

2024 - 2025

**VOTRE ACTIVITÉ  
SPORTIVE**

**À LA MAISON  
DÉPARTEMENTALE  
DES SPORTS**

AIKIDO - KENDI - LAIDO - BOXE - CARDIO & FITNESS  
DANSE - GYM - JUDO MULTISPORTS  
VOVINAM VIET VO DAO - KARATE - YOGA

## LA MAISON DÉPARTEMENTALE DES SPORTS

UNE STRUCTURE UNIQUE SUR LE TERRITOIRE  
PERMETTANT LE DÉPLOIEMENT  
D'UNE VÉRITABLE POLITIQUE  
DE DÉVELOPPEMENT DU SPORT ET  
DES SERVICES AUX ARDENNAIS.

- ▶ Avec 4.400 m<sup>2</sup> d'espace entièrement dédié au sport, la Maison Départementale des Sports permet la pratique sportive de tous les publics.
- ▶ Située à Bazeilles, elle est un espace privilégié d'échanges pour les acteurs du monde sportif ardennais. Elle regroupe dans un même lieu les services départementaux chargés de la gestion et de l'animation du site, le Comité Départemental Olympique et Sportif (CDOS) et des Comités départementaux sportifs.
- ▶ Lieu de synergie et de concertation, elle facilite l'émergence des projets à caractère sportif, l'organisation d'événements et de compétitions ainsi que la formation des dirigeants et des bénévoles, grâce aux différents espaces de pratique et de réunion.
- ▶ Elle est ouverte aux associations sportives, aux établissements spécialisés, aux scolaires et à tous les publics souhaitant découvrir ou pratiquer une activité sportive.
- ▶ Lieu vivant et ouvert, elle accueille des manifestations d'envergure, des galas, des compétitions internationales et des stages de perfectionnement ou de préparation.

Vous cherchez une pratique sportive ?

Le CD08 peut vous renseigner.

Tél : 03.24.59.61.46.

## Infrastructure du Conseil départemental des Ardennes, la Maison Départementale des Sports, c'est :

- ▶ Une **salle de boxe** de 325 m<sup>2</sup> avec 3 rings d'entraînement et des équipements adaptés à la pratique de la boxe et du full-contact
- ▶ Une **salle omnisports/handisport** de 315 m<sup>2</sup>
- ▶ Un **dojo** de 1030 m<sup>2</sup> avec une surface de tatamis de 650m<sup>2</sup>
- ▶ Une **salle de musculation** de 90 m<sup>2</sup>
- ▶ Une **salle de conférence** de 154 m<sup>2</sup> modulable et équipée de 2 projecteurs



## LE CD08 PARTENAIRE DU

### LES DISPOSITIFS DE SOUTIEN DU CD08

**Le Conseil départemental des Ardennes soutient l'accès à la pratique sportive de tous.**

#### **Vous êtes un particulier :**

- ▶ Aide d'un montant de 25€ pour une 1<sup>ère</sup> licence sportive pour les enfants de moins de 12 ans
- ▶ Subvention à la formation d'animateurs, de directeurs de centre et de nageurs sauveteurs
- ▶ Aide pour les sportifs de haut niveau inscrits sur liste

#### **Vous êtes un club ou un comité sportif :**

- ▶ Aide aux clubs de niveau national et évoluant au plus haut niveau régional
- ▶ Plans de développement de disciplines sportives
- ▶ Aide à l'organisation de manifestations sportives
- ▶ Aide au fonctionnement des clubs et comités sportifs
- ▶ Aide aux associations sportives labellisées "sport-santé"

Pour solliciter une aide ou une subvention, rendez-vous sur le site [www.cd08.fr](http://www.cd08.fr) rubrique :

Le CD08 en action puis Sports & loisirs ou en scannant le QR code :



+ de  
**400**  
clubs aidés

+ de  
**50**  
événements  
Journées  
Bien Mieux  
dans le  
Ardennes

**3** sites  
Les  
de B  
et la

## SPORT ARDENNAIS

**2 millions €**  
chaque année en  
faveur du sport

### Evénements sportifs organisés par an :

Événements départementaux des Marcassins,  
Manger, Bien Bouger, Bien s'Informier  
des collègues, Ardenn'Orientation,  
Women, Ardenn'Tour, Lacs en fête

### Centres sportifs et de loisirs :

Centres touristiques départementaux  
de Baisieux et des Vieilles-Forges  
à la Maison Départementale des Sports.

