

# Activités sportives, culturelles & artistiques

PAYS DE MORTAGNE AU PERCHE

Rentrée 2026





## CENTRE DE LOISIRS INTERCOMMUNAUX

### A Mortagne au Perche



#### Quand ?

Le centre de loisirs Puyravau propose un accueil **les mercredis après-midi**, de 11h45 à 17h45, avec possibilité de prise en charge à la sortie des écoles. Les inscriptions sont ouvertes aux enfants de 3 à 12 ans, à la demi-journée, avec ou sans le repas.

Le centre de loisirs Puyravau à Mortagne-au-Perche est également **ouvert à chaque période de vacances scolaires** (sauf Noël), avec des inscriptions possibles à la journée.

#### Activités

L'équipe d'animation propose des activités variées : activités manuelles, activités sportives, jeux, cuisine, chants, jeux de société, etc.

**Contact 02 33 25 18 57** Lucie Tireau et Angélique Meche, Service Animation Jeunesse

[centredeloisirs@cdc-mortagne-au-perche.com](mailto:centredeloisirs@cdc-mortagne-au-perche.com)

## CLUB ADOS INTERCOMMUNAL

### A Mortagne au Perche

#### Quand ?

A partir d'octobre : (période scolaire)

**MERCREDI** : 14h - 17h (Télécentre)

**VENDREDI** : 15h - 19h45 (Puyravau)

**SAMEDI (1 fois par mois)** : 14h - 18h (Puyravau)

#### Activités

Le Club Ados est un lieu d'accueil pour se retrouver entre copains, entre jeunes et passer des moments à écouter de la musique, faire des jeux de société, discuter mais pas seulement ! Des activités variées sont proposées : des activités culturelles, artistiques, numériques, sportives et autres découvertes ! L'avis des jeunes du club ados compte. Ils ont la possibilité de monter et de vivre des projets (séjours à la mer, concert, soirées,...) qui leur ressemblent et qui répondent à leurs envies.

**Contact 07 48 12 27 44** Thomas Ducrohet  
[ducrohet@cdc-mortagne-au-perche.com](mailto:ducrohet@cdc-mortagne-au-perche.com)

## CENTRE SPORTS LOISIRS INTERCOMMUNAL

### A Mortagne au Perche

#### Quand ?

Le centre sports loisirs propose des animations aux 11/17 ans pendant les vacances scolaires, au gymnase de la Poudrière à Saint Langis lès Mortagne.

**Du LUNDI au VENDREDI** : 8h30 - 17h30.

- Vacances d'automne (du 19 au 23 octobre 2026),
- Vacances d'hiver (du 22 au 26 février 2027),
- Vacances de printemps (du 19 au 23 avril 2027)
- Vacances d'été (du 5 au 30 juillet 2027).

#### Activités

Activités sportives, culturelles, artistiques, piscine, cinéma...

**Contact 07 48 12 27 44** Thomas Ducrohet  
[ducrohet@cdc-mortagne-au-perche.com](mailto:ducrohet@cdc-mortagne-au-perche.com)

## EPN - ESPACE PUBLIC NUMERIQUE INTERCOMMUNAL

### A Mortagne au Perche

#### Activités

L'Espace Public Numérique propose de sensibilisation, d'initiation et de perfectionnement aux outils numériques. Accessibles aux débutants, aux niveaux intermédiaires et avancés.

Possibilité d'accéder librement et gratuitement à l'Espace Public Numérique.

**Contact 07 57 09 04 27** Mickaël Georget

Espace Public Numérique, 23 rue Ferdinand de Boyères

**<http://epn.cdc-mortagne-au-perche.com>**

## PISCINE INTERCOMMUNALE

### A Mortagne au Perche

La piscine intercommunale du Pays de Mortagne au Perche se compose d'un bassin sportif, d'un bassin ludique, d'une pataugeoire, de plages extérieures.

