



### ACTIVITÉS PROPOSÉES PAR LE SERVICE MUNICIPAL DES SPORTS

#### Renseignements et inscriptions au Service Municipal des Sports

#### MODALITÉS D'INSCRIPTIONS :

#### Se munir :

- 1 certificat médical de non contre-indication à la pratique du sport
- 1 attestation d'assurance en responsabilité civile
- 2 photos d'identité
- 1 justificatif de domicile

#### Mais aussi au Centre Max-Pol Fouchet

Rue Jean-Jacques Rousseau

- Danse Classique (à partir de 6 ans) - Modern'jazz (à partir de 6 ans) - Eveil Corporel (à partir de 4 ans)

Rens. Service Municipal de la Culture, Espace Culturel et Public La Gare, rue de la Gare  
(Tél. 03 91 83 14 85)

- Fitness
- Hip-Hop

Rens. à la Maison des Jeunes (Tél. 03 21 40 42 09)

Annuaire des sports Septembre 2020 susceptible d'évolution en cours d'année.  
Voir mise à jour sur le site internet de la ville [www.mairie-mericourt.fr](http://www.mairie-mericourt.fr)

# L'Annuaire des Sports



Saison 2020/2021

Ville de Méricourt





Vous découvrez dans cet annuaire toute la diversité de la vie sportive à Méricourt. C'est une richesse inestimable et on la doit avant tout à l'ensemble des bénévoles investis au quotidien dans le partage de leur passion. Parce qu'au-delà de la pratique personnelle d'une activité, ces bénévoles savent aussi transmettre, notamment aux plus jeunes, et donner en partage un savoir-vivre ensemble.

Consciente de cette richesse, l'équipe municipale a toujours voulu mettre à disposition des sportifs des équipements de grande qualité. L'Espace Jules Ladoumègue, les terrains et la salle de tennis de table du Parc Léandre Létouart, sans cesse améliorés et entretenus, en sont les fleurons bien visibles. L'ensemble des pratiquants au sein de leur association ou du Service Municipal des Sports, le méritent. Qu'elles et ils en soient vivement remerciés.

### Jérôme FLEURANT

Adjoint au Maire délégué au Sport et à l'Emploi

A l'heure où nous imprimons cet annuaire, nous ne connaissons pas l'évolution de la crise sanitaire. Nous vous engageons donc à consulter régulièrement le site de la Ville [www.mairie-mericourt.fr](http://www.mairie-mericourt.fr) ou la page Facebook : Ville de Méricourt

## Krav Maga

Le Krav Maga est une méthode moderne de self défense. On y apprend à se défendre contre tout type d'agression, contre un ou plusieurs agresseurs, armés ou non. Il ne s'agit pas de chercher à reproduire des coups spectaculaires que l'on retrouve dans certains arts martiaux, mais simplement de trouver des parades accessibles à tous, simples-rapides-efficaces, quelque soit l'âge, le sexe et le niveau de condition physique. Ouvert à tous : femme-homme-jeune et moins jeune. A la différence de certains arts martiaux, ce n'est pas à vous de vous adapter au krav maga, c'est le krav maga qui s'adapte à vous. Le krav maga, c'est vraiment pour M. et Mme tout le monde, que l'on soit déjà très sportif ou pas du tout.

ESSAI GRATUIT, alors n'hésitez pas, venez essayer !

● Où et quand s'entraîner ?

Tous les vendredis de 18H30 à 20H, à la Maison des Jeunes de Méricourt

● Renseignements :

J. Flament : 06 12 22 21 20 - Brigitte Dobbelaere : 06 28 34 26 00

## Tennis de Table

Cette saison 2019/2020 aura été encore brillante en résultats sportifs. L'Association Sportive de Tennis de Table a fêté son quarante troisième titre aux championnats de France. Le palmarès est très fourni avec des titres de champion en abondance. Bravo à cette merveilleuse association et tous ses adhérents !

● Où et quand s'entraîner ?