## SOMMAIRE

P6 \_\_\_  
Boxe

P8 \_\_\_  
Aïkido - Kendi - Laido

P9 \_\_\_  
Judo - Vovinam  
Viet Vo Dao

P10 \_\_\_  
Karaté

P11 \_\_\_  
Cardio & Fitness -  
Gymnastique

P12 \_\_\_  
Danse

P14 \_\_\_  
Multisports

P15 \_\_\_  
Yoga



# BOXE

## — ACTIVITÉS PROPOSÉES PAR LE CLUB ABSPORTS —

- ▶ **Boxe** MARDI 18h00 - 19h30 + 10 ans Salle de Boxe  
19h30 - 21h00 adultes Salle de Boxe
- ▶ **Boxe** MERCREDI 11h00 - 12h00 jeunes Salle de Boxe
- ▶ **Boxe** JEUDI 13h00 - 15h00 adultes Salle de Boxe  
18h00 - 19h30 + 10 ans Salle de Boxe  
19h30 - 21h00 adultes Salle de Boxe
- ▶ **Pilate** JEUDI 11h30 - 13h30 adultes Dojo
- ▶ **Aide aux devoirs Educaboxe** MERCREDI 10h00 - 11h00 jeunes Salle de Conférence

**Contacts** : Youcef ABGOUR 06.33.47.63.01  
Hamed ABGOUR 06.48.28.87.26

absports@outlook.fr



# BOXE

P7\_\_

## — ACTIVITÉS PROPOSÉES PAR LE CLUB BALAN BOXE COMBAT —

- ▶ **Boxe** SAMEDI 14h00 - 16h00 adulte Salle de Boxe
- ▶ **Boxe** DIMANCHE 10h00 - 12h00 adulte Salle de Boxe
- ▶ **Préparation Physique** MARDI 19h00 - 20h30 adulte Salle de Musculation
- ▶ **Préparation Physique** SAMEDI 14h00 - 16h00 adulte Salle de Musculation

**Contact** : Laurent BOYER 06.66.84.67.41 boyer46@ymail.com

## — ACTIVITÉS PROPOSÉES PAR LE CLUB SPORTIF —

### NOUZONVILLE ARDENNES CSNA

- ▶ **Boxe Amateurs et loisirs** LUNDI 18h00 - 21h00 tout âge Salle de Boxe
- ▶ **Boxe Amateurs et loisirs** MERCREDI 18h00 - 21h00 jeunes & adultes Salle de Boxe
- ▶ **Boxe Amateurs et loisirs** VENDREDI 18h00 - 21h00 tout âge Salle de Boxe
- ▶ **Préparation physique** LUNDI 18h00 - 19h00 adulte Salle de Musculation
- ▶ **Boxe Amateurs et loisirs** VENDREDI 18h00 - 19h30 jeunes & adultes Salle de Musculation

**Contact** : Hamid ZAIM 06.21.72.45.45 hamid.zaim@hotmail.com

## — ACTIVITÉS PROPOSÉES PAR LE YAM BOXING CLUB —

- ▶ **Boxe** SAMEDI 10h00 - 12h00 A partir de 13 ans Salle de Boxe

**Contact** : William GUECHI 06.30.37.67.02 thiebault.c@ennemane.net



# AÏKIDO

## — ACTIVITÉS PROPOSÉES PAR L'AÏKIDO CLUB ARDENNES —

- |          |          |                               |                           |                      |
|----------|----------|-------------------------------|---------------------------|----------------------|
| ▶ Aïkido | MARDI    | 18h00 - 20h00                 | Adultes confirmés         | Dojo                 |
| ▶ Aïkido | MERCREDI | 8h00 - 19h00<br>19h00 - 20h30 | Jeunes -14 ans<br>Adultes | Dojo<br>Dojo         |
| ▶ Aïkido | JEUDI    | 19h00 - 20h30                 | Adultes                   | Salle de Musculation |

