



CATALOGUE D'ACTIVITES PAYS DE LA LOIRE

Retrouvez tous les clubs et toutes les activités
adaptées aux seniors de la région



Partenaires du CORERS Pays de la Loire

CATALOGUE DES ACTIVITES

Loire-Atlantique (44) :

	Aigrefeuille	Ancenis-St-G.	Chaumes-en-Retz	Héric	La Planche	Le Cellier	Loireauxence	Mesquer	Mouzillon	Nantes ORPAN	Nantes RS	Nantes RSL	Pornichet	Sautron	St-Herblain	St-Michel-Chef
Activ/Mémoire	✓					✓					✓	✓				
Activés aquatiques / aquagym	✓				✓				✓	✓	✓				✓	
Activités cyclistes	✓		✓		✓	✓	✓				✓	✓	✓			
Activités dansées	✓		✓		✓		✓				✓	✓	✓	✓		
Activités gymniques	✓	✓		✓	✓	✓		✓			✓		✓	✓		
Activités ludiques et culturelles	✓	✓			✓							✓	✓			
Activités Taï Chi / Qi Gong / ...													✓			
Golf / Disc Golf / Swin Golf										✓	✓	✓	✓			
Jeux collectifs / Jeux de ballons	✓												✓			
Jeux de boules (pétanque)									✓		✓				✓	
Jeux de quilles (bowling)					✓						✓				✓	
Marche aquatique côtière					✓											✓
Marche nordique	✓	✓	✓		✓	✓					✓	✓	✓	✓	✓	✓
Randonnée pédestre		✓				✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
SMS (Section multi-activité seniors)		✓										✓				
Sports de raquette					✓	✓				✓			✓	✓		
Tir à l'arc										✓				✓		

Coordonnées des clubs du 44 :

AIGREFEUILLE-SUR-MAINE / Association Lutte Forme Aigrefeuille / 09-54-03-85-11 / clubalfa44@online.fr

ANCENIS-SAINT-GEREON / Sport Sénior Santé St Géréonnais / 06-62-96-45-33 / communication.4SG@gmail.com

CHAUMES-EN-RETZ / USC Marche Nordique Calmétienne / 06-66-76-96-58 / thomasgi@wanadoo.fr

HERIC / Club de l'Amitié Héric / 06-12-08-64-05 / daniel.racape@sfr.fr

LA PLANCHE / Planch Rando / 02-40-31-92-92 / pinon.h@wanadoo.fr

LE CELLIER / Sport Sénior Santé Ligérien / 06-81-44-85-60 / malherbe.arlette@orange.fr

LOIREAUXENCE / Sports Loisirs Seniors Loireauxence / 06-81-85-21-86 / evelyne.garnier0156@orange.fr

MESQUER / Retraite Sportive Mesquer Couleurs / 06-74-49-72-33 / rsmc44350@gmail.com

MOUZILLON / Sport Mouzillon Seniors / 07-83-29-23-26 / sport.mouzillon.senior@gmail.com

NANTES ORPAN / Office des Retraites et Personnes Agées de Nantes / 02-40-99-26-00 / contact@orpan.fr

NANTES RS / Nantes Retraite Sportive / 02-40-59-44-62 / nrs44.com2@gmail.com

NANTES RSL / Retraite Sportive Ligérienne / 06-71-02-27-85 / rsligerienne@wanadoo.fr

PORNICHET / Association Sportive des Séniors de la Côte d'Amour / 06-15-83-38-63 / michelinemoyon2@gmail.com

SAUTRON / Sport Seniors Santé Sautron - AGDL / 06-74-18-47-47 / agdlsautron@gmail.com

ST-HERBLAIN / Retraite Sportive Herblinoise / 06-32-19-85-12 / annick.vaillant@wanadoo.fr

ST-MICHEL-CHEF-CHEF / Seniors Sportifs St Michel Chef Chef / 02-40-27-97-06 / david.jc@orange.fr



CATALOGUE DES ACTIVITES

Maine-et-Loire (49) :

Mayenne (53) :

