

Septembre 2024

Guide des sports

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





Cenon, terre de sports, terre de champions

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

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

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

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

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

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

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

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

Jean-François Egron
Maire de Cenon

Patrice Buquet
Adjoint aux sports

Sommaire

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



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

Associations sportives

A-D



- **Aïkido US Cenon**

dès 6 ans

Complexe sportif multi-activités
de La Morlette

aikido.cenon@gmail.com

T. 06 59 96 45 20

- **Athlétisme US Cenon**

dès 3 ans

Stade Henri Danflous

cenonathle@gmail.com

T. 06 68 48 40 08



- **Badminton US Cenon**

adultes

Gymnase Jean Zay

badminton@uscenon.fr

- **Basketball US Cenon**

dès 7 ans

Gymnases La Marègue et Jean Zay

uscenonbasket33150@gmail.com

T. 06 27 36 77 01



- **Boxe anglaise US Cenon**

dès 8 ans

Stade Joseph Labat

nemracenon@gmail.com

T. 05 56 32 91 10

aux heures d'entraînement

- **Colombophilie US Cenon**

T. 06 82 04 00 83

- **Cyclisme cyclo club**

Cenon

adultes confirmés

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

- **Course d'orientation**

US Cenon

dès 8 ans

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

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

dès 7 ans

Par Yobalemafane

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



- **Danse des Balkans** *

Par Balknika

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



- **Danse classique** *

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



- **Danse contemporaine** *

dès 4 ans

Par Mouvements vivants

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

- **Danse hip-hop** *

dès 6 ans

Par les Associés Crew

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

- **Danse modern-jazz** *

dès 4 ans

Par Jazz Evolution

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



- **Danse orientale** *

Par Bellydance Team

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

- **Danse salsa-bachata** *

dès 17 ans

Par Republica Latina

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

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

- **Danses traditionnelles** *

Par l'association pour la pratique instrumentale (APPI)

