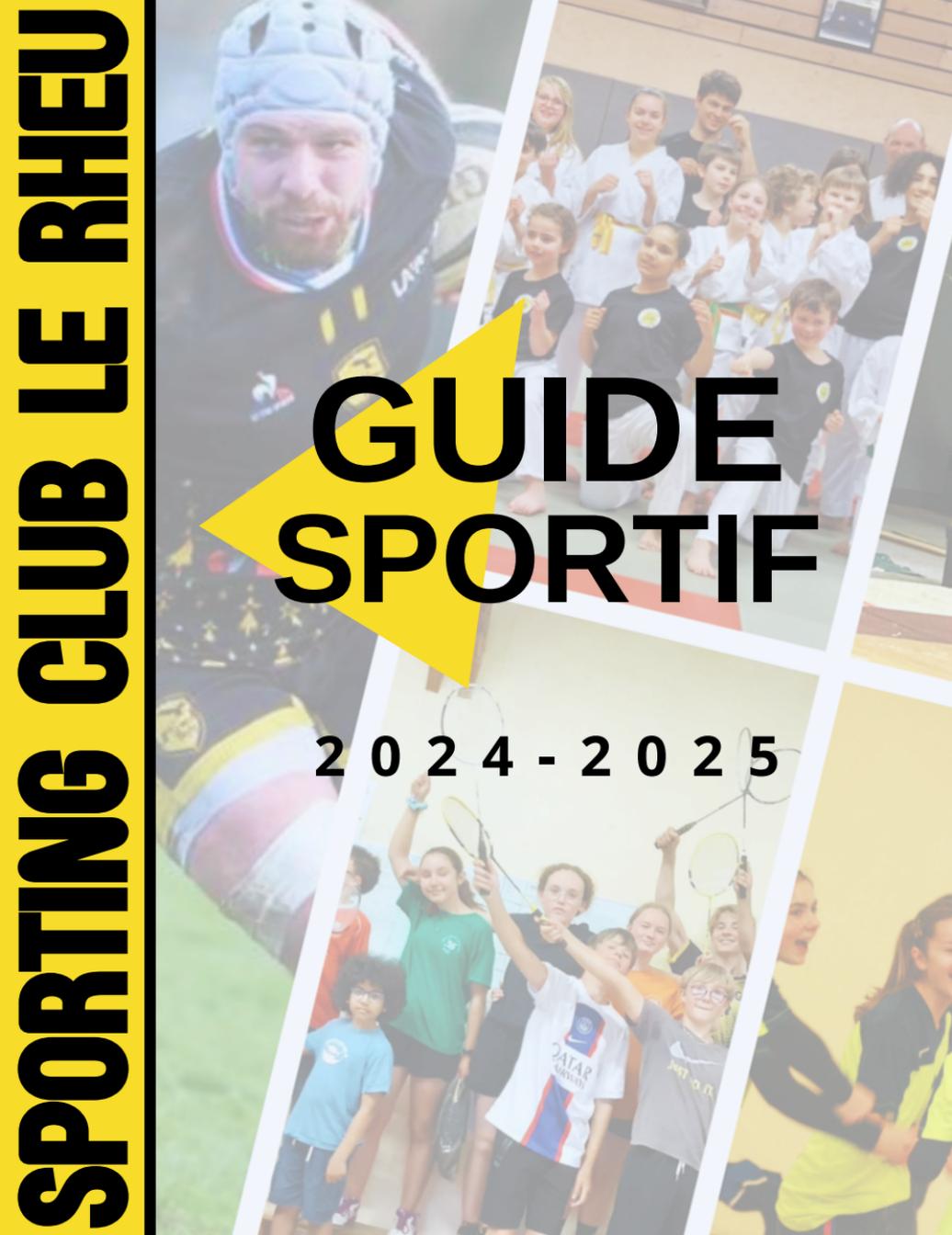


SPORTING CLUB LE RHEU



GUIDE SPORTIF

2 0 2 4 - 2 0 2 5

Sommaire



Renseignements pratiques Sporting Club.....	3
Edito.....	4

Le Sporting Club et ses sections

Aïkido.....	5
Badminton.....	5
Basket-ball.....	5
Billard Français.....	6
Cyclotourisme.....	6
Energym.....	7
Fit'Forme - BabyForme - Kids sports de la forme.....	7
Golf.....	8
Gymnastique Volontaire.....	8
Karaté.....	8
Le Rheu'ning.....	9
Pétanque.....	9
Rugby.....	10
Sports Co-Loisirs.....	10
Tennis de table.....	10
Volley-ball.....	11