**Contact** : Christophe SPAZZI    06.95.14.53.80    christophe.spazzi@orange.fr

# AÏKIDO - KENDI - LAIDO

## — ACTIVITÉS PROPOSÉES PAR LE CLUB UTSUMI NO DOJO —

- |                          |          |   |   |                      |
|--------------------------|----------|---|---|----------------------|
| ▶ Aïkido - Kendi - Laido | SAMEDI   | 16h00 - 17h00<br>17h00 - 18h00                  | +7 ans<br>+7 ans                          | Dojo<br>Dojo         |
| ▶ Aïkido - Kendi - Laido | DIMANCHE | 18h00 - 19h00<br>19h00 - 20h00<br>20h00 - 21h00 | tout public<br>tout public<br>tout public | Dojo<br>Dojo<br>Dojo |

**Contacts** : Yves LEMAITRE    07.45.22.93.93    lanshu-ha@outlook.com  
Prudence LEMAITRE    06.40.56.90.28



# JUDO

P9\_\_

## — ACTIVITÉS PROPOSÉES PAR LE JUDO CLUB BAZEILLES —

|        |          |                                |                        |                      |
|--------|----------|--------------------------------|------------------------|----------------------|
| ▶ Judo | MARDI    | 18h15 - 19h15<br>19h30 - 21h00 | 6 - 11 ans<br>+ 12 ans | Dojo<br>Dojo         |
| ▶ Judo | MERCREDI | 17h00 - 18h00                  | 4 - 6 ans              | Dojo                 |
| ▶ Kata | MERCREDI | 18h00 - 21h00                  | adultes                | Dojo                 |
| ▶ Judo | VENDREDI | 18h15 - 19h15<br>19h30 - 21h00 | 6 - 11 ans<br>+ 12 ans | Dojo<br>Dojo         |
| ▶ Judo | DIMANCHE | 10h00 - 12h00                  | adultes                | Dojo                 |
| ▶ Judo | MERCREDI | 18h00 - 20h00                  | adultes                | Salle de Musculation |
| ▶ Judo | DIMANCHE | 10h00 - 12h00                  | adultes                | Salle de Musculation |

**Contact :** Delphine BONNE      06.99.36.59.19      delph.bonne@gmail.com

# VOVINAM VIET VO DAO

\*art martial vietnamien

## — ACTIVITÉS PROPOSÉES PAR LE CLUB DE VOVINAM VIET VO DAO —

|                       |        |               |                    |      |
|-----------------------|--------|---------------|--------------------|------|
| ▶ Vovinam viet vo dao | LUNDI  | 18H00 - 20H00 | à partir de 15 ans | Dojo |
| ▶ Vovinam viet vo dao | SAMEDI | 10h00 - 12h00 | à partir de 15 ans | Dojo |

**Contact :** Cédric PIASECKI      06.89.37.20.78      ced.piasecki@gmail.com

\_\_P10

# KARATÉ

## — ACTIVITÉS PROPOSÉES PAR LE KARATÉ CLUB AIGLEMONT-BAZEILLES —

|          |          |               |                       |               |
|----------|----------|---------------|-----------------------|---------------|
| ▶ Karaté | LUNDI    | 8h00 - 21h00  | adulte                | Dojo          |
| ▶ Karaté | MERCREDI | 18h00 - 21h00 | 6 à 12 ans et adultes | Dojo          |
| ▶ Karaté | SAMEDI   | 9h00 - 12h00  | adultes               | Dojo          |
| ▶ Karaté | DIMANCHE | 9h00 - 12h00  | adultes               | Dojo          |
| ▶ Karaté | DIMANCHE | 8h00 - 10h00  | adultes               | Salle de Boxe |