#### Activités

Temps d'ouverture au public - nage libre

**LUNDI** : 12h15 - 13h30 / 17h - 19h

**VENDREDI** : 12h15 - 13h30 / 17h - 22h

**MARDI** : 12h15 - 13h30 / 17h - 19h

**SAMEDI** : 15h - 18h30

**MERDREDI** : 12h15 - 13h30 / 15h - 18h

**DIMANCHE** : 10h - 13h

**JEUDI** : 12h15 - 13h30

Apprentissage

**MARDI et JEUDI** : 17h (enfants) / **MERCREDI** : 18h (adultes)

→ 96€ les 10 séances

Perfectionnement

**MERCREDI** : 14h (enfants) / 18h (adultes et ados)

→ 96€ les 10 séances

Aquagym (Dès 14 ans - hors vacances scolaires)

**LUNDI** : 10h / 16h

**MERCREDI** : 19h15

**VENDREDI** : 16h

→ 6€ la séance / 58€ les 10 séances

Aquabike/ Aquatraining(dès 16 ans)

**LUNDI** : 11h30 / 19h

**MARDI** : 12h30 / 18h

**MERCREDI** : 14h / 18h / 19h15

**JEUDI** : 16h / **19h (aquatraining)**

**VENDREDI** : 16h

→ 9,40€ la séance / 83,25€ les 10 séances

**Contact 02 33 83 93 94** Matthieu Tandrya

accueil.piscine@cdc-mortagne-au-perche.com

**<https://piscine.cdc-mortagne-au-perche.com/>**

**Où ?** 9 rue de la Poudrière Mortagne au Perche

## LE CARRÉ DU PERCHE

### A Mortagne au Perche

Le Carré du Perche est une salle de spectacle intercommunale conventionnée avec la Scène nationale 61

#### Activités

Toute l'année, nous vous proposons de découvrir des spectacles de théâtre, de danse, de cirque mais aussi d'assister à des concerts de musique classique, d'opéra, de jazz, de chanson, de la musique actuelle. La programmation pluridisciplinaire de la Scène nationale et du Carré du Perche s'adresse à tous.

**Contact 02 33 85 23 00**

direction@lecarreduperche.com / **[www.lecarreduperche.com](http://www.lecarreduperche.com)** / **[www.scenenationale61.com](http://www.scenenationale61.com)**

## BAZOCHES SUR HOËNE

### Badminton Badminton Club Bazoches



#### Entraînements

**MARDI** : 19h - 21h

**MERCREDI** : 18h00 - 19h30 (9/18 ans)

**JEUDI** : 20h - 22h

**Contact** 06 40 56 02 06 Michel Provost-Olivier  
bcbh@outlook.fr

### Gymnastique Gymnastique Volontaire



#### Cours

Non communiqué

**Contact** Sandrine Van de Look

**Où ?** A la Maison du temps libre, 7 rue de la plaine

### Football AMC Bazoches



#### Activités

U18, Sénior Hommes, Sénior Femmes

#### Entraînements

**MARDI** : 19h30 - 21h

**VENDREDI** : 19h30 - 21h

#### Adhésion

90 € la licence

**Contact** 06 46 62 00 05 Yannick Gillet (Président)

**Où ?** Au Stade municipal

### Pêche Gaule Amicale de l'Hoëne et de la Sarthe



#### Pêche

Pêche en rivière de mars à septembre

#### Adhésion

Carte à retirer chez un dépositaire

**Contact** 07 81 10 25 02 Jean Pivard

### Qi Gong



#### Activités

Cours de Qi Gong hebdomadaire accessible aux débutants sans limite d'âge, sur inscription.

#### Cours

**VENDREDI** : 18h30

#### Adhésion

Prendre contact avec l'organisateur

**Contact** 06 10 34 09 56 Isabelle Priaulet

ppriaulet@free.fr

**Où ?** A la Salle pratique en contrebas de la Poste, 7 place des tilleuls.

A partir du mois de mai : le cours a lieu sur les bords de l'Hoëne, en contrebas du Cabinet d'infirmières à Bazoches.