	Trélazé	Craon	Chateau-Gontier	Evron	Gorron	Laval	Mayenne	Meslay-du-Maine	Port-Brillet	Pré-en-Pail Samson	St-Berthevin	Villaines-la-Juhel
Activ/Mémoire	✓		✓			✓	✓	✓				
Activés aquatiques / aquagym		✓	✓	✓				✓		✓	✓	✓
Activités cyclistes		✓	✓	✓		✓	✓	✓		✓	✓	✓
Activités dansées	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Activités gymniques	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓
Activités ludiques et culturelles			✓		✓	✓	✓	✓		✓		✓
Activités Tai Chi / Qi Gong / ...	✓		✓			✓					✓	
Aviron / Canoë-Kayak			✓			✓					✓	
Escalade						✓						
Golf / Disc Golf / Swin Golf	✓			✓	✓	✓		✓			✓	✓
Jeux de boules (pétanque)	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Jeux de quilles (bowling)						✓	✓				✓	✓
Marche aquatique côtière						✓						
Marche nordique	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Randonnée pédestre	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
SMS (Section multi-activité seniors)					✓	✓	✓	✓				✓
Sports de raquette	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Sport d'Hiver			✓	✓		✓			✓		✓	✓
Tir à l'arc / Sarbacane						✓						✓

Coordonnées des clubs du 49 :

TRELAZE / Retraite Sportive Trélazéenne / 06-22-41-97-26 / rst.presidence@gmail.com 

Coordonnées des clubs du 53 :

CRAON / Retraite Sportive du Pays de Craon / 06-82-94-05-55 / rspaysdecraon@gmail.com 

CHATEAU-GONTIER / Club Sportif Détente de la Mayenne Angevine / 02-43-07-26-62 / president@retraitesportivechateaugontier.fr 

EVRON / Club de la Retraite Sportive des Coëvrons / 09-81-94-01-74 / retraite.sportive.coevrons@gmail.com 

GORRON/ Retraite Sportive du Bocage / 06-15-24-62-89 / gil.courteille531@gmail.com   **ON Y VA!**

LAVAL / Retraite Sportive Laval Agglo / 06-70-08-96-65 / loic.bedouet@wanadoo.fr   **ON Y VA!**

MAYENNE / Club Mayennais de la Retraite Sportive / 06-84-78-99-11 / cmrs53100@orange.fr 

MESLAY-DU-MAINE / Club Meslinois de la Retraite Sportive / 02-43-64-24-49 / coutard53francoise@gmail.com   **ON Y VA!**

PORT-BRILLET / Retraite Sportive du Pays de Loiron / 02-43-68-84-47 / yves.parc@orange.fr   **ON Y VA!**

PRE-EN-PAIL SAMSON / Retraite Sportive du Pays de Pail / 06-27-33-47-28 / monique.gallais@yahoo.fr

ST-BERTHEVIN / Club de la Retraite Sportive Berthevinoise / 06-72-30-67-41 / yglebreton@wanadoo.fr

VILLAINES-LA-JUHEL / Retraite Sportive de Villaines-la-Juhel / 02-43-03-23-81 / alix.morin@orange.fr   **ON Y VA!**

CATALOGUE DES ACTIVITES

Activ'Mémoire

La FFRS a développé un nouveau programme innovant destiné à l'entretien des fonctions cognitives par l'activité physique avec l'appui de spécialistes. Cette activité, en plein essor, repose sur un enchaînement de plusieurs mouvements à mémoriser permettant la stimulation et l'entretien des fonctions cognitives grâce à la mobilisation des différentes capacités physiques. Elle est destinée à tout public. Quand on sait que la mémoire est une préoccupation importante des français... elle y a toute sa place.



Section multi-activité Seniors (SMS)



La Fédération Française de la Retraite Sportive a ouvert des S.M.S (Sections Multi-activités Seniors). Pour accueillir ce public fragilisé, une formation (M2 SMS) est proposée aux futurs animateurs fédéraux qui souhaitent animer ces sections. 100 animateurs sont formés à cette activité. Des stages fédéraux « d'accompagnement à la sortie de la fragilité par les activités physiques et sportives ». Pour certaines personnes, la section multi-activités seniors représentera seulement un « sas » de quelques semaines ou mois avant de passer à des activités douces telles qu'elles existent déjà dans de nombreux clubs ou de reprendre une des activités habituelles de notre fédération. La Commission Médicale et la Direction Technique Nationale de la F.F.R.S s'assurent de la qualité des prestations des clubs volontaires, gage d'un accueil de qualité de ces pratiquants, en attribuant le label SMS. A ce jour, 16 de nos clubs sont labellisés de niveau 1.