**Contact :** Christian HERGAULT 06.95.50.17.93 christian.hergault@wanadoo.fr



# CARDIO & FITNESS

P11\_\_

## — ACTIVITÉS PROPOSÉES PAR LE SPORT EVENTS 08 —

|               |       |               |         |                  |
|---------------|-------|---------------|---------|------------------|
| ► Steps       | MARDI | 18h30 - 19h15 | adultes | Salle Omnisports |
| ► Body Attack | MARDI | 19h15 - 20h00 | adultes | Salle Omnisports |
| ► Body Sculpt | JEUDI | 18h00 - 19h00 | adultes | Salle Omnisports |
| ► Stretching  | JEUDI | 19h00 - 20h00 | adultes | Salle Omnisports |

**Contact** : Coralie JACQUESSON 06.81.74.31.23 [sportevents08140@gmail.com](mailto:sportevents08140@gmail.com)

# GYMNASTIQUE

## — ACTIVITÉS PROPOSÉES PAR LE COMITÉ DÉPARTEMENTAL — SPORTS POUR TOUS

|               |          |                               |                    |              |
|---------------|----------|-------------------------------|--------------------|--------------|
| ► Multisports | MERCREDI | 9h30 - 10h30<br>10h30 - 11h30 | 3-4 ans<br>5-6 ans | Dojo<br>Dojo |
|---------------|----------|-------------------------------|--------------------|--------------|

**Contact** : Brice GRZEGORSKI 06.25.84.72.32 [grzegorski.brice@gmail.com](mailto:grzegorski.brice@gmail.com)

|             |       |                               |                    |              |
|-------------|-------|-------------------------------|--------------------|--------------|
| ► Gym douce | JEUDI | 9h30 - 10h30<br>10h30 - 11h30 | séniors<br>séniors | Dojo<br>Dojo |
|-------------|-------|-------------------------------|--------------------|--------------|

**Contact** : Julie GUSTIN 06.74.67.43.21 [juliegustin.08@orange.fr](mailto:juliegustin.08@orange.fr)

# DANSE

— ACTIVITÉS PROPOSÉES PAR LE CLUB ALL FOR ONE —

- ▶ Breakdance DIMANCHE 14h00 - 15h00 11 - 16 ans Salle Omnisports et Dojo
- ▶ Breakdance et popping DIMANCHE 15h00 - 17h00 jeunes Salle Omnisports et Dojo

**Contact** : Jawad RHILASSI 07.66.59.90.31 allforonecarolo@gmail.com

— ACTIVITÉS PROPOSÉES PAR LE CLUB CONTRETEMPS —

- ▶ Danse LUNDI 17h15 - 18h45 10 - 11 ans Salle Omnisports
- ▶ Danse MERCREDI 10h00 - 11h00 6 - 7 ans Salle Omnisports  
11h00 - 12h00 8 - 9 ans Salle Omnisports  
16h30 - 18h00 12 - 14 ans Salle Omnisports
- ▶ Danse SAMEDI 9h00 - 10h00 4 - 5 ans Salle Omnisports
- ▶ Danse classe concours SAMEDI 10h00 - 12h00 Salle Omnisports  
12h00 - 13h30 + 15 ans Salle Omnisports

**Contact** : Émilie LUSSIEZ 06.75.67.80.36 lussiezemilie@gmail.com



# DANSE

P13\_\_

## ACTIVITÉS PROPOSÉES PAR LE FIT AND DANCE

|                   |          |               |             |                  |
|-------------------|----------|---------------|-------------|------------------|
| ▶ Initiation jazz | MERCREDI | 14h30 - 15h30 | 4 à 7 ans   | Salle Omnisports |
| ▶ Street jazz     | MERCREDI | 15h30 - 16h30 | 8 à 11 ans  | Salle Omnisports |
| ▶ Street jazz     | VENDREDI | 18h00 - 19h00 | 12 à 14 ans | Salle Omnisports |
| ▶ Street jazz     | VENDREDI | 19h00 - 20h30 | + 15 ans    | Salle Omnisports |

