitaires (avec douche) accessibles aux PMR. Cours collectifs et individuels pour enfants et adultes tous

niveaux - Stages d'initiation ou thématiques. Promenades & randonnées - Compétition Passage des diplômes - Pension d'équidés. Lieu de pratique : Étrier de Cahors-Bégoux Chemin de la Bouriette - 46000 Cahors.

EXTRAPÉDESTRES

Adresse: Espace Clément Marot

Place Bessières, bureau 25 - 46000 Cahors

Contact : Gilles CLUZET Téléphone : 06 25 76 26 17

Courriel: extrapedestres46@orange.fr **Site internet:** https://extrapedestres.fr/

Âges concernés : Tous les âges

Activités proposées: Initiation à la course à pied, tous les niveaux, même les débutants - Entraînement hebdomadaire avec un coach diplômé tous les mercredi soir - Entraînement collectif le dimanche matin.

Un entraînement collectif tous les mois autour de cahors.
Pour tout complément d'information, voir le site Internet :

https://www.extrapedestres.fr/.

Lieu de pratique: Cahors et ses environs.

FÉDÉRATION DU LOT POUR LA PÊCHE ET LA PROTECTION DU MILIEU AQUATIQUE

Adresse: 133 Quai Albert Cappus - 46000 Cahors

Contact: François TEULIERES Téléphone: 05 65 35 50 22 Courriel: info@pechelot.com

Site internet: https://www.pechelot.com/ Âges concernés: À partir de 8 ans

Activités proposées : Ateliers pêche Nature tous les mercredis - Stages Pêche pendant les Vacances Scolaires, diverses animations estivales, animation dans le milieu scolaire a la demande des professeurs des écoles. Venez découvrir la Pêche de Loisirs et le milieu aquatique à travers nos diverses animations, n'hésitez pas à nous contacter au 05 65 35 50 22 ou bien nous écrire par mail : info@pechelot.com.

Venez visiter notre Site www.pechelot.com. Lieu de pratique: Berges du lot à Cahors,

Plans d'eau alentours dans les Locaux de la fédération de

Pêche à Cahors - Dans les écoles.



FUDO GOSHIN KARATÉ DO

Adresse: 350 Route de Largueil - 46140 Caillac

Contact : Eric VIALARD Téléphone : 05 65 20 01 34

Courriel: fudogoshin-karatedo@orange.fr

Site internet :

https://www.fudogoshin-karatedo.fr/fr **Âges concernés :** De 5 à 77 ans

Activités proposées : Karaté, Taikiken, Goshin, Jutsu,

Bo Jutsi

Lieu de pratique : Dojo Henri Thamier (Cabessut) Chemin Ludo Rollès à Cahors - Espace animation à Montcuq en Quercy Blanc - Maison des Associations à Catu.

GROUPE SPÉLÉOLOGIQUE DU QUERCY

Adresse: 700 Chemin du Communal

46000 Cahors

Contact : Fabrice FICHET
Téléphone : 06 75 16 39 64
Courriel : fabricefichet@gmail.com

Site internet: https://groupe-speleo-quercy.fr/

Âges concernés : À partir de 15 ans

Activités proposées : Exploration, prospection, suivi

chauve souris.

Lieu de pratique : Département du Lot.

GYM'PRADINES

Adresse: 124 chemin du clos Lacassagne 46000 Cahors - Chez Mme Vaysse Contact: Martine MONTCUQUET Courriel: gympradines46@oranges.fr

Site internet : https://www.gympradines.fr/index.html

Âges concernés : Adultes plus de 16 ans

Activités proposées : Fitness, Entretien, Haltères, zumba,

stretching, pilates.

Lieu de pratique : Halle des sports de Pradines.

HWARANG TAEKWONDO CAHORS

Adresse: Mas del Saltre - 46150 Nuzejouls

Contact: Delanis WESLEY Instructeur fédéral - 3ème Dan Téléphone: 06 74 14 27 96

Courriel: hwarangtkd46@gmail.com Site internet: https://www.hwarangtkd.fr/ Âges concernés: Baby 3-6 ans, Enfants 7-11 ans

et Adultes +12 ans

Activités proposées : Activités proposées uniquement du

Taekwondo:

Baby Taekwondo, Taekwondo Technique, Taekwondo

Combat et Taekwondo Traditionnel. Lieu de pratique : Dojang Privé,

412 Avenue Henri Martin - 46000 Cahors.

JUDO CLUB LACAPELLE

Adresse: 1217 Route de Flottes - 46000 Cahors

Contact : Nathalie PIQUER **Téléphone :** 06 28 23 14 02

Courriel: judoclub.lacapelle46@orange.fr

Site internet: https://judolacapelle46.sportsregions.fr/

Âges concernés : À partir de 4 ans **Activités proposées :** Judo, Baby judo,

JUJITSU (self défense), Taîso (gym judo pour tous). **Lieu de pratique :** Salle des Fêtes de Lacapelle - Cahors.