Partenaire

OSCOR.....	11
------------	----

Autres associations sportives

Athlétisme.....	12
Football.....	12
Judo.....	12
Tai Chi Chen.....	12

Renseignements pratiques

SPORTING CLUB LE RHEU

1 rue du Champ neuf, 35650 Le Rheu

Tél : **02 99 60 79 18**

Courriel : secretariat.sporting.club@gmail.com

Site : www.sportingclublerheu.fr



@sportingclublerheu

Accueil du public

Lundi 10h00-12h00 et 14h00-18h00

Mardi 10h00-12h00 et 16h00-18h00

Mercredi 10h00-12h00

Jeudi Fermé

Vendredi 10h00-12h00 et 14h00-18h00

Samedi 10h00-12h00



L'adhésion individuelle au Sporting Club fixée à 5€ est incluse dans le montant de la cotisation de chaque section.

L'association accepte le règlement par chèque, chèques vacances ANCV, dispositif Sortir et Pass Sport



Scannez ce QR Code pour avoir accès directement à notre site internet

Le Sporting Club est subventionné par la ville de Le Rheu.

Cette plaquette est réalisée avec le soutien de nos annonceurs.

Le mot de la présidente

Fort de ses 2 400 adhérents, le Sporting Club Le Rheu, qui regroupe 16 sections, est la plus grosse association sportive de la commune.

Fondé en 1965 son rôle est de rassembler, favoriser, soutenir et encourager toutes les pratiques sportives de la commune, y compris pour les personnes en situation de handicap ou sensoriel.

Vous retrouverez référencées dans ce guide les activités détaillées de nos sections: des arts martiaux des sports de balle, du ballon ovale à la raquette, ainsi que du sport santé et de remise en forme.

Pour plus d'infos venez nous rencontrer **le Samedi 7 septembre de 9h00 à 13h00** pour le traditionnel **«Forum des Associations et du Bénévolat»**.

L'association vit et rayonne de l'engagement de ses bénévoles, ils permettent un accès à la pratique sportive pour tous. Un grand **MERCI** à eux.

Enfin mes remerciements iront également à nos partenaires financiers sans qui rien ne serait possible, ainsi qu'à la mairie et ses services pour leur aide et soutien au quotidien.

Bonne rentrée sportive et bonne lecture,

Françoise Gerth

Président du Sporting Club Le Rheu,

IMPRIGRAPH
Groupe
www.iovcom.fr

**VOTRE IMPRIMEUR
BRETAGNE &
LOIRE ATLANTIQUE**
Offset | Numérique | Signalétique

Votre interlocuteur **LE RHEU**
Stéphane CHAPELLE
06 42 21 65 54

Siège :
56610 ARRADON
02 97 40 87 87

Dans le sport on ne perd jamais, soit on gagne soit on avance...



SPORTING CLUB, LES 16 SECTIONS

— L'adhésion au Sporting Club est incluse dans les tarifs mentionnés —

Responsable

David VAL-LAILLET
06.33.32.58.55
dvl@hotmail.fr

Tarifs

Plein tarif : 150€
Tarif réduit : 120€

AÏKIDO

Art martial japonais essentiellement défensif, composé de techniques de défense à mains nues visant à réduire à néant les tentatives d'agression.

Sa pratique exclut toute idée de compétition et vise à acquérir une maîtrise de soi complétée par un travail aux armes : jo (bâton en bois), bokken (sabre en bois), et tanto (couteau).