### Tennis & Pickleball Tennis club Bazoches



#### Entraînements

##### Tennis :

**LUNDI** : 16h30 - 22h

**MARDI** : 18 - 19h

**MERCREDI** : 14h - 18h

**VENDREDI** : 16h30 - 21h

**SAMEDI** : 9h - 13h

##### Pickle ball :

**MERCREDI après-midi** : 8-14 ans

**MERCREDI** et  **VENDREDI** : 19:30 - 21h30

Cour intérieur et extérieur

#### Cours collectifs

1 séance / semaine

Adultes : 105 € / an

Enfants : 90 € / an

#### Adhésion

Adulte : 70 € / an + 30 € pour la licence

Enfant : 70 € / an + 20 € / licence

**Contact** 07 83 04 72 65 Pascal Pottier (Président)

tcbazoches61560@gmail.com

## BELLAVILLIERS

### Body zen Relaxo gym douce



#### Activités

Séance de Yoga et Gym pour adultes.

Reprise le 9 septembre.

#### Cours

**MARDI** : 9h30 à 10h30 / 10h45 à 11h45

**MERCREDI** : 18h30 à 19h30

**Contact** 06 44 71 26 37 Marie-Thérèse Nicolas

## COMBLOT

### Atelier Fleury Poterie



#### Activités

Modelage, tournage, plaques, estampage, différentes techniques d'émaillage, les engobes, les décors

#### Cours

**VENDREDI** : cours de 2h (4 personnes maximum), le reste de la semaine sur rendez-vous à voir avec l'organisatrice.

#### Adhésion

Prendre contact avec l'organisatrice

**Contact** 07 87 84 64 52 Marie-Laure Fleury

Le bourg, place de l'Eglise

## BOËCÉ

Mise à disposition gratuite :

- du terrain de tennis
- des agrès de sport
- du terrain de boules.

# COURGEOÛT

## Gymnastique Gymnastique Volontaire



### Séance d'entretien physique

Ouvert à tous, à partir de 10 ans, renforcement musculaire.

### Cours

**MERCREDI** : 18h30 à 19h30

### Adhésion

1ères séances découvertes gratuites

Tarifs à prévoir avec l'organisatrice

**Contact** 02 33 25 13 06 / 06 77 21 53 35 Monique Guibert

**Où ?** A la Salle des fêtes

## Randonnée pédestre et sorties vélo Les cyclo-marcheurs de Courgeoût



### Sorties

#### Marche

Départ les **MARDIS** à 13h30 de Courgeoût pour une marche à 14h dans la région.

#### Vélo

Départ les **VENDREDIS** à 14h.

### Adhésion

Prendre contact avec l'organisateur

### Contact

cmcourgeout@gmail.com

Marche

**06 21 33 31 41** Jérôme Gallois

**06 86 01 93 24** Claudine Lenoir

Vélo

**06 88 12 41 37**

# LA CHAPELLE MONTLIGEON

## Atelier d'improvisation théâtrale Art'Impro



### Atelier

**JEUDI** : 20h à 22h

### Adhésion

80€/trimestre ou 210€/année

**Contact** 06 74 53 11 09 Yann Le Gall

**Où ?**

Salle polyvalente

## Danse africaine Les Mains Verdies



### Activités

Danse africaine accompagnée de percussions en live.  
Cours intermédiaire et débutants, à partir de 13 ans.  
Reprise le mardi 8 septembre.

### Cours

**LUNDI** : 19h - 20h30

**MARDI** : (toutes les 2 semaines) : cours de percussions  
19h - 20h30 avec Vincent Raynal.

15 € le cours

1 les Fossés à la Vache 61400 la Chapelle Montligeon

### Adhésion

10€ / séance

Adhésion à l'association : 10€ minimum

**Contact** 06 63 60 18 27 Ariane de Monbrison

**06 38 61 91 83** Vincent Raynal

lesmainsverdie@gmail.com

Salle polyvalente

## Equitation Centre équestre Perche-Réno



### Activités

Équitation de loisir ou en compétition, soins aux chevaux, pension, retraite, cours et promenades, stage à la journée, préparation et coaching en compétition.