JUDO LUZECH PRADINES

Adresse: Chez Mme Delsahut Myriam Impasse Le Cros - 46140 Douelle Contact: Romain BASTIT

Courriel: Judo.luzech.pradines@gmail.com

Âges concernés : À partir de 4 ans

Activités proposées: Judo, baby judo, taïso, ju-jitsu,

self défense.

Lieu de pratique: Dojo de Pradines - Dojo de Luzech.



KATSUJINKEN DOJO

Adresse: Labastide Floyras - 46150 Pontcirq

Contact: Aymeric DE VALON Téléphone: 06 80 95 83 60 Courriel: katsujinkendojo@free.fr

Site internet : https://www.katsujinkendojo.com/ **Âges concernés :** À partir de 7 ans

Activités proposées : Kendo (escrime japonaise),

sinten

Kenjutsu.

Lieu de pratique : Espace Caviole,

Gymnase du groupe sud, Dojo de Pontcirq.

KWAN TAEKWONDO HAPKIDO CAHORS

Adresse: 999 Chemin Ste Valérie- Résidence Ampère -

BAT B appt 21 - 46000 Cahors Contact : Rahim ALLA Téléphone : 06 86 89 46 67 Courriel : kwan46@wanadoo.fr Site internet : https://www.cnhf.fr/ Âges concernés : A partir de 6 ans

Activités proposées: Taekwondo, Hapkido, Gym Tonic,

Gvm 3ème ieunesse.

Lieu de pratique: Dojo Henri Thamier (face à l'archipel). Complexe sportif de Cabesut - Cahors (planning sur notre site).

LA BOULE CADURCIENNE LYONNAISE

Adresse: Boulodrome Cadurcien, Chemin de Peyrolis

46000 Cahors

Contact : Marie Christine LACOSTE Téléphone : 06 04 06 16 55 Courriel : lacostemc46@gmail.com

Âges concernés : Tous

Activités proposées : Pratique et compétition sport boules

(lyonnaise).

Lieu de pratique : Boulodrome, Chemin de Peyrolis à

Cahors, plus compétitions extérieures.

LACAPELLE FOOTBALL

Adresse: Stade de Lacapelle - 46000 Cahors Contact: Marie-Laure RAYNAL - Secrétaire

Téléphone: 05 65 35 66 23 Courriel: 553855@Impf.eu Âges concernés: À partir de 5 ans Activités proposées: Football.

Lieu de pratique : Terrain football, Route de Trespoux

à Lacapelle.

LAMOUROUX

Adresse: 57 Cours de la Chartreuse - 46000 Cahors

Contact : Gérard MONTEIL Téléphone : 05 65 53 22 00

Courriel: secretariat.assolamourous@orange.fr

Âges concernés : À partir de 18 ans

Activités proposées: Tir à l'arc, randonnée, cross, basket.

Lieu de pratique: Fover Lamourous.

LAO JIA

Adresse : Chez Mr Timmer Alain 15 Rue St Laurent - 46000 Cahors

Contact: Alain TIMMER - alain.timmer@gmail.com

Téléphone : 06 79 98 74 06 Courriel : franck@wangxian.com Âges concernés : À partir de 12 ans

Activités proposées : Tai Ji Quan style Chen. Lieu de pratique : Gymnase de Cabessut.

LE MONTAT JUDO

Adresse: Mairie - Le Bourg - 46090 le Montat

Contact : Joëlle PAPON Téléphone : 06 82 26 11 46

Courriel: lemontatjudo@gmail.com

Site internet :

https://www.ffjudo.com/club-judo-club-le-montat-9410

Âges concernés: De 4 à 99 ans

Activités proposées : Découverte, initiation, apprentissage, perfectionnement du judo. Participation aux manifestations

départementales et régionales.

Lieu de pratique : Dojo Halle des Sports Le Montat.



L'ENVELOPPE DU GESTE

Adresse: Maison des Associations, Allée du dix neuf mars 1962 - 46150 Catus Contact: Magalie GAUTIER - Professeur

Téléphone: 06 63 73 51 74

Courriel: aikidocatus46@gmail.com **Site internet:** https://www.aikidolot.fr/

Ages concernés : Accessible à toutes et à tous à partir de

7 ans, sans limite d'âge **Activités proposées :** Aïkido :

- Cours enfants mercredi 14h15 - 15h15,

- Cours adultes mardi 19h30 - 21h et samedi 10h-12h,

- Organisation de stage une fois par mois.

L'aïkidojo de Catus, porté par l'association «L'Enveloppe du Geste», s'inscrit dans la lignée de l'école de maître Tamura

Nobuyoshi.

Ce dojo propose une pratique dans le respect des règles traditionnelles de cet art martial, conjuguée à l'ouverture d'esprit humaniste que sous-tend cette discipline.

Nous organisons des stages une fois par mois, à Catus.

Nous participons à de nombreux stages organisés par la ligue Midi-Pyrénées et d'autres dojos, afin de bénéficier des apports techniques d'experts et de favoriser les échanges entre pratiquants.