Mardi de 18H à 22H30, Mercredi de 16H30 à 17H45, Jeudi de 18H à 21H30, Vendredi de 18H à 22H30, Samedi de 14H30 à 21H pour la compétition - Parc Léandre LETOQUART - Salle de tennis de table

Inscriptions aux heures d'entraînements ou au 03 21 78 54 99

● Renseignements :

Sébastien JOLY - Email : [astmericourt@orange.fr](mailto:astmericourt@orange.fr) - Site Internet : <http://perso.wanadoo.fr/astmericourt/>

## Le Service Municipal des Sports

ESPACE SPORTIF JULES LADOUMEGUE - Avenue Jeannette Prin - Tél. 03 21 74 32 77

### LES ACTIVITÉS PROPOSÉES

PLANNING ADULTES - SAISON 2020/2021				
Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
		9H30/10H30 ATF Salle Canu		
10H/12H Renforcement musculaire Salle Cerdan	10H/11H30 Fitness douceur Salle Ostermeyer	10H30/11H30 Stretching Salle Canu	10H/11H30 Biking Salle Ostermeyer	9H30/11H30 Marche nordique débutant Hall
12H30/13H30 Pilâtes Salle Ostermeyer	12H/14H Renforcement musculaire Salle Ostermeyer			12H/14H Renforcement musculaire Salle Cerdan
14H30/16H Marche nordique Entrée Espace Ladoumègue	14H30/16H Pilâtes Salle Ostermeyer	14H/16H Renforcement musculaire (en autonomie) Salle Cerdan	14H30/16H Circuit training Salle Ostermeyer	14H/21H Coaching Personnalisé Service des Sports 14H/16H Renforcement musculaire Salle Cerdan 14H30/16H Body Barres Salle Ostermeyer
17H/18H30 Renforcement musculaire Salle Cerdan	17H/18H30 Renforcement musculaire Salle Cerdan		17H/18H30 Renforcement musculaire Salle Cerdan	16H/18H30 Renforcement musculaire Salle Cerdan
18H30/19H30 Zumba Salle Ostermeyer	18H30/19H30 Body Barres Salle Ostermeyer		18H30/19H30 CAF Salle Ostermeyer	18H30/19H30 Body Work (Cardio) Salle Ostermeyer
19H30/21H ATF Salle Ostermeyer	19H30/20H15 Step Salle Ostermeyer 20H15/21H Aéro jump Salle Ostermeyer		19H30/21H Pilâtes Salle Ostermeyer	19H30/21H Danse Fitness Salle Ostermeyer

Selon la demande, les jours et heures des activités proposées sont susceptibles d'être modifiés.

Pour plus de renseignements, contactez le Service des Sports par téléphone ou par mail :

[sports@mairie-mericourt.fr](mailto:sports@mairie-mericourt.fr) ● [laetitia.dautriche@mairie-mericourt.fr](mailto:laetitia.dautriche@mairie-mericourt.fr)

[christophe.talaga@mairie-mericourt.fr](mailto:christophe.talaga@mairie-mericourt.fr)

## Musculation

La Méricourtoise Musculation dédie son activité dans une salle entièrement conçue pour la pratique de la musculation pour les plus «mordus» ou simplement pour un renforcement musculaire d'entretien. Les appareils installés dans cette salle contribuent au développement de tous les groupes musculaires du corps humain. L'amplitude et la fréquence d'ouverture de la salle permettent à toutes et à tous de trouver le ou les créneaux adaptés à leur propre situation toujours dans un esprit d'entraide mutuelle.

### ● Où et quand s'entraîner ?

Lundi de 18H30 à 21H30, Mardi de 9H15 à 12H et de 18H30 à 21H30, Mercredi de 9H15 à 12H et de 18H30 à 21H30, Jeudi de 9H15 à 12H et de 18H30 à 21H30, Vendredi de 9H15 à 12H et de 18H30 à 21H30, Samedi de 9H15 à 12H, Dimanche de 9H15 à 12H - Salle Marcel CERDAN - Espace LADOUMEGUE

### ● Renseignements :

Ahmou OUAHADROU : 06 24 08 98 35 - Mahiededine ZERF : 07 81 44 61 15

## Football

Après la longue coupure liée à la crise sanitaire, le FC Méricourt se verra doté d'un nouvel outil avec le changement de la surface synthétique existante sur le terrain d'entraînement au parc Léandre Létoquart dès la reprise de la saison, après celui installé en fin d'année dernière. Les installations dignes des grands clubs et enviées par beaucoup continueront à contribuer à performer et à développer les qualités techniques et physiques de tous les joueurs.