### Adhésions

Junior : 50 € / an

Senior : 60 € / an

Heure adhérent junior ou sénior 17€

Pour les adhérents différentes formes de forfait

**Contact** 06 13 20 63 46 Sarah et Benoît Falconnet

**Où ?** Lieu dit Les Genêts

## Equitation Poney club Les Petits Cavaliers Centre équestre Les Mairins Berdris



### Activités

Equitation sport nature.

Baby poney dès 2 ans (habilité)

Poneys et chevaux jusqu'à l'âge adulte.

Promenades, cours et stages.

Pension chevaux prés et boxes.

### Adhésion

Adhésion gratuite avec assurance comprise.

Enfants adhérents : 15€ / de passage : 17€

Adultes adhérents et de passage : 25€

**Contact** 06 25 02 07 89 ou 06 81 34 18 88 Claudine et

Ambroise Pelletier-Milet

**Où ?** Route de Monceaux

## Equitation Les écuries du Shamrock



### Activités

Baby poney dès 2 ans

Balades accompagnées (cavaliers confirmés)

Stage à thème pendant les vacances

Demi-pension de 30 à 50 séances, inscription possible tout au long de l'année

**Contact & Adhésion** 06 21 35 10 06 Cécile Milet - Le Roux

Route du plan d'eau

## Football Saint Paul Montligeonnaise



### Entraînement

**MARDI** : 19h à 21h

**JEUDI** : 19h à 21h

### Adhésion

70 € la licence

**Contact** : 06 08 22 66 39 Kevin Maignan

**Où ?** Au terrain synthétique de Mortagne-au-Perche

## Gymnastique et Marche Sport Posture Montligeon



### Activités

Cours de gymnastique fitness et de renforcement musculaire, pour enfants et adultes.

Marches encadrées. Cours de Qi Gong et Tai Chi.

Marche sportive.

### Cours

**LUNDI** : 18h - 19h (enfants) / 19h - 20h (Adultes)

**MARDI** : matin : marche sportive / 18h30 - 20h Tai Chi

**MERCREDI** : 19h - 20h (Adultes)

**JEUDI** : 13h30, départ marche encadrée de la salle omnisport.

### Adhésion

Prendre contact avec l'organisatrice

**Contact** 07 70 14 48 14 Delphine Travers

delphine.travers.SI@gmail.com

**Où ?** Salle omnisports

## Pêche AAPPMA haute Vallée de l'Huisne



### Activités

Pêche à l'étang de mars à septembre.

### Adhésion

Carte à retirer chez un dépositaire

**Contact** 06 87 15 81 94 Jean-Michel Hippolyte

aappma.hvdh@gmail.com

## Pétanque Association la Pétanque Montligeonnaise



### Activités

Entraînements les samedis sur le terrain de pétanque

### Adhésion

15 € l'année

### Contact

lapetanquemontligeonnaise@gmail.com

## Yoga



### Cours

Prendre contact avec l'organisatrice

### Adhésion

Non communiqué

**Contact** 06 81 59 50 61

Salle Polyvalente

## LE PIN LA GARENNE

## Danse modern-jazz Domifadanse



### Cours

**LUNDI** : 18h - 18h45 (de 5 à 8 ans)

18h45 - 19h45 (de 9 à 12 ans)

19h45 - 20h45 (à partir de 13 ans)

20h45 - 21h45 (adultes)

### Adhésion

5 - 8 ans : 30 € / trimestre

à partir de 9 ans : 40 € / trimestre

**Contact** 06 77 74 09 01 Anouchka Trinel

## Tennis US Le Pin-la-Garenne



Clé du terrain à retirer auprès de la Mairie.

Du **MARDI** au **VENDREDI** de 9h à 12h.

Le **MERCREDI** après-midi de 15h à 17h30.