Des rencontres avec d'autres disciplines sont également proposées : Yoga, zazen, shiatsu, tai-chi, Qi Qong. **Lieu de pratique :** Maison des associations - 1er étage

Allée du 19 mars 1962 - 46150 Catus.

LES BÉBÉS NAGEURS CADURCIENS

Adresse : Maison des Associations Place Bessières - 46000 Cahors

Contact: L'équipe bénévole des bébés nageurs cadurciens

Courriel: bebenageur46@gmail.com

Site internet :

http://bebesnageurs46.e-monsite.com/ **Âges concernés :** De 4 mois à 5 ans

Activités proposées : Découverte du milieu aquatique

pour les jeunes enfants.

LES COMPAGNONS DE NEPTUNE

Adresse: 150 Rue de la Guinguette

46000 Cahors

Contact : Julie ROCHIS / Mickael MARTIN

Téléphone: 06 18 96 43 58

Courriel: courrier@lescompagnonsdeneptune.com

Site internet :

http://www.lescompagnonsdeneptune.com/

Âges concernés : De de 8 à 99 ans

Activités proposées: Labellisée École de Plongée Pyrénées Méditerranée par la FFESSM, l'association propose des formations à partir de 8 ans pour tous les niveaux du débutant (niveau 1) au plongeur expérimenté (niveau 4) ainsi que des niveaux spécifiques (initiateur, MF1, RIFAP etc).

Le club organise également des sorties en mer en France plusieurs fois dans l'année et à l'étranger au moins une fois par an.

Vous pourrez aussi pratiquer des activités axées sur la compétition: pour les plus jeunes participation au Challenge Régional OxyJeunes, pour les ados et adultes de la Plongée Sportive en Piscine (PSP) avec participation au championnat régional d'Occitanie et au championnat de France

Enfin depuis Septembre 2018 vous pourrez vous adonner aux joies de l'apnée en piscine et en milieu naturel. **Lieu de pratique :** Piscine couverte DIVONEO.

de septembre à juin - Piscine L'Archipel pendant les vacances d'été.



LES COQS ROUGES, GASTON MONNERVILLE

Adresse: Gaston Monnerville Rue George Sand - 46000 Cahors

Contact : Eric FACHAN Téléphone : 07 68 13 88 18

Courriel: fachan.celineeteric@gmail.com Activités proposées: Multi activités. Lieu de pratique: Complexe Pierre Ilbert.

LES MOUVEMENTS DU CŒUR

Adresse: Maison des associations Place Bessières - 46000 Cahors Téléphone: 06 63 32 95 21

Courriel: lesmouvementsducoeur@gmail.com Site internet: https://sentirlevivant.com/ Activités proposées: Qi gong. Do In.

Lieu de pratique : Salle polyvalente du complexe sportif à

Cahors.



L'ESSENTIEL BIEN ÊTRE

Adresse: 31 Rue de l'Orme du Payrat - 46000 Cahors

Contact: Laurence GAUFFRETEAU Téléphone: 06 65 72 49 56

Courriel: essentiel.emergence@gmail.com

Âges concernés: De 10 à 80 ans

Activités proposées : Pilates, Yoga, Stretching, relaxation

et méditation.

Lieu de pratique : Dojo et salle polyvalente du Complexe Cabessut, Dojo Henri Thamier, Salle Caviole rue Wilson.

MAGIE DE LA DANSE

Adresse: 828 Chemin du moulin et de la Fontaine

46090 Labastide-Marnhac **Contact :** Ruthie SEGAL **Téléphone :** 06 13 50 64 47

Courriel: magiedeladanse@orange.fr

Site internet :

https://www.zumba.com/fr-FR/profile/karen-shaw/540586

Âges concernés : Adultes

Activités proposées : Zumba pour adultes, Pilates pour adultes, Yoga pour adultes. Cours hebdomadaires sauf vacances scolaires.

Lieu de pratique : Cahors :

Espaces d'Entreprises, rue St Géry - Grand Gymnase,

Collège Gambetta - Espace Caviole.

MARATHON DES VIGNOBLES DE CAHORS

Adresse: 29 rue des Maraichers - 46150 Calamane

Contact : Lynda TABART CELARIE **Téléphone :** 06 83 94 00 52

Courriel: marathoncahors@gmail.com **Site internet:** https://www.marathoncahors.fr/

Âges concernés : De 18 à 99 ans

Activités proposées : Organisation d'un marathon et semi marathon et autres courses pédestres hors stade.

Lieu de pratique : Cahors et vallée du Lot.

MONTAT DANSE CLUB

Adresse: 180 Rue du Village - 46090 Le Montat

Contact : Francis CAMMAS
Téléphone : 06 40 08 69 40
Courriel : montatdanse@orange.fr

Site internet: http://www.montatdanse.fr/

Âges concernés : Adultes

Activités proposées: Apprentissage et pratique de la danses de couple: Rock, Cha-cha, Tango, Valse, Salsa, Bachata, Paso-doble, Quick-step, etc...