Horaires de cours : lundi de 20h15 à 21h45, jeudi de 19h00 à 20h30, samedi de 9h45 à 11h15

Facebook : Aïkido SC Le Rheu

Responsable

Erwann LE LAN
bad.sclerheu@gmail.com

Tarifs

De 72€ à 100€

BADMINTON

Lieu : COSEC salle 1

Catégorie : loisir et compétition

Ouverts aux enfants à partir de 10 ans

Plus d'infos : <https://sclerheubadminton.wordpress.com>

Responsable

Chloé LE BLANC
06.45.66.63.34
secretariat@lerheu-basket.fr

Tarifs

De 80 à 220€
selon la catégorie

BASKET-BALL

De 3 ans à 93 ans

Compétition de U9 à Seniors (entraînements la semaine et matchs le week end)

Micro Basket (3-5 ans) le samedi 9H45-10H45

Baby Basket (5-7ans) le samedi 10H45-12H00

Basket Santé le jeudi de 16h30 à 17h45

Basket Loisirs Mixte le vendredi de 20H00 à 22H00

Plus d'infos : <http://lerheu-basket.fr>



SPORTING CLUB, LES 16 SECTIONS

Responsable

Laurent LE GUEN

07.67.27.96.46

scr.lerheu.billard@gmail.com

Tarifs

Moins de 21 ans : 90€

Adultes découverte : 145€

Adultes : 175€

BILLARD FRANÇAIS

Club labellisé "Ecole de billard" par la Fédération Française de Billard

Jeunes moins de 21 ans: mercredi de 14h00 à 15h30 (hors vacances scolaires)

Adultes : Mercredi 18h-19h30

Initiation : Samedi 10h30-12h

Accès à la salle libre pour tous les adhérents

Plus d'infos : <https://billardfrancaislerheu.wordpress.com/>

Responsable

Anthony LE BIHAN

06.98.03.32.50

anthony579.le-bihan@laposte.net

Tarif

65€

CYCLOTOURISME

Randonnée cyclotouriste et cyclo sportive sur route
3 groupes de niveaux différents.

Sorties officielles : mardi, jeudi, samedi et dimanche

Lieu : parking école de musique le dimanche et 1 rue du
Champ Neuf (Ferme des Champs Freslons) les autres jours

Public : Adultes seulement

Possibilité de participer à 3 sorties du club, sans licence, avant d'adhérer

Plus d'infos : <https://sclerheucyclo.blogspot.com/>

**côme
chez vous**

Votre agence immobilière



ESTIMATION GRATUITE

06 50 02 63 58



SPORTING CLUB, LES 16 SECTIONS

Responsable

Fred CAPITAINE

06.76.54.31.92

capitaine.fred@orange.fr

Tarifs

De 71 à 145 €

en fonction de l'âge et des activités,

Possibilité de paiement en 3 fois

ENERGYM

Lieux : salle Haltérophilie et salle multi-activités

Cours dirigés et musculation (cuisse, hanches, fessiers, abdominaux, obliques, dos, bras) :

Lundi de 19h à 20h - Mercredi de 18h à 19h et de 19h à 20h -

Vendredi de 18h30 à 19h30

Sport Santé : mercredi de 15h à 16h

Cours d'haltérophilie jeunes : mercredi de 16h30 à 17h30

Haltérophilie/Musculation tous les jours de 18h15 à 21h00

Plus d'infos : <https://lerheu-energy.fr/>

Responsable

Céline BESSOU

06.12.89.26.01

fitformelerheu@gmail.com

Tarifs

(1) Tarif annuel de 96 à 150 €

(de 1 à 3 cours et + par semaine)

(2) Tarif annuel de 102 €.

(3) Tarif annuel de 81€.

FIT'FORME / BABY FORME

(1) **Sport de la forme, adultes et jeunes** à partir de 12 ans.

Des activités de renforcement musculaire, cardio, fitness, Zumba, LIA-STEP et assouplissement pour les femmes et les hommes

(2) **Eveil Sportif** (3 et 4 ans) : motricité et découverte des activités sportives, MULTISPORTS (5 à 7 ans) : initiation aux sports collectifs, tennis, athlétisme, ...