### Adhésion

Adulte 40 € / an

Enfant (- de 14 ans) 30 € / an

**Contact** 06 07 47 81 28 Emmanuel Bouchée

## MAUVES SUR HUISNE

## Pêche AAPPMA haute Vallée de l'Huisne



### Activités

Pêche en rivière de mars à septembre

### Adhésion

Carte à retirer chez un dépositaire

**Contact** 06 87 15 81 94 Jean-Michel Hippolyte

aappma.hvdh@gmail.com

## Gymnastique Association Gymnastique et loisirs de Mauves-sur-Huisne



### Cours

**JEUDI** : 20h30 - 21h30 yoga pour adulte

**SAMEDI**, une fois par mois, marche mensuelle à 14h.

### Adhésion

Yoga : 155€ / an

Marche : 22€ / an

**Contact** 06 98 98 01 42 / 02 33 83 84 00 Marie-Claude Soubien

## MORTAGNE AU PERCHE

## Art martial - Musique/chant - Culture Esperança Capoeira



### Cours

**LUNDI** : 18h à 19h30

### Adhésion

110 € / an

**Contact** 06 28 43 69 84 Cédric Huger

**Où ?** Salle du Civi, 51 rue du Faubourg Saint-Eloi

## Athlétisme Athlétic club Mortagne



### Activités

Athlétisme loisirs et compétition.

### Entraînements

- Gymnase de Bignon / Stade (selon la saison).

**LUNDI** : 18h - 19h30 (Ados et Séniors)

**MERCREDI** : 17h30 - 19h30 (Ados et Séniors) / 17h30 (running loisir)

**VENDREDI** : 18h - 19h30 (running santé)

**SAMEDI** : 10h - 11h30 (Ados et Séniors)

- Gymnase de la Garenne

**MARDI** : 18h - 19h30 (enfants 7 à 12 ans) / 19h - 20h (adultes)

### Adhésion

Running santé : 90€

Jeunes : 125 €

Ado et adultes compétition : 130€

130 € / an

**Contact** 06 87 10 89 67 Bruno Martin  
br.martin@orange.fr

## Aviation Aéro-club de Mortagne



### Activités

Brevet d'initiation aéronautique, brevets européens,  
Instruction brevet pilote ULM et avion privé.  
Baptême en avion et en ULM

### Adhésion

Auprès des organisateurs, sur place.

**Contact** 06 82 58 13 63 Édouard Monnier

06 08 54 42 34 Philippe Gaspais

Où ? A l'Aéro club

## Badminton Association sportive mortagnaise de Badminton



### Activités

Jeu loisir et compétition, dès 14 ans. Pas de cours  
proposés.

Tenue de sport et chaussures de salle obligatoires.  
Prêt de raquette possible.

### Entraînement

**LUNDI** : à partir de 19h15.

**VENREDI** : à partir de 18h45.

### Adhésion

85€/an (adultes)

75€/an (mineurs)

**Contact** 06 77 98 98 66 Anaïs Leprieur

badmortagne61@gmail.com

Où ? Au Gymnase La Garenne

## Basket Basket Club Mortagne



### Entraînements

- Gymnase de la Poudrière :

**LUNDI** : 17h - 18h15 (U13) / 18h15 - 19h30 (U15) /  
19h30 - 20h45 (U18) / 20h45 - 22h (Senior M)

**JEUDI** : 17h - 18h15 (U13) / 18h15 - 19h30 (U15)

- Gymnase de la Garenne (du lycée) :

**LUNDI** : 18h - 19h15 (U7 et U9)

**JEUDI** : 19h30 - 21h (Seniors F) / 21h - 23h (Seniors M)

- Gymnase de La Chapelle Montligeon :

**LUNDI** : 18h - 19h15 (U11)

**MERCREDI** : 17h30 - 19h30 (U9 et U11)

**VENREDI** : 18h - 19h30 (U18)

### Adhésion

U7 : 90€/an - U9/U11 : 120€/an - U13/U15 : 130€/an -

U18 : 150€ - Sénior F : 140 €/an - Sénior M : 160 €/an

**Contact** 07 85 34 84 57 Franck Guérenne

## Cyclotourisme Les cyclos randonneurs du Perche



### Sorties

**JEUDI** : 13h30, départ du Carré du Perche

**DIMANCHE** : 8h30, départ de la médiathèque  
(9h heure d'hiver)

### Adhésion

Prendre contact avec l'organisateur

**Contact** 06 80 06 72 85 Dominique Naslin

## Chorale A l'unisson



### Activités

Musique, variété française, spectacles costumés,  
simplicité, complicité, joie, technique du son et de la  
lumière, animation de messe de mariage.  
Connaissance du solfège non nécessaire.