Lieu de pratique : Salle des fêtes du Montat.

MONTATHLON ORGANISATIONS

Adresse: Mairie - 180 Rue du Village - 46090 Le Montat

Contact: Joseph ALAGARDA Téléphone: 06 31 76 51 49



Courriel: montathlon@gmail.com

Site internet: http://www.montathlon.com/

Âges concernés : À partir de 14 ans et courses enfants

dès 7 ans

Activités proposées : Trail des Fontaines : 2ème Week end de Février : Samedi «La Nocturne» course à pied de 12km et rando de 12 km. Dimanche 5,12,25,40,80 km, CaniRando sur 12 km et randonnée pédestre et nordique sur 12 km.

Courses enfants 750m, 1500 et 3000m.

MOTO CLUB 46

Adresse: 661 côte de Bessières - 46090 Labastide Marnhac

Contact : Gilles ALGAY Téléphone : 06 10 10 84 88 Courriel : motoclub46@orange.fr

Site internet: http://www.montathlon.com/

Âges concernés : De 6 à 17 ans

Activités proposées : École de pilotage moto.

Lieu de pratique : Domaine d'Auzole.

MUSCU FITNESS CAHORS

Adresse: 150 Rue de la Guinguette - 46000 Cahors

Contact: Fernand FIGUEIREDO Téléphone: 05 65 30 59 27 Courriel: mfcahors@gmail.com

Site internet : https://muscu-fitness-cahors.hubside.fr/

Âges concernés : À partir de 15 ans

Activités proposées : Musculation , pilâte, cross training,

body/renfo, abdos/fessiers, ...

Le club s'adresse à tous publics : adolescents, adultes, seniors, proposant des entraînements aussi bien dans le cadre loisir, que compétition (en complément et adapté à

votre discipline principale).

Lieu de pratique : Complexe sportif de Cabessut, 150 Rue de la Guinguette - 46000 Cahors.

PEAK MOVE

Adresse: 97 Grande Rue - Laroque des Arcs

46090 Bellefont La Rauze Contact: Tom JOSEPH (président) Téléphone: 07 86 53 40 37 Courriel: contact@peakmove.fr Âges concernés: De 4 à 99 ans

Activités proposées : Pilates, Danse Enfants et adultes

(Classique - Modern Jazz).

Lieu de pratique: Cahors, Montcug.

PÉTANQUE CADURCIENNE

Adresse: Boulodrome St Georges, Chemin de Peyrolis

46000 Cahors

Contact : Fabrice HARAS **Téléphone :** 06 60 07 03 92

Courriel : fabrice.haras076@gmail.com **Âges concernés :** Tous

Activités proposées : Pétanque.

Lieu de pratique : Boulodrome St Georges.



PÉTANQUE DE TRESPOUX

Adresse: 4400 Route des vignes 46090 Trespoux Rassiels Contact: Jean-Louis ANDRAL Téléphone: 06 87 44 27 48 Courriel: andraljean-louis@orange.fr

Âges concernés : À partir de 7 ans Activités proposées : Pétanque.

Lieu de pratique : Terrain aménagé de Trespoux.

PÉTANQUE MERCUÉSIENNE

Adresse: Boulodrome, route de douelle - 46090 Mercuès

Contact: Francis AMAT Téléphone: 06 71 51 59 68 Courriel: amatf@wanadoo.fr Âges concernés: De 10 à 90 ans

Activités proposées : Pratique de la pétanque en

compétition.

Lieu de pratique : Département du Lot et région Occitanie.

PRADINES BADMINTON

Adresse: Mairie de Pradines - 46090 Pradines

Contact: Baptiste DAJEAN Téléphone: 06 87 86 25 38



Courriel: contact@pradinesbadminton.com

Âges concernés : À partir de 6 ans

Activités proposées : Pratique du Badminton.

Entrainement, compétition et loisir.

Lieu de pratique : Halle des sports de Pradines et au Stade

P Ilbert Terre Rouge à Cahors.

PRADINES LOT BASKET

Adresse: 15 Rue St Exupéry - 46090 Pradines

Contact: Sylvie COUDERC Téléphone: 06 03 60 81 04 Courriel: plb.46@orange.fr

Site internet: https://www.pradineslotbasket.fr/

Âges concernés : À partir de 3 ans

Activités proposées : Micro-Basket (dès 3 ans), Ecoles de basket mixtes (catégories U7/U9/U11) U13, U15, U18 et

Seniors Filles.

Entraînements, stages de perfectionnement et compétitions de Basket-Ball - Section Basket Loisir. **Lieu de pratique :** Principal : Halle des Sports de Pradines + Halle des Sports du Montat + Halle des Sports d'Espère

(selon planning début de saison).

PRADINES OMNISPORTS

Adresse: Mairie de Pradines

Allée François Mitterrand - 46090 Pradines

Contact : Sylvie MINARD Téléphone : 06 88 04 18 06

Courriel: pradines.omnisports@amail.com

Activités proposées : Association qui fédère plus de 10 associations de Sports et se Loisirs de la commune.