### ● Où et quand s'entraîner ?

Lundi de 18H à 22H, Mardi de 18H à 22H, Mercredi de 9H30 à 12H et de 13H à 21H, Jeudi de 18H à 22H, Vendredi de 18H à 22H, Samedi de 13H à 19H30, Dimanche 8H à 20H - Parc Léandre LETOQUART - Tél. 03 21 76 92 30 de 18H à 21H30

### ● Renseignements :

Gilles LEFRANC : 07 71 61 53 78

Site internet : footeo.com - Email : giloukilou@hotmail.fr - Facebook : FC Méricourt

## Futsal

1- Le **Futsal Association de Méricourt** comprend une quarantaine de licenciés qui évoluent dans les championnats Départementaux. La section de jeunes connaît un franc succès et continue de se développer en participant à des regroupements à Méricourt et à l'extérieur.

### ● Où et quand s'entraîner ?

Lundi de 20H à 22H, Mardi de 18H à 20H, Mercredi de 20H à 22H, Samedi de 16H à 19H

Salle Michel BERNARD - Espace LADOUMEGUE

### ● Renseignements :

Mustapha NAGI : 06 64 13 79 77 ou 03 21 28 36 25 - Email : mericourt.fa.852823@ligue59-62.fr

2- L'**activité du Meri-foot salle loisir** ne se cantonne pas seulement au futsal. Les jeunes adhérents peuvent entre autre se rencontrer, discuter et même mettre en œuvre des projets comme des séjours de vacances. L'énergie, la convivialité ou même encore l'entraide caractérise tous les membres de cette association.

### ● Où et quand s'entraîner ?

Mardi de 20H à 22H, Samedi de 19H à 22H - Salle Michel BERNARD - Espace LADOUMEGUE

### ● Renseignements :

Rachid BOULEMANE : 06 49 82 96 75 - Email : rbx.tdx@hotmail.fr

Jallal LAKSIKISSE : 06 64 15 10 52 - Email : laksikissejalla@live.fr

## Randonnée Pédestre

Une matinée de randonnée pour une semaine de santé ! Si vous aimez la marche tranquille, n'hésitez pas à rejoindre l'Association «Méricourt à Pied» tous les dimanches matin sur les chemins de la région !

### ● Renseignements :

Isabelle MATUSZAK : 06 66 73 93 35 - Email : isa-matuszak@orange.fr

Site internet : www.klubasso.fr/mericourtaped

## Badminton

Avec plus de 10 ans de bons et loyaux services pour le Speed Bad Club, l'ensemble des dirigeants composant le bureaux passe le flambeau à une jeune équipe motivée ! Il n'en reste pas moins que le club demeure familial où les jeunes à partir de 6 ans peuvent venir pratiquer dans les installations mises à dispositions sur plusieurs créneaux en semaine. Le club propose 2 essais avant de s'inscrire. Pour plus de renseignements, n'hésitez pas à contacter les responsables.

### ● Où et quand s'entraîner ?

Lundi de 17H30 à 20H, Mercredi de 17H30 à 20H, Jeudi de 20H à 22H, Vendredi de 17H30 à 20H

Salle Michel BERNARD - Espace LADOUMEGUE

### ● Renseignements :

Kévin JOLY : 06 11 65 25 35 - Email : kevin.joly@outlook.com

Samuel LOUGEZ : 06 26 94 86 94 - Email : orasamu@hotmail.com

## Cyclisme

### ● Renseignements :

Club de Cyclisme Team 2 Méricourt

Julien LECLERCQ : 06 27 95 09 05 - 14 Rue Coteaux de la Scarpe 62161 MAROEUIL - Email : julien.leclercq@cegetel.net

## VTT

L'Ultra VTT s'est comporté de manière plus qu'honorable dans les compétitions Nationale, Régionale et Départementale surtout. Il ne demeure pas moins que la convivialité et la sympathie règnent de façon récurrente !

### ● Où et quand s'entraîner ?

Dimanche matin à 8h30 place de la Mairie pour les randonnées. Le calendrier des compétitions ainsi que les randonnées organisées par les clubs voisins sont consultables sur le site de l'association. Une réunion est organisée chaque premier samedi du mois au local de l'Espace Ladoumègue.