### Répétitions

Un **SAMEDI** sur deux de 14h à 17h - Rentrée le 26  
septembre

### Adhésion

Prendre contact avec l'organisateur

**Contact** 06 60 08 25 27 Edith Desailly

Salle Jeanne d'Arc, rue Aristide Briand.

## Danse Fathy Danse



### Activités

Cours de danse du lundi au samedi groupe en  
fonction du niveau.

Sont proposés des cours de classique, modern, Hip-  
hop gym assouplissement.

### Adhésion

Prendre contact avec l'organisateur

**Contact** 06 21 77 15 74

[www.fathydanse.fr](http://www.fathydanse.fr)

Où ? Au petit conservatoire, 35 rue Aristide Briand

## Danse Danse à 2



### Activités

Cours collectifs ou particuliers de danses latines,  
Rock, Swing, Tango.

Cours particuliers pour les ouvertures de bal.

A partir du 16 Septembre

### Cours

#### VENREDI :

20h30 : Danses latines (débutants).

21h30 : Rock / Swing (débutants).

#### SAMEDI :

14h à 15h : Tango argentin.

### Adhésion

Prendre contact avec l'organisatrice

**Contact** 06 44 31 08 44 Samantha Arnould

sam.arnould61@gmail.com

Le Petit Conservatoire, 35 rue Aristide Briand

## Football Union sportive Mortagnaise



### Entraînements

Non communiqué, se renseigner auprès des  
organisateur

### Adhésion

Non communiqué, prendre contact avec les  
organisateur

**Contact** 06 72 67 02 49 Didier Baisnée Responsable  
de l'école

06 32 16 61 91 Ludovic Président

06 12 45 53 98 Cédric Président

Où ? Au Stade de l'hippodrome

## Handball Union Sportive Mortagnaise



### Activités

Les horaires sont susceptibles d'être modifiés en fonction des effectifs et des encadrants.

### Entraînements

**MARDI** : 18h30-20h (Moins de 13 / Moins de 15)

**JEUDI** : 19h30-20h30 (groupe à définir)

**VENDREDI** : 19h30-21h30 (séniors)

**SAMEDI** : 10h-11h (Moins de 9 et Moins de 11 à confirmer)

### Adhésion

De 110 à 150 € / an

**Contact** 06 31 91 04 84 Alexis

06 82 48 66 57 Marina

**Où ?** Au Gymnase de la Poudrière

## Judo Judo Club Mortagnais



### Entraînements

**LUNDI** : 17h - 21h, enfants (à partir de 5 ans/ né en 2020) et adultes.

### Adhésion

Prendre contact avec l'organisateur

Inscription possible tout au long de l'année.

**Contact** 06 74 94 31 75 Vadim Herbreteau

**Où ?** Au Dojo , rue du champ de course

## Kung Fu Dynamique Vê Club



### Activités

Techniques douces de respiration, armes traditionnelles, maîtrise de soi, art du combat, self défense, quyen (kata)

### Entraînement

Les **MARDIS** et **JEUDIS** de 20h à 22h.

### Adhésion

Prendre contact avec l'organisateur

**Contact** 06 14 22 86 77 André Barbet

Gymnase de la Poudrière

## Musique



### Activités

Ecole d'accordéon, piano numérique et tous claviers.

Musiques tous styles.

Cours enfants et adultes.