Lieu de pratique : Pradines.

PREMIÈRE COMPAGNIE D'ARC DE CAHORS

Adresse : Maison des associations Place Bessières- 46000 Cahors

Contact : Par mail ou par le site internet du club

Courriel: arc cahors@laposte.net

Site internet: https://arc_cahors.sportsregions.fr/

Âges concernés : À partir de 9 ans

Activités proposées : Initiation et entraînement jeunes et

dultes.

Tir en salle et en extérieur sur cibles anglaises. Tir en campagne - Tir loisirs et/ou tir en compétition.

Lieu de pratique : Gymnase Henri Thamier

(salle au 1er étage).

Parcours campagne Lycée du Montat. Terrain extérieur route de Laroque des Arcs.

PSV D'OLT

Adresse: Mairie - 46140 Douelle Contact: Jean Luc RAIMONDO Téléphone: 06 13 11 34 65 Courriel: jeanlucsabine@orange.fr Âges concernés: À partir de 6 ans

Activités proposées : Formation, pratique et

développement.

Lieu de pratique : Terrains de Pradines, Douelle,

Saint Vincent Rive d'Olt, Mercuès.

RANDONNEURS PÉDESTRES CADURCIENS

Adresse: Mairie de Cahors Hôtel de Ville - 46000 Cahors Contact: Roland PIECOURT (Président) Philippe SOUBILS (Vice-Président) Téléphone: 05 65 21 01 71

Courriel: rando.cahors-rpc@laposte.net

Site internet :

https://www.randonnee-cahors-rpc.fr/accueil

Âges concernés : Tous les âges

Activités proposées : Randonnée pédestre, Marche nordique, Marche nordique douce.

Lieu de pratique : Grand Cahors et région Occitanie.



ROL'IN CAHORS

Adresse: 64 Rue Denis Forestier - 46000 Cahors

Contact : Matéo BAYSSE Téléphone : O6 29 80 13 14 Courriel : neri.frederic@yahoo.fr

Âges concernés: À partir de 4 ans / Ados / Adultes

Activités proposées : Rollers - Quad. Lieu de pratique : Gymnase Zacharie-Lafage,

46000 Cahors.

RQF - RUGBY QUERCY FÉMININ

Adresse: Stade de la Croix de Fer - Avenue Alphonse Juin 46000 Cahors

Contact: Claude MARTINEZ, Secrétaire Général

Téléphone: 06 08 43 90 11

Courriel: courrier@rugbyquercyfeminin.com Site internet: http://rugbyquercyfeminin.com/ Activités proposées: Promotion - Compétition Rugby

Féminin.

Lieu de pratique : Stade de la Croix de Fer à Cahors.

SHIZENDO KARATÉ DO

Adresse: Complexe sportif de Cabessut 150 Rue de la guinguette - 46000 Cahors Contacts: Pierre LLAVES au 07 70 38 04 83 Nathalie PALLAS au 06 16 06 68 23 Téléphone: 05 65 22 01 63

Courriel: shizendo@sfr.fr

Site internet : https://www.shizendo.fr/ **Âges concernés :** De 4 ans à 99 ans

Activités proposées : Karaté enfants, hommes, femmes, traditionnel, karaté compétition, self-défense, Krav-Maga, Karaté fitness, Karaté Santé, boxing karaté contact,

Stretching Relaxation, Lady Body Defense.

Lieu de pratique : CAHORS - Nouveau complexe sportif,

Rue de la guinguette (face au stade de rugby). PRADINES - Halles des sports de Labéraudie. CIEURAC - Dojo de la Métairie Petite.

SIEMPRE SALSA

Adresse: Maison des associations - Place Bessières

46000 Cahors

Contact : Cédric PIOLOT Téléphone : 07 86 60 15 81

Courriel: siempresalsa46@gmail.com **Site internet:** https://www.siempre-salsa.com/

Âges concernés : 14 à ++

Activités proposées : Danses cubaines et afro caribéennes(salsa, bachata, kizomba).

Lieu de pratique: Complexe sportif de Cabessut,

150 Rue de la Guinquette - Cahors.

Halle des Sports : Allées Pierre de Coubertin - Pradines Salle du XX° siècle : 2 Rue Jean Racine - Cahors Terre Rouge.

STADE CADURCIEN HANDBALL

Adresse: 150 Rue de la Guinguette - 46000 Cahors

Contact: Arnaud RUHLAND

Courriel: cahorshandball46@gmail.com **Site internet:** https://www.cahorshandball.fr/

Âges concernés : À partir de 4 ans

Activités proposées : Pratique du handball en compétition

Lieu de pratique : Complexe sportif de Cabessut, 150 Rue de la Guinguette - 46000 Cahors.