### ● Renseignements :

Laurent DUCAMP : 03 21 40 65 38 ou 06 72 29 15 71

Email : ducamp.laurent@wanadoo.fr - Site internet : Uhttp://ultravtt.free.fr

## Tir à l'Arc et Sarbacane

La Compagnie des Archers mérite de voir ses effectifs s'étoffer tant les valeurs véhiculées par cette activité sont en relation avec la réalité de la vie quotidienne. Le club est ouvert à tous, petits et grands de 10 à 77 ans ! Les tickets loisirs sont acceptés à l'inscription.

### ● Où et quand s'entraîner ?

Mercredi de 18H à 20H, Samedi de 14H à 20H - Salle OSTERMEYER - Espace LADOUMEGUE

### ● Renseignements :

Alain LENNES : 06 10 52 67 72 - Email : robin6162@live.fr

## Tir

Le Loisir Tir a plus de trente ans d'existence et possède une cinquantaine de licenciés hommes, femmes et enfants. Le club est agréé DDJSCS et s'inscrit dans une dynamique de compétition à la carabine et au pistolet à 10 mètres en interne et en UFOLEP pour les licenciés intéressés. Le Club participe également au challenge des 5 villes (Méricourt, Noyelles-Godault, Noyelles sous Lens, Loison, Montigny en Gohelle). L'inscription pour les adultes est de 60 € (plus de 16 ans) avec autorisation parentale (de 16 à 18 ans) et de 50€ pour les enfants (avec autorisation parentale). Le club accepte les tickets loisirs de la CAF. Les armes sont prêtées gratuitement, la boîte de 500 plombs est à 5 €

### ● Où et quand s'entraîner ?

Mercredi de 17H à 19H, Samedi de 15H à 18H, Dimanche de 10H à 12H - Salle GUTTMAN - Espace LADOUMEGUE

### ● Renseignements :

Daniel BRANCHU : 03 21 70 48 20 ou 06 17 41 49 50

Email : daniel.branchu@laposte.net - Site internet : http://loisirtirmericourt.free.fr



## Yoseikan Budo

Le Méricourt Yoseikan Budo, club affilié à la FFKAMA . Le Yoseikan Budo est une pratique d'arts martiaux dont la méthode originale met en évidence la logique commune entre les différentes techniques de combat à mains nues ou avec armes. Cette saison marque un tournant dans l'histoire du club : les premières ceintures noires ont été obtenues avec brio ! Félicitations à tous les membres ainsi qu'aux professeurs et dirigeants !

### ● Où et quand s'entraîner ?

Mercredi de 18H à 22H (enfants et adultes), Samedi de 10H30 à 12H (enfants, adultes, self défense et training), Dimanche de 9H30 à 12H30 (enfants et adultes) - Salles Fabien CANU et Dominique VALERA - Espace LADOUMEGUE

Le club accepte les chèques vacances, les coupons sports et les tickets loisirs.

### ● Renseignements :

Jean Marc SEYNAEVE : 06 61 18 71 83 - Email : jm.seynaeve@numericable.com

## Judo

Le Méricourt Judo est une référence Régionale voir Nationale dans son domaine d'activité. Souvent sollicité pour l'organisation de compétitions, les dirigeants donnent sans compter pour le plus grand plaisir de toutes et tous, petits et grands.

### ● Où et quand s'entraîner ?

Lundi de 18H à 20H, Mardi de 17H30 à 21H30, Jeudi de 17H30 à 21H30, Samedi de 9H30 à 12H (Cross Training) - Salle Fabien CANU - Espace LADOUMEGUE

### ● Renseignements :

Olivier LEROY : 06 18 72 33 21 - Email : coucoucestnous@live.fr - Site internet : www.mericourtjudo.fr

## Full Contact

Le Boxing Team de Méricourt comprend une centaine de licenciés. Beaucoup d'enfants pratiquent ce sport dans le respect de la personne et de son intégrité physique.

### ● Où et quand s'entraîner ?

Lundi de 18H30 à 22H, Mercredi de 17H30 à 22H, Vendredi de 17H30 à 22H, Samedi de 15H à 17H30, Dimanche de 9H30 à 11H - Salle Dominique VALERA Espace LADOUMEGUE

### ● Renseignements :

Jean-Georges VEJUX : 06 50 48 78 23

Email : jean-georges.vejux@laposte.net - Site internet : http://boxing-team-mericourt.e-monsite.com

## Ju Jitsu

Le Ju Jitsu Traditionnel de Méricourt ne participe à aucune compétition mais propose aux adhérents des passages de grades caractérisés par des ceintures de couleurs différentes en fonction du niveau. C'est donc dans un cadre de loisir que le club organise son activité à consonance self défense.