(3) **Zumba Kids** (7 à 11 ans) : initiation à la zumba

Plus d'infos : <https://sportingclublerheu.fr/fitforme-babyforme-kids-sport-de-la-forme/>

AGIR CHAQUE JOUR
DANS VOTRE
INTÉRÊT



ET CELUI DE LA
SOCIÉTÉ

ILLE-ET-VILAINE



SPORTING CLUB, LES 16 SECTIONS

Responsable

Véronique SAMSON
06.30.94.41.84
veronique.s@mson.fr

Tarifs

40€ adhésion individuelle
60€ pour un couple
65€ famille de 3 personnes ou +

GOLF

La section propose à ses adhérents (adultes de + 20 ans) :

- Des formations pour débutants ou confirmés, sous forme de cours collectifs, dirigés par un enseignant diplômé d'Etat
- Des sorties golfigues d'une journée sur les golfs de la région et des soirées festives
- La négociation d'un tarif préférentiel auprès du golf de la Freslonnière

Plus d'infos : <https://sportingclublerheu.fr/golf>

Responsables

Alice LINARES
Marie GICQUEL
gymvlerheu@gmail.com

Tarifs

De 100€ à 220€

GYMNASTIQUE VOLONTAIRE

1ère Fédération française de gym non compétitive, la qualité du "Sport Santé" avec des séances adaptées à chacun(e)

3 nouveaux cours : body tone, cardioboxing, gym équilibre.
Cours dispensés du lundi au samedi

Plus d'infos : <https://sportingclublerheu.fr/gymnastique-volontaire>

Responsable

Jean-Pierre PLANCHETTE
06.30.34.67.03
karate.sclderheu@free.fr

Tarif

Karaté enfant : 140€
Karaté ados/adultes : 180€
Self défense ado/adultes : 120€
Kobudo ados/adultes : 120€

KARATÉ

Karate Enfants : Mardi et Vendredi 18h30 - 19h30
Karate Ados/adultes : Mardi et Vendredi 19h30 - 21h
Self-défense Ados/Adultes : Vendredi 19h30-21h et Samedi 10h-11h30

Kobudo Ados-Adultes Mardi et Vendredi 21h -22h

Tarif étudiants : Karaté 160€ - Self Défense 100€
Kobudo - 100€

Réduction de 10% sur la somme globale à partir de 2 adhérents
Plus d'infos : karatelerheu.wixsite.com



SPORTING CLUB, LES 16 SECTIONS

Responsable

Christelle LE FORT PILLARD
06.75.45.10.52

Contact marche nordique

Gwénaëlle BOUGET
06.78.57.61.71

lerheuning@gmail.com

Tarif

20€

LE RHEU'NING

Horaires course à pied : mercredi 18h & 18h30 (fractionnés),
vendredi 18h (endurance), dimanche 9h30, 9h45 et 10h
(sortie longue)

Horaires marche nordique : lundi & mardi 9h30, mercredi
9h30 & 18h, samedi 10h et dimanche 9h50

Page Facebook : Le Rheuning

Plus d'infos : www.lerheuning.fr ou
marchenordiquelerheu.blogspot.fr

Responsable

Benoit LEMAIRE
06.63.09.26.73
petanquelerheu@gmail.com

Tarifs

Licence FFPJP : 40€
Carte Loisir : 20€

PÉTANQUE

Entraînements : tous les mercredis et vendredis à 14h au
terrain stabilisé en face du COSEC.