TAÏCHI CHUAN PRADINES - CHANSI

Adresse: 3 rue du Pouget - 46090 Pradines

Contact : Brigitte GUIDERDONI Téléphone : 06 72 51 41 06

Courriel: association.chansi@yahoo.fr Site internet: https://chansi-taichi46.fr/ Âges concernés: Plus de 10 ans

Activités proposées : Tai Ji Quan Style Chen Antenne de l'Institut Français de Taiji de Maître ZHANG

DONGWU pour le département du Lot. Lieu de pratique : Lieux, jours et horaires :

nous consulter.

TAICHI CLUB DE CAHORS / QI GONG

Adresse: Maison des associations

Espace Clément Marot - bureau 25 - 46000 Cahors

Contact: Marjorie BARREAU Téléphone: 06 08 30 76 70

Courriel : taichiclub.cahors@gmail.com **Âges concernés :** À partir de 5 ans

Activités proposées : Qi Gong, Tai Ji Quan Style Yang,

moderne et ancien, formes avec armes. 9 cours hebdomadaires sur 5 lieux différents.

Enseignants de l'école TAO de Thierry Alibert, directeur

technique.

Lieu de pratique: (Territoire du Grand Cahors) Complexe sportif et Gymnase Henri Thamier (quartier de Cabessut), Salle Caviole et Gymnase Zacharie Lafage (centre ville), Salle des fêtes de Lacapelle (côte de Roquebillière, route de Trespoux).

TENNIS CLUB DE CAHORS

Adresse: 175 Rue des pensées - 46000 Cahors
Contacts: Jean-Michel INESTA - Mélissa GAUVAIN
Ouverture du secrétariat : mercredi et samedi de 9h30 à

18h15 et le vendredi de 13h à 17 **Téléphone :** 05 65 30 11 92 **Courriel :** tc.cahors @fft.fr **Âges concernés :** Dès 4 ans....

Activités proposées : Tennis, cours collectifs adultes et

école de tennis.

Tennis Forme féminin.

Tennis Santé Bien être offre labellisée Sports Santé (développer, récupérer et améliorer ses capacités physiques en s'amusant).

Tarif aidé par le Comité: 1h de tennis, 30 minutes de

remise en forme.

Lieu de pratique : 175 Rue des pensées, Complexe sportif Pierre-Ilbert - Terres Rouges. Installations 10 terrains :

- 5 terrains en terre battue dont 3 couverts,

- 5 terrains en dur dont 2 couverts,

Club House.



TENNIS CLUB TRESPOUZIEN

Adresse: La Truque - 46090 Trespoux Rassiels Contacts: Monique ANDRAL - Frédérick HELIES

Téléphone: 06 33 29 58 42

Courriel : andraljean-louis@orange.fr Âges concernés : Jeunes et adultes Activités proposées : Tennis.

Lieu de pratique : Tennis Club Trespoux.

TENNIS DE TABLE REIGNAC

Adresse: 474 Rue des prunus - 46090 Mercuès

Contact: Maxime GRENIER **Téléphone:** 07 86 00 53 85 Courriel: ttreignac@gmail.com

Site internet: https://ttreignac.sportsregions.fr/

Âges concernés : À partir de 8 ans

Activités proposées : Activités de Tennis de table pour toutes et tous. Loisirs ou compétiteurs, divers entrainements sont proposés. Des entrainements Libres.

dirigés, des animations, de la compétition. Il y en a pour tous les goûts.

Lieu de pratique : 3 Salles d'entrainements : Gymnase d'Espère, Salle des Fêtes de Mercuès,

Salle des fêtes d'Espère.

THAIBOXING 46

Adresse: 115 Rue Antoine BLANC - 46000 Cahors

Contact: Xavier CAVALIER **Téléphone:** 06 30 20 94 85

Courriel: assothaiboxing46@gmail.com Âges concernés: 11/15 ans et 15/77ans

Activités proposées: Muay Thai - Boxe Thaïlandaise. Lieu de pratique: Stade P.Ilbert - Rue Robert Schumann.

46000 Cahors.

THOKI-DO 46

Adresse: 9 Rue barry - 46000 Cahors Contact: Manuel GOMES DA FONSECA

Téléphone: 06 45 92 17 15 Courriel: manuel.46@live.fr

Site internet: http://www.thoki-do46.fr/



Âges concernés: De 8 à 77 ans

Activités proposées : Self Defense Techniques. L'association Thoki-do46 a pour but de réunir des personnes, de 8 à 77 ans et de tous les horizons sociaux. professionnels, ethniques à travers la pratique de divers sports:

- sports d'équipes ou individuels,

- sports de combats ou selfs défenses.

- sports de tous types.

Et ceci encadré par des animateurs et un animateur titulaire d'un D.F.E.F.

Elle a pour activité principale et l'hiver en salle, les techniques d'initiations aux selfs défenses et des sports de combats, et le reste de l'année si il fait beau tous autres sports collectifs ou individuels en plein air...

L'association Thoki-do46 est domiciliée au Grand Cahors dans la commune de CAHORS (46000), préfecture du Lot, au 9 rue Barry, elle accueil les participants au DOJO de Cahors le samedi de 13H30 à 15H00.