### Cours

En fonction des demandes

### Adhésion

Prendre contact avec l'organisateur

**Contact** 06 81 82 33 48 ou 02 43 97 60 94 Serge Duval

**Où ?** 8 Rue de Longny

## Natation Union Sportive Mortagnaise



### Entraînements (sous réserve)

Reprise des entraînements prévue le 7 septembre (à confirmer)

Renseignements et demandes de dossiers à [usmortagne.natation@gmail.com](mailto:usmortagne.natation@gmail.com)

### LUNDI

19h à 20h30 : MAITRES (plus de 25 ans)

### MARDI

18h à 19h JEUNES ( + de 12 ans et/ou ayant une saison au club)

### JEUDI

- 18h à 19h DÉBUTANTS

( 1 ligne) ( - de 12ans, 1ère année de club)

- 18h à 19h30 JEUNES

( 3lignes) ( + de 12 ans et/ou ayant une saison au club)\*

- 19h30 à 21h MAITRES ( plus de 25 ans)

### SAMEDI

11h à 12h30 JEUNES ET MAITRES (sauf samedis de compétition)

PS: les horaires peuvent évoluer en fonction du nombre de nageurs.

### Adhésion

Moins de 12 ans : 130€/ an

Jeunes et adultes : 180€/ an

**Contact** 06 12 01 02 21 Maryse Collin

**Où ?** A la Piscine intercommunale, rue de la Poudrière

## Pétanque Union sportive Mortagnaise



### Entraînement

**VENDREDI** : 17h - 20h

### Adhésion

Prendre contact avec l'organisateur

**Contact** 06 49 89 69 20 N. Le Barbier

**Où ?** Au Terrain de pétanque à Saint-Langis-Lès-Mortagne

## Plongée Union Sportive Mortagnaise



### Activités

Plongées en milieu naturel, mer et eau douce.

Formation technique en piscine et fosse de plongée.

Initiations apnée, plongée sportive en piscine, biologie et photo sous-marine.

### Entraînements

**MARDI** : 19h45 - 21h30

**SAMEDI** : 9h30 - 11h00

Votre baptême de plongée gratuit sur simple courriel à :

[usm.plongee.sous.marine@gmail.com](mailto:usm.plongee.sous.marine@gmail.com)

### Renseignements et adhésions

sur notre site <https://us-mortagne.vpdive.com>

**Contact** 06 82 44 45 09 Karine Dubille

[usm.plongee.sous.marine@gmail.com](mailto:usm.plongee.sous.marine@gmail.com)

Piscine intercommunale, rue de la Poudrière

### Séniors en action ! Ufcv



L'UFCV propose différentes activités pour les personnes de plus de 60 ans résidant sur le CDC de Mortagne-au-Perche. Séances de gym adaptées, sortie culturelle, ateliers collectifs autour de différents thèmes.

Prendre contact avec l'organisateur afin d'avoir le programme des activités détaillé.

Inscription obligatoire. Gratuit.

**Contact** 02 33 25 23 75 / 07 78 14 92 80

seniorsetactifs@ufcv.fr

1 rue Montcacune

### Tennis et Padel Tennis Club Mortagne



#### \*Entraînements

prendre contact avec l'organisateur

#### Adhésion

Prendre contact avec l'organisateur

**Contact** 06 70 26 55 59 Dorian Lefebvre - président

Les lieux des entraînements peuvent varier se renseigner auprès des organisateurs.

### Tennis de table Union Sportive Mortagnaise



#### Activités

Pour le plaisir ou la compétition, possibilité de jouer en réalité virtuelle.

#### Entraînements

**LUNDI** : 19h - 20h (fit ping) / 20h - 22h (compétition)

**MERCREDI** : 15h30 - 17h00 (loisirs) / 17h30 - 19h (jeunes) / 19h15 - 20h45 (compétition) / 21h à 22h (compétition)

**JEUDI** : 18h - 19h30 (féminines)

**SAMEDI** : 9h30 à 10h30 (Baby ping) / 10h30 à 12h (tous public)

#### Adhésion

70€ à 80€ (hors licence)

**Contact** 06 46 05 55 90 Frédéric Legeai

**Où ?** Rue St Lambert espace des "Poules" accès possible par 48 rue des 15 Fusillés.

### Tricot Café Tricots



#### Rendez-vous

A partir du 3 Septembre

**JEUDI** : tous les 15 jours, 14h - 16h

#### Adhésion

Gratuit, boissons non-inclues

**Contact** 06 70 58 55 14 Catherine Gadeyne

**Où ?** Café de pays " Au comptoir", 17 rue Sainte-Croix

### Tir à l'arc Union Sportive Mortagnaise



#### Entraînements

Non communiqué

#### Adhésion

Se renseigner auprès de l'organisateur

**Contact** 06 30 18 15 81 Yzorché Béatrice

**Où ?** Au Gymnase de l'hippodrome

### Rugby Rugby à 5



#### Activités

A partir de 14 ans hommes et 15 ans femmes.