Activité ouverte à tous (loisir ou compétition)

Plus d'infos : <https://sportingclublerheu.fr/petanque>



1 Rue de Cintré - 35650 LE RHEU

Tél. 02 99 60 71 46

Entreprise Individuelle



www.boucherie-aubert-s.fr



SPORTING CLUB, LES 16 SECTIONS

Responsable

Julien KERVARREC

sclerheurugbysecretariat@gmail.com

Tarifs

Variables en fonction
de la catégorie d'âge ou
du type de pratique

RUGBY

Pratiques proposées :

Toutes formes de pratiques sont proposées :

- éducatif de 3 ans à 13 ans
- compétition à partir de 14 ans
- loisirs à 15 ou à 5 pour les adultes
- rugby santé: rugby à 5 adapté

Seniors masculin compétition : Fédérale 2 et Fédérale B

Seniors féminin compétition : Fédérale 2

Plus d'infos : <https://lerheu-rugby.fr/>

Responsable

Thomas FRASLIN

06.20.35.11.51

thomas.fraslin@defouest.fr

Tarif

75€

SPORT CO-LOISIRS

Rencontres amicales de différents sports collectifs sans
compétition.

Réservé aux adultes.

Lieu : COSEC, route de Cintré

Horaires : Lundi 20h30-22h30

Plus d'infos : <https://sportingclublerheu.fr/sport-co-loisirs>

Responsable

Jean-Yves CHEDMAIL

06.70.85.27.91

jeanyveschedmail35@gmail.com

Tarifs

60€ jeunes et adultes loisirs,

70€ compétition jeunes

90€ compétition adultes

TENNIS DE TABLE

Horaires salle Mariette Nansot

- jeunes tous les mardis de 17h30 à 18h30 avec éducateur
(sauf vacances scolaires) et samedi 14h pour compétitions

- adultes tous les mardis et vendredis de 18h30 à 22h30

Pré-inscription le mardi 3 septembre 2024 à partir de 18h30
à la salle et au forum le samedi 7 de 9h à 13h

Plus d'infos <http://www.tennisdetablelerheu.fr>



SPORTING CLUB, LES 16 SECTIONS

Responsable

Martin PILARD
07.68.66.76.77
pilard.m42@gmail.com

Tarifs

De 85€ à 165€ selon la catégorie.

VOLLEY-BALL

Lieu : Salles du COSEC
Contact :
Christian MADEC
06.75.36.94.78
krismad35@gmail.com
Plus d'infos : <https://sportingclublerheu.fr/volley-ball>

PARTENAIRE

OSCOR

Office des Sports des Communes de l'Ouest Rennais

Il regroupe 9 communes et a pour but de promouvoir le développement de la pratique sportive du territoire

Président : Hervé PENHOUE - 02.99.77.35.69 - contact@oscor.fr

Site internet : www.oscor.fr



Z.I. route de Cintré - 35690 L'HERMITAGE

☎ **02 99 64 07 64** - Travaux publics / particuliers - Centrale d'enrobés

keravis@lessard.fr

AUTRES ASSOCIATIONS SPORTIVES

Non affiliées Sporting Club

Président

Stefan MUNIER
06.13.81.64.55
ouestathle35@gmail.com

Tarifs

Se renseigner auprès de l'OA35

ATHLÉTISME

Ouest Athlétisme 35
Pratique de l'athlétisme sur la commune de Le Rheu
enfants/adultes dès l'âge de 6 ans (2018)
Toutes les infos sur : <https://www.oa35.org/>

Président

Vincent MAHE
06.08.48.16.75
sclerheufootball@gmail.com

Tarifs

NC

FOOTBALL

SC Le Rheu Football
Pratique du football dès l'âge de 5 ans
Plus d'infos : <https://sclerheu.footeo.com/>
Facebook : SC Le Rheu Football

Président

Samuel ESNAULT
06.22.54.26.84
president@judoclubouestrennais.fr

Tarifs

NC

JUDO

Judo Club de l'Ouest Rennais
Cours au dojo du Rheu, de l'Hermitage et de Mordelles
Plus d'infos sur <https://www.judoclubouestrennais.fr/>

Président

Anoussay PHOMMALINE
06.63.87.18.98
taichichen35@gmail.com

Tarifs

NC

TAÏ CHI CHEN

Association "Les Tortues Géniales"
Le Taï Chi Chen est un art martial chinois de longévité.
Il peut être pratiqué par tous et à tout âge
Cours : Ferme des Perrières le lundi de 17h30 à 21h30



Groupama