Pour adhérer à notre association il faut s'acquitter de la cotisation annuelle d'un montant de 10€ par personne et avec l'obligation d'adhérer à La licence de la Fédération internationale d'arts martiaux traditionnels et d'arts de défense (FIAMT) qui a été négociée à 25€/P à l'année.

Une visite médicale est obligatoire pour participer aux sports que nous pratiquons.

Horaires: Tous les Samedis, à CAHORS, de 13h30 à 15h00 Lieu de pratique : A l'ancien DOJO Municipal de Cahors,

(Archipel, chemin Ludo Rolles). Le samedi de 13H30 à 15H00.

UFOLEP 46

Adresse: Comité Départemental UFOLEP du Lot 184 Rue des Cadourques - 46000 Cahors Contact: Jean-Yves MALBOUYSSOU

(Déléqué Départemental) Téléphone: 05 65 22 68 53 Courriel: ufolep46@fol46.org

Site internet: http://www.ufolep46.com/

Âges concernés: Tous les âges

Activités proposées : Volley, Futsal, Activités Cyclistes. Course Hors Stade, Sports Mécaniques, Raid Nature, Badminton, Activités Physiques d'Entretien, Randos pédestres, Ecole de moto, Ecole de Sport (multisports pour les enfants de 5 à 10 ans).

Activités Physiques adaptées pour les Séniors, Football Américain, Cheerleading, Maison Sport Santé Associative,

Organisme de Formation PSC1, etc...

Lieu de pratique : Département du Lot à travers les

associations affiliées.

UKMC CAHORS KRAV MAGA

Adresse: 82 Chemin de Peyreleyade - 46000 Cahors

Contact : René LAFAYE Téléphone: 06 74 90 00 13 Courriel: cahorskrav@amail.com

Site internet :

https://sites.google.com/site/cahorskravmaga/

Âges concernés: Tous

Activités proposées: KRAV MAGA, simple, efficace, orienté réalisme : self defense réaliste et simple, self combat, boxe libre pieds&poings, préparation physique intense, stages intensifs divers, mises en stress; parcours

combativité. Mises en situation réalistes.

Nos instructeurs diplômés sont formés par un expert international en kray maga et protection rapprochée. ancien militaire garde du corps de ministres et généraux en Afghanistan, instructeurs des armées, de la BOPE (groupe d'intervention d'élite de la police de Rio de Janeiro au Brésil), instructeur tir, saut, tonfa...

JJB (Jiu Jitsu Brésilien) en kimono ou sans (grappling). sport de combat prisé des combattant de MMA pour son efficacité au sol. Renversement, déséquilibre, soumissions.....

Lieu de pratique: 24 Avenue Alphonse Juin. 46000 Cahors - La Croix de Fer.

UNSS LOT

Adresse: DSDEN - Cité Chapou 01 Place Chapou - 46200 Cahors Contact: Lionel VEYSSEYRE **Téléphone:** 06 74 93 69 78 Courriel: Unss.46@unss.org Site internet: http://www.unss.org/ Âges concernés: 12 - 18 ans

Activités proposées : Athlétisme - Badminton - Circuit Training - Cours Orientation - Cross - Danse - Escalade - Natation - Pétangue - Sports Collectifs (basketball, football, futsal, handball, rugby et rugby XIII, volley ball)

Lieu de pratique : Sur tous les gymnases, sites et terrains du lot.

USEP 46

Adresse: 184 Rue des Cadourques - 46000 Cahors

Contact: Gaëtan ROUGIE Téléphone: 05 65 22 68 53 Courriel: usep.46@fol46.org

Site internet: https://lot46.comite.usep.org/en-bref/

Activités proposées : Multisport. Lieu de pratique : Département.

VÉLO EVASION NATURE

Adresse: 644 Chemin des Corps CESSAC en Quercy

46140 Douelle

Contact: Roland MANGIN - 05 65 21 71 55

Téléphone: 06 98 55 32 33

Courriel: velo.evasion.nature@gmail.com

Âges concernés : À partir de 6 ans pour l'Ecole Française de Vélo (EFV) du club. Il n'y a pas d'âge limite pour les

Activités proposées : Vélo route, VTT, VTC et à assistance

Le club accueille les jeunes dans son EFV agréée les mercredis et les samedis après-midi.

Chacun des 3 groupes, de niveau homogène, est encadré

par des animateurs formés.

Les jeunes apprennent à être autonome dans leur pratique (code de la route, mécanique, secourisme, orientation,

respect de la nature et des autres).

Un 4ème groupe, sur la route, est essentiellement composé d'adultes et roule à une vitesse compatible avec les possibilités du « moins en forme ».

Il s'agit d'une pratique de loisir et conviviale.

Le club dispose de 2 tandems dont 1 équipé d'une position

couchée pour adulte et enfant.

Les activités se poursuivent pendant les vacances scolaires.

Notre devise: Tout seul on va plus vite, ensemble on va

Lieu de pratique: Routes et chemins autour de Mercuès, Douelle et Luzech.