### ● Où et quand s'entraîner ?

Lundi de 20H à 22H, Vendredi de 18H à 22H - Salle Fabien CANU - Espace LADOUMEGUE

Tarif dégressif pour familles nombreuses. Le club accepte les chèques vacances, les coupons sports et les tickets loisirs.

### ● Renseignements :

Jean Philippe TURBIEZ : 06 15 77 22 16 - Email : jean.turbiez@numericable.fr

## Colombophilie

Association Colombophile «L'Hirondelle»

### ● Où ?

Salle Louis Matu, rue Pierre Simon

### ● Renseignements :

Daniel IANSZEN : 06 33 11 29 07 le soir

## Karaté

Le Méricourt karaté club est un club affilié à la Fédération Française de Karaté et va fêter ses 40 années d'existence en 2020. Vous voulez pratiquer le karaté, alors n'hésitez pas à franchir la porte du dojo Dominique VALERA, vous serez accueilli chaleureusement par une équipe dirigeante dévouée. Vous pratiquerez le karaté dispensé par des professeurs diplômés, dans un esprit familial.

### ● Où et quand s'entraîner ?

Mardi de 18H30 à 21H30, Jeudi de 18H30 à 21H30 - Salle Dominique VALERA - Espace LADOUMEGUE

Le club accepte les chèques vacances, les coupons sports et les tickets loisirs.

### ● Renseignements :

René LENNE : 03 21 40 09 75 ou 06 83 30 26 67 - Email : rlenne@hotmail.fr

## Hockey

Le Hockey Club de Méricourt accueille les enfants dès 4 ans, filles et garçons mais aussi adultes. Une trentaine d'adhérents compose le club. Considéré comme le plus ancien des sports collectifs pratiqué depuis des siècles, il est apparu en salle dans les années 1950 pour favoriser la pratique en hiver. Ce sport favorise un épanouissement à tout âge.

### ● Où et quand s'entraîner ?

Mardi de 16H à 17H30, Samedi de 9H30 à 12H - Salle Michel BERNARD - Espace LADOUMEGUE

### ● Renseignements :

David VAN THORRE : 06 61 49 01 84 ou 03 21 74 14 49

Email : hockey.mericourt@gmail.com - Site internet: https://hockeymericourt.wordpress.com/

Facebook : https://www.facebook.com/HCMericourt

## Basket-Ball

1- Le Méricourt Basket Club a connu une saison riche et bien remplie. Les bénévoles se sont une nouvelle fois démenés afin que les joueurs puissent évoluer dans les meilleures conditions possible. Les équipes masculines se sont comportées de manière plus que satisfaisante et les équipes féminines continuent de représenter les couleurs du club et de la ville au niveau régional.

### ● Où et quand s'entraîner ?

Lundi de 17H30 à 22H, Mardi de 17H30 à 22H, Mercredi de 14H30 à 22H, Jeudi de 17H30 à 22H, Vendredi de 17H30 à 22H, Samedi de 10H à 12H et de 13H30 à 22H pour les matchs, Dimanche de 10H à 12H30 et de 16H à 18H pour les matchs

Salle Tommie SMITH - Espace LADOUMEGUE

### ● Renseignements :

Myriam NEVEJANS : 06 08 30 65 77 ou 03 21 43 52 39

Email : mbc.basket-club@laposte.net ou mbcpresidence@gmail.com

Site internet : http://club.quomodo.com/mericourt-basket-club/

2- Les Tamalous est une association de basket loisir mixte. Le basketball loisir est réservé à ceux et celles qui veulent s'amuser, se détendre et pratiquer une activité physique dans une ambiance conviviale et amicale. Réservé aux adultes.

### ● Où et quand s'entraîner ?

Jeudi de 18H à 20H, Dimanche de 10H à 12H30 - Salle Michel BERNARD - Espace LADOUMEGUE

### ● Renseignements :

Christophe LAOUR : 06 13 57 68 46