CATALOGUE DES ACTIVITES

Sarthe (72) :

	Beaumont-sur-D.	Cherré	Connerré	Dangeul	La Flèche	La Suze-sur-Sarthe	Le Mans	Loir-en-Vallée	Mamers	Marolles-les-B.	Montval-sur-Loir	Pontvallain	Sablé-sur-Sarthe	Sillé-le-Guillaume	Spay
Activ'Mémoire				✓						✓	✓	✓			
Activés aquatiques / aquagym	✓		✓	✓		✓	✓	✓		✓	✓				
Activités cyclistes		✓	✓	✓		✓				✓	✓	✓			
Activités dansées		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓		
Activités gymniques	✓		✓	✓		✓					✓	✓	✓		
Activités ludiques et culturelles		✓									✓	✓			
Activités Tai Chi / Qi Gong / ...				✓		✓	✓		✓		✓				
Escalade		✓													
Golf / Disc Golf / Swin Golf			✓	✓	✓	✓					✓	✓			
Jeux collectifs / Jeux de ballons			✓												
Jeux de boules (pétanque)			✓	✓	✓	✓					✓	✓	✓		
Marche nordique		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Randonnée pédestre	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
SMS (Section multi-activité seniors)			✓	✓						✓	✓	✓	✓		
Sports de raquette	✓		✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓		
Sport d'Hiver		✓	✓						✓		✓				
Tir à l'arc / Sarbacane			✓		✓							✓	✓		

Coordonnées des clubs du 72 :

BEAUMONT-SUR-DEME / Dynamisme et Maintien en Forme / 06-25-37-27-00 / christinetireldem@gmail.com 
 CHERE / Retraite Sportive du Pays de l'Huisne Sarthoise / 02-42-93-19-61 / rs.payshuisnesarthoise@gmail.com 
 CONNERRE / Les Seniors Sportifs de Connerré / 06-64-04-37-29 / lssconnerre@gmail.com  **ON Y VA**
 DANGEUL / Sports et Loisirs Dangeul / 02-43-33-64-23 / monique-laubron@orange.fr
 LA FLECHE / Les Seniors Sportifs du Pays Fléchois / 07-84-28-15-33 / clovis.joubert@orange.fr  
 LA SUZE-SUR-SARTHE / Retraite Sportive du Val Suzerain / 02-43-45-15-86 / rsvs-dominiquebougard@orange.fr 
 LE MANS / Association Retraite Sportive du Mans / 02-83-37-69-47 / arsm72@hotmail.fr 
 LOIR-EN-VALLEE / Sports Loisirs Loir et Bercé / 06-87-02-70-57 / s2lb.loir@gmail.com 
 MAMERS / Retraite Sportive du Saosnois / 06-26-86-43-06 / retraitesportivesaosnois72600@gmail.com 
 MAROLLES-LES-BRAULTS / Retraite Sportive en Pays Marollais / 06-19-87-32-88 / rspmarolles@gmail.com 
 MONTVAL-SUR-LOIR / Senior Sportifs Montvalois / 06-31-67-38-51 / 2smontvalois@gmail.com  **ON Y VA**
 PONTVALLAIN / Retraite Sportive Aulne et Loir / 06-88-20-99-96 / rsal.pontvallain72@gmail.com  **ON Y VA**
 SABLE-SUR-SARTHE / Retraite Sportive Sarthe et Vègre / 06-77-11-24-40 / contact@rsvs.fr  **ON Y VA**
 SILLE-LE-GUILLAUME / Retraite Sportive du Pays Silléen / 06-36-47-18-88 / retraite.sportive.sille@gmail.com   **ON Y VA**
 SPAY / Retraite sportive Spay / 06-75-99-11-61 / rsspays32@gmail.com

CATALOGUE DES ACTIVITES

Vendée (85) :

	Aubigny-les-Clouz.	Beauvoir-sur-Mer	Brem-sur-Mer	Bretignolles-sur-M.	Chantonay	Commequiers	Dompierre-sur-Yon	Essarts-en-Bocage	Fontenay-le-Comte	Givrand	La Ferrière	Les Sables d'Olonne
Activ'Mémoire		✓		✓				✓	✓			
Activés aquatiques / aquagym	✓		✓	✓		✓	✓	✓		✓		
Activités cyclistes		✓	✓	✓	✓		✓	✓		✓		
Activités dansées	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓		✓		
Activités gymniques		✓		✓	✓	✓	✓	✓		✓		
Activités ludiques et culturelles		✓		✓	✓		✓	✓				
Activités Tai Chi / Qi Gong / ...												
Aviron / Canoë-Kayak			✓									
Golf / Disc Golf / Swin Golf			✓		✓		✓	✓	✓			
Jeux collectifs / Jeux de ballons			✓									
Jeux de boules (pétanque)		✓	✓	✓		✓		✓				
Marche aquatique côtière			✓	✓					✓		✓	
Marche nordique	✓		✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	
Randonnée pédestre	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
SMS (Section multi-activité seniors)					✓		✓	✓				
Sports de raquette		✓	✓	✓	✓		✓	✓				
Tir à l'arc / Sarbacane		✓	✓									