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



- **Dream family** *

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

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



F-H

- **Football US Cenon**

dès 6 ans

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

- **Football américain devils Cenon**

dès 10 ans

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

- **Kickboxing fighting club Cenon**

dès 6 ans

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

- **Gymnastique sportive US Cenon**

dès 3 ans

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

• **Gym vivre en forme
US Cenon**

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



• **Gym volontaire
US Cenon**

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



• **Gym club soleil
automne
seniors**

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



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

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

• **Judo US Cenon**

dès 4 ans

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



• **Karaté US Cenon**

dès 7 ans

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



• **Lutte US Cenon**

dès 5 ans

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

• **Multisports US Cenon**

éveil (6/9 ans) et adultes

uscenon.fr
T. 05 56 40 16 53



• **Musculation ASFAM**

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

• **Natation US Cenon**

dès 8 ans

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

P-R

- **Plongée subaquatique US Cenon**

dès 11 ans

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

- **Pétanque Cenon Collines**

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

- **Qi Gong**

adultes

Par Sport évolution arts énergétiques

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



- **Randonnée US Cenon**

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



- **Rugby CA Lormont Hauts de Garonne**

dès 3 ans

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

- **Rugby Vivre en mêlée loisirs**

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

S-Z

- **Tennis US Cenon**

dès 5 ans

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

- **Tennis de table**

US Cenon

dès 7 ans

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

- **Tennis fête le mur**

dès 6 ans

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

- **Triathlon US Cenon**

dès 12 ans

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

- **Twirling US Cenon**

dès 6 ans

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

- **Twirling bâton Cenon**
danse

dès 5 ans

Gymnase Jean Zay

cenontwirlingdanse@gmail.com

T. 06 26 79 03 59

- **Vélo-cité**

dès 3 ans

Vélo-école

veloecole@velo-cite.org

T. 05 56 81 63 89

- **Yoga hatha**

Par Yoga Hatha Art et Partage

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

m.croquison@orange.fr

T. 06 08 90 10 81



Baby sport 3-5 ans

• Athlétisme

dès 4 ans

US Cenon Athlétisme

Stade Henri Danflous
samedi 10h et mercredi 14h *

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

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

cenonathle@gmail.com

uscenon.fr

T. 06 68 48 40 08

• Gymnastique

dès 3 ans

US Cenon Gymnastique Sportive

Stade Léo Lagrange -
samedi 11h ou 13h *

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

uscenon.fr

T. 06 31 64 19 94

• Handball

dès 3 ans

CMFC Handball

Gymnase Ralite de Floirac - samedi 10h *

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

cmfchb@gmail.com

T. 06 42 77 66 12

• Judo

dès 4 ans

US Cenon Judo

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

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

judo@uscenon.fr

uscenon.fr

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

• Lutte

dès 5 ans

US Cenon Lutte

Maison des sports - lundi 18h *

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

lutte.cenon@gmail.com

uscenon.fr

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

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

- **Rugby**

dès 3 ans

CA Lormont HG

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

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

secretariat@calormontrugby.fr

T. 06 82 92 18 25

- **Tennis**

dès 5 ans

US Cenon Tennis

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

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

tenniscenon@wanadoo.fr

uscenon.fr

T. 05 56 86 30 20

- **Twirling bâton**

Cenon danse

dès 5 ans

Gymnase Jean Zay

cenontwirlingdanse@gmail.com

T. 06 36 79 03 59

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



Sport et handicap

• Les sections de l'US Cenon labellisées

Athlétisme

labellisée Handisports et Valides-Handicapés pour une pratique partagée

Course d'orientation

labellisée Valides-Handicapés

Gymnastique sportive

labellisée Valides-Handicapés

Karaté

labellisée Handisports, sport adapté et Valides-Handicapés

Lutte

labellisée Handisports, sport adapté et Valides-Handicapés

Tennis de table

labellisée sport adapté et Valides-Handicapés

Twirling bâton

labellisée Valides-Handicapés

• Les Dragons EDEA

Cette association développe les actions suivantes :

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

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

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

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

Sport-Santé

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

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

- La Maison Sport-Santé est ouverte à tous :

- > personne souhaitant débiter ou reprendre une activité physique,

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

- > personne sédentaire ou éloignée de la pratique sportive,

- > personne en situation de perte d'autonomie.



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

Contact Maison Sport-Santé

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



Sport sur ordonnance

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

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

• PEPS

Gym douce, renforcement musculaire et marche active

adultes sur prescription médicale

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

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

• US Cenon omnisports

Gym douce, renforcement musculaire et marche active

adultes sur prescription médicale

Lundi et vendredi | 9h-10h

Complexe La Morlette - rue du Docteur Roux

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

• Direction des sports

Aquagym

adultes sur prescription médicale

Mercredi et vendredi | 12h15-13h

Complexe aqualudique Elodie Lorandi - rue Clément Ader

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



Carte des équipements sportifs

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

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

2
Complexe sportif Léo Lagrange
 Cours de Verdun

- salle de gymnastique
- salle de tennis de table



3

Complexe sportif Jean Labat

Rue Pierre LOTI

- salle de musculation
- salle de combat (boxe)

4

Complexe sportif multi-activités de La Morlette

3 rue du Docteur Roux

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

5

Complexe de tennis Francis Lafuente

Allée Bouluguet

- 9 courts
- 1 padel
- club house
- restaurant

6

Complexe footballistique du Loret

1 rue des Catalpas

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

7

Siège du District Gironde Football

Parc du Loret

- Terrain de foot à 5

8

Complexe aquatique Élodie Lorandi

Rue Clément Ader

9

Maison des sports

3 rue Aristide Briand

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

10

Boulodrome place Duvin

137 avenue René Cassagne

- club house

11

Gymnase La Marègue

Rue Jean Cocteau

- gymnase
- salle polyvalente

12

Gymnase Jean Zay

Rue Lavoisier

13

City Stade La Saraiillère

14

City Stade Henri Sellier

15

City Stade Palmer

16

City Stade Beausite

17

Gymnase Jean Jaures

Avenue des 4 pavillons



Complexe aqualudique | Elodie Lorandi

Avec son bassin de 25m et 6 couloirs de nage, son bassin balnéo-ludique de 250 m², sa pataugeoire de 50 m², la piscine de Cenon accueille petits et grands pour se baigner, apprendre à nager, faire du sport et s'amuser.

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

Un snack vous permettra de vous restaurer.

L'établissement est labellisé Tourisme & Handicap.

• Horaires

● *Période scolaire*

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

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

Dimanche : 9h-12h

Jours fériés : 9h-12h

● *Vacances scolaires*

Du mardi au vendredi :
12h-20h

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

Dimanche : 9h-12h

Jours fériés : 9h-12h

● *L'été*

Du mardi au vendredi :
12h-20h

Samedi et dimanche :
14h30-20h

Jours fériés :
14h30-20h

• Tarifs



Baignade

1 journée

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

10 entrées

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

Bonnet de bain obligatoire !

Contacts

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



Espace bien-être

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



Baignade + espace bien-être

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

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



CESAM SPORT

30€ DE
RÉDUCTION
SUR L'INSCRIPTION



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



+ d'infos sur cenon.fr