**Contact** : Laurent TANRET 06.70.26.63.90 fitanddancebazeilles@hotmail.com

## ACTIVITÉS PROPOSÉES PAR LE CLUB PHOENIX

|         |          |                                |                     |                                      |
|---------|----------|--------------------------------|---------------------|--------------------------------------|
| ▶ Danse | LUNDI    | 20h30 - 21h30                  | adultes             | Salle Omnisports                     |
| ▶ Danse | MARDI    | 20h15 - 21h45                  | ados                | Salle Omnisports                     |
| ▶ Danse | MERCREDI | 18h15 - 19h45<br>20h00 - 21h30 | pré-ados<br>adultes | Salle Omnisports<br>Salle Omnisports |
| ▶ Danse | JEUDI    | 20h00 - 21h30                  | adultes             | Salle Omnisports                     |
| ▶ Danse | SAMEDI   | 13h30 - 15h00<br>15h00 - 16h30 | petites<br>moyennes | Salle Omnisports<br>Salle Omnisports |

**Contact** : Grégory PEREZ 06.43.58.06.69 gregperez784@gmail.com

\_\_P14

# MULTISPORTS

## ACTIVITÉS PROPOSÉES PAR LE CLUB OSMOSE

- ▶ Pilates niveau 1 LUNDI 9h00 - 10h00 jeunes & adultes Dojo
- ▶ Pilates niveau 2 MARDI 10h00 - 11h00 jeunes & adultes Dojo
- ▶ Découverte multisports MERCREDI 10h00 - 11h00 6 - 10 ans Dojo
- ▶ Stretching VENDREDI 9h00 - 10h00 jeunes & adultes Dojo
- ▶ Cardio training MARDI 9H00 - 10h00 jeunes & adultes Salle Omnisports
- ▶ Renforcement musculaire JEUDI 9h00 - 10h00 jeunes & adultes Salle Omnisports
- ▶ Multi-jeux enfants MERCREDI 11h00 - 12h00 enfants Salle Conférence

**Contact :** Allison CHARLIER 06.26.91.78.33 as.osmose.08@gmail.com

# YOGA

P15\_\_

## — ACTIVITÉS PROPOSÉES PAR LE CERCLE DE YOGA DU PAYS SEDANAIS —

▶ Hatha yoga      VENDREDI      14h30 - 16h0      cours collectif      Dojo

**Contact :** Audrey ZORZETT      06.15.15.78.1      yogadusedanais@gmail.com

## — ACTIVITÉS PROPOSÉES PAR LE CLUB YOGA SHALA ARDENNES —

▶ Sophrologie      MERCREDI      18h30 - 19h30      adultes      Salle de Conférence

▶ Yoga tous niveaux      LUNDI      18h45 - 20h00      tout âge      Salle Omnisport

▶ Pilates      LUNDI      10h00 - 11h00      adultes      Dojo

▶ Pilates      JEUDI      17h30 - 18h30      adultes      Dojo

▶ Yoga Vinyasa      JEUDI      18h45 - 20h30      adultes      Dojo

**Contact :** Nadège VOILLEMIN      06.32.35.56.91      yogashalaardennes@orange.fr



**INSCRIPTION :**

Pour toute inscription ou demande d'informations,  
merci de contacter les référents des clubs pour chaque activité.



Rue des Illées  
08140 Bazeilles

Tél : 03.24.59.61.46.  
Mail : [sports@cd08.fr](mailto:sports@cd08.fr)

Horaires d'accueil :  
Du lundi au vendredi  
de 8h30 à 12h00 et  
de 13h30 à 17h00