Coordonnées des clubs du 85 :

AUBIGNY-LES-CLOUZEUX / La Galipote / 06-16-16-57-07 / sergerabiller@wanadoo.fr 

BEAUVOIR-SUR-MER / Association des Retraités Sportifs Belvéris / 02-51-68-63-44 / amjc.leroy@free.fr 

BREM-SUR-MER / Club pour une Retraite Active Culturelle et Sportive / 02-51-20-13-95 / patrick.sadowski@wanadoo.fr 

BRETIGNOLLES-SUR-MER / Association sportive des Seniors Brétignollais / 07-49-39-95-42 / assbreti@gmail.com 

CHANTONNAY / Retraite sportive Chantonnoise / 06-89-52-41-23 / jeanmarie.levy@neuf.fr 

COMMEQUIERS / Retraite Amitiés sportives / 06-21-93-81-19 / alainburgaud850@gmail.com 

DOMPIERRE-SUR-YON / Association des Retraités Sportifs / 06-71-11-36-36 / adrs85170@gmail.com 

ESSARTS-EN-BOCAGE / Amicale de la Retraite Sportive Essartaise / 06-30-84-83-60 / amicalarse85@gmail.com 

FONTENAY-LE-COMTE / Asso. Fontenaisienne de la Retraite Sportive / 02-51-69-41-21 / afrs1.flc@gmail.com 

GIVRAND / Association Sport Senior Santé Givrandaise / 06-80-33-54-57 / d.blache@orange.fr 

LA FERRIERE / Club Amitié Ferrièreoise / 02-51-98-41-43 / club.sectionsportive@gmail.com 

LES SABLES D'OLONNE / Association Sport Senior Santé Sablaise / 06-15-17-24-55 / association.a4s85@gmail.com 

CATALOGUE DES ACTIVITES

Vendée (85) :

	La-Roche-sur-Yon	La-Tranche-sur-Mer	St-Gilles-Croix-de-Vie	Le-Poiré-sur-Vie	Sérigné	St-Avaugourd-des-L.	St-Jean-de-Monts	St-Laurent-sur-Sèvre	Treize Septiers	Venansault
Activ'Mémoire			✓				✓			
Activés aquatiques / aquagym	✓			✓		✓	✓		✓	✓
Activités cyclistes	✓		✓	✓		✓			✓	
Activités dansées	✓		✓	✓	✓		✓	✓	✓	
Activités gymniques	✓		✓	✓	✓		✓	✓	✓	
Activités ludiques et culturelles	✓		✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓
Activités Tai Chi / Qi Gong / ...	✓		✓							
Escalade	✓									
Golf et Swin Golf	✓		✓	✓		✓	✓	✓	✓	
Jeux collectifs / Jeux de ballons				✓						
Jeux de boules (pétanque)	✓		✓	✓		✓	✓		✓	✓
Jeux de quilles (bowling)										
Marche aquatique côtière	✓		✓			✓				
Marche nordique	✓		✓	✓		✓	✓	✓		✓
Randonnée pédestre	✓		✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓
SMS (Section multi-activité seniors)	✓					✓				
Sports de raquette	✓	✓	✓	✓			✓	✓	✓	✓
Tir à l'arc			✓	✓			✓	✓	✓	✓

Coordonnées des clubs du 85 :