VOL LIBRE CADURCIEN

Adresse: Mairie de Douelle - 46140 Douelle

Contact: Jérôme CAPEL **Téléphone**: 06 15 08 42 61

Courriel: info@vol-libre-cadurcien.net

Site internet :

https://vol-libre-cadurcien.wixsite.com/vol-libre-cadurcien

Âges concernés : À partir de 16 ans Activités proposées : Parapente, Deltaplane.

Lieu de pratique: Douelle, Crayssac, Luzech, Castelfranc

et autres sites de vol de la région.







KIABI CAHORS

Ouvert du Lundi au Samedi de 9h à 19h

946 Av Maryse Bastié 46000 CAHORS









PROSPORT LOT L'Emploi gagnant...

3 MISSIONS SANS BUT LUCRATIF

- Répondre aux besoins en personnel d'encadrement : une structure recherche un animateur ou un éducateur qualifié quelles que soient la discipline et les fonctions demandées, mise à disposition d'un personnel socio-sportif diplômé en libérant la structure de toutes les contraintes liées au statut d'employeur.
- Création d'emplois socio-sportifs pérennes avec employeur unique, ce qui rend leur statut et leur emploi plus cohérents, en regroupant les interventions des salariés auprès des différents utilisateurs.

Prosport encourage et soutien les associations dans leurs projets de création d'emploi. Prosport informe les dirigeants des différentes aides à l'embauche, calcule les coûts et établit gratuitement un budget prévisionnel.

• Reconnu TIERS de CONFIANCE de l'URSSAF dans le cadre du programme national impact emploi , il supprime les principaux freins à l'embauche par un service d'assistance pour faire face à la complexité de la législation et à la pluralité des acteurs de la protection sociale, par une aide à l'élaboration des déclarations sociales et fiscales portant sur les salaires, à la prise en compte des bulletins de paie pour les salariés et la mise à disposition de tous les courriers d'accompagnement .

Contact : Tél. 05 65 20 28 43 Fax. 05 65 20 30 70 Courriel : prosportlot@sfr.fr

Groupement d'employeurs territorial (G.E.T) ... l'esprit d'équipe

Collectivités territoriales, associations, entreprises, nous regroupons vos besoins en personnel à temps partiel et construisons des emplois durables.

- Vous recrutez périodiquement (accroissement d'activités, temps péri-scolaire, rythme saisonnier...). Vous faites appel aux heures supplémentaires, au CDD...?)
- · Mettons en commun ces besoins.

• Nous nous chargeons de construire un emploi stable.

Un contrat de mise à disposition est signé entre vous et le G.E.T, vous devenez adhérent du G.E.T. Quel intérêt pour vous ?

- Une main d'œuvre à disposition en fonction de vos besoins.
- Des salariés fidélisés et rentabilisés (coûts d'adaptation et de formation au poste)
- Des employés opérationnels, impliqués et motivés : + de productivité ,
- Vous êtes libéré des contraintes administratives. ... et pour le salarié ?
- Un emploi stable dans la durée
- Des conditions de travail plus sereines (sécurité, formations, connaissance de l'entreprise et du
- Des activités diversifiées.

Contact : Tél. 05 65 20 28 43

Fax. 05 65 20 30 70

métier).

Courriel: geterritorial@sfr.fr

Le G.E.T est une création de PROSPORT 20 ans d'expérience au service de l'emploi

Centre de Ressources et d'Information des Bénévoles (C.R.I.B 46).

Service gratuit destiné à soutenir les personnes impliquées dans la vie associative dans leurs projets et leurs fonctions.

Missions:

- Renseigner les bénévoles sportifs en matière juridique, administrative, comptable et financière.
- Accompagner les associations dans leur gestion du personnel.
- Proposer une documentation actualisée de qualité, dans les domaines du droit social, de la fiscalité, du sport...
- Diriger les responsables de club vers les services correspondant à leurs besoins.

Contact : Tél. 05 65 20 30 73 Fax : 05 65 20 30 70 Courriel : crib46@sfr.fr



LES TROIS MINIBUS

Vos Notes:



Courriel: osgc@orange.fr

Site: www.officedusportcahors.com



vos notes :		







Gros-Qeuvre, Charpente Couverture, Béton Végétal

Côte Saint-Laurent - 82000 MOISSAC Savin.arnoux@kairos-batiment.fr



ZAC des Grands Camps 46090 MERCUES

Tél.: 05 65 23 31 95

Fax: 05 65 23 08 86

contact@bs46.fr



Un réseau de conseillers pour vos assurances privées et professionnelles.

A Cahors, retrouvez-nous à l'agence 12 Boulevard Gambetta.

Groupama d'Oc - Caisse Régionale d'Assurances Mutuelles Agricoles d'Oc - Siège Social : 14 rue de Yidailhan - CS 93105 - 31131 BALMA Cedex - 391 851 557 R.C.S - TOULOUSE - Entreprise régie par le Code des Assurances. Document et visuel non contractuels - Crédit photo : Aurélien Chauvaud. JCB. 12975. 062024.