LA-ROCHE-SUR-YON / Amicale Sportive des Retraités Yonnais / 06-35-90-44-53 / asry@laposte.net  
 LA-TRANCHE-SUR-MER / Retraite Sportive Tranchaise / 06-30-37-61-13 / helene.saugey@orange.fr 
 LE-POIRE-SUR-VIE / Club des Retraités Sportifs du Poiré-sur-Vie / 06-80-88-72-11 / ferret.philippe.cerny@gmail.com
 SERIGNE / Association Sérignolaise des Loisirs Sportifs / 02-51-69-37-44 / jacqueline.clochard@wanadoo.fr
 ST-AVAUGOURD-DES-LANDES / Saint-Avaugourd Retraite Sportive / 06-59-03-06-90 / retraitesportive.sa@gmail.com
 ST-GILLES-CROIX-DE-VIE / Club de l'Amitié / 06-52-83-06-15 / jlhoc85@gmail.com
 ST-JEAN-DE-MONTS / Association Montoise des Loisirs Sportifs / 06-08-83-89-19 / mijojogo@orange.fr   **ON Y VA**
 ST-LAURENT-SUR-SEVRE / Retraite Sportive St-Laurentaise / 02-51-67-86-02 / retraitesportive85290@gmail.com 
 ST-MALO-DU-BOIS / Association Détente et Sports / 02-51-67-73-45 / marie.france.michel111@gmail.com 
 TREIZE SEPTIERS / Retraite Sportive Septiéroise / 02-51-41-72-53 / madeleine.bolteau@orange.fr
 VENANSAULT / Club de l'Espérance Venansault / 02-51-07-31-24 / bernard.blaineau@hotmail.com

Label Région 1



Pour prolonger son concept « Sport Senior Santé », la Fédération Française de la Retraite Sportive a décidé de s'ouvrir à un nouveau public de seniors, fragilisés par la survenue de maladies chroniques ayant nécessité une hospitalisation. Cette initiative correspond à la volonté de la FFRS de pouvoir être partie prenante des Plans Régionaux Sport Santé Bien Etre mis en place dans chaque région de France par les Ministères en charge de la Santé et des Sports. En Pays de la Loire existe un label régional attribué aux clubs répondants à certains critères. A ce jour, déjà 44 de nos clubs sont labellisés de niveau 1. Tous les clubs ayant un animateur formé minimum peuvent prétendre à la labellisation.

CORERS des Pays de la Loire :

Maison des sports - 44 rue Romain Rolland - BP 90312
44103 NANTES CEDEX 4
Présidente : Marie-Christine Blache
Tél : 07 85 27 16 74
Mail : secretariat.ld.corers.pdl@gmail.com

CODERS 53 :

109bis Avenue Pierre de Coubertin - Maison Des Sports
53010 LAVAL CEDEX
Président : Claude Boiteux
Tél : 06 82 94 05 55
Mail : codersmayenne@gmail.com

CODERS 44 :

Maison des Sports de Nantes - 44 rue Romain Rolland - BP 90312
44103 NANTES CEDEX 4
Président : Michel Chutel
Tél : 06 87 31 49 44
Mail : 44coders@gmail.com

CODERS 72 :

Maison des Sports - 29 bd St Michel
72000 LE MANS
Président : Jean-Luc Dournel
Tél : 06 83 37 69 47
Mail : comite.retraitesportive@maison-sports72.fr

CLUB ISOLE DE TRELAZE - 49 :

Retraite sportive Trélazéenne
ESPACE JEAN GUEGAN - 1 rue Pasteur
49800 TRELAZE
Présidente : Chantal Baccara
Tél : 06 22 41 97 26
Mail : retraite.sportive.trelazeenne@gmail.com

CODERS 85 :

Maison des Sports - 202 bd Aristide Briant
85000 LA ROCHE SUR YON
Président : Michel Jehanno
Tél : 06 08 83 89 19
Mail : jehanno-michel-coders@orange.fr

Le référencement Activités Physiques Adaptées de la DRAJES / ARS

La Délégation régionale académique à la jeunesse, à l'engagement et aux sports (DRAJES) et l'Agence Régionale de la Santé (ARS) ont réalisé en collaboration un répertoire afin de référencer les structures proposant des APA en Pays de la Loire.

Ce répertoire est destiné à :

- Aider les personnes souffrant d'une maladie chronique ou d'une affection longue durée (ALD) souhaitant trouver un club ou un professionnel capable de les accueillir.
- Aider les médecins traitants à orienter les patients à qui ils prescriraient de l'activité physique adaptée.

Pour l'association, ce référencement permet une visibilité ainsi qu'une reconnaissance de la qualité de son travail par la DRAJES, l'ARS et leurs partenaires. Tous les clubs proposant les SMS peuvent prétendre à figurer sur ce répertoire. Nous avons déjà 13 clubs référencés. Retrouvez les clubs sur le site www.onyva-paysdelaloire.fr

ON Y VA!