Rugby à 5 sans placage.

#### Entraînements

**DIMANCHE** : 10h30 à 12h

#### Adhésion

Prendre contact avec les organisateurs

**Contact** mortagne-rugby-club@hotmail.fr

Hippodrome

### Yoga Cours en live sur zoom



#### Cours

Prendre contact avec l'organisatrice

#### Adhésion

Prendre contact l'organisatrice

**Contact** 06 71 79 53 32 Alyson Robertson

[www.live.alisonrobertsonyoga.com](http://www.live.alisonrobertsonyoga.com)

### Yoga prénatal



#### Activités

Cours de yoga prénatal, cours de yoga Kundalini,

cours post natal, massage pré et post natal.

Cours collectif à la Maison Pour Tous.

Cours particuliers sur demande.

#### Adhésion

Prendre contact avec l'organisatrice.

Cours sur demande et à domicile.

**Contact** 06 87 12 08 76 Léa Satya Sundri

### ECOLE DE MUSIQUE



#### Enseignement

Formation musicale (tous niveaux) piano, violon, alto, violoncelle, chant, guitare, batterie, percussions, orgue, trompette, saxophone, trombone, tuba, flûte traversière, flûte à bec, clarinette, éveil musical (dès 6 ans), atelier sonore (dès 5 ans).

#### Activités

Ensemble instrumental, orchestre junior, ensemble de cordes, formations diverses...

**Contact** 02 33 25 33 55

école de musique, 11 rue Saint-Lambert

<http://ecoledemusiquemortagne.blogspot.com/>

## MAISON POUR TOUS

La Maison pour Tous de Mortagne-au-Perche propose un large choix d'activités culturelles, ludiques et sportives pour adultes et enfants.

### Activités

**Sport & Bien-être :** sophrologie, danse en ligne, stretching, cardio danses, cuisses-abdos-fessiers, pilates, méditation, gym adaptée, gym bien-être, gym tendance, gym tonique, danse africaine, yoga doux, yoga vinyasa doux, yoga adapté, yoga sur chaise, balade, chi-gong, tai chi.

**Langues et Généalogie :** Italien, Espagnol, Anglais, Généalogie

**Expression Artistique :** Atelier d'écriture, Chorale, Photo, Poterie Adultes et enfants, Arts plastiques enfants, Atelier BD, Dessin-Peinture Adultes, Reliure, Aquarelle, Théâtre d'impro, Théâtre, Guitare-Basse, Musique en groupe, Concert-conférence.

**Activités Ludiques :** Echecs, Jeux de plateau / modélisme, Jeux de plumes, Bridge, Jeux de cartes, Scrabble.

**Arts Manuels :** Broderie, Encadrement, Cartonnage, Art Floral, Couture, Brico-cartonnage.

**Stages :** tout au long de l'année et pendant les vacances scolaires.

### Adhésion

12 € / adulte 6 € / enfant. A régler en plus de toute activité, sauf pour les stages.

Les adhérents de la Maison pour tous ont droit à une réduction sur les spectacles de la Scène Nationale 61 (sur présentation de leur carte)

**Contact** 02 33 25 02 76 / [mpt.mortagne61@orange.fr](mailto:mpt.mortagne61@orange.fr) / <https://mptmap.jimdo.com/>

**Où ?** A la Maison pour Tous, Place du Palais

## PERVENCHERES

### Chant Musichoeurdion



#### Répétitions

Prendre contact avec l'organisatrice

#### Adhésion

Prendre contact avec l'organisatrice

**Contact** 02 33 25 44 60 Chantal Breton

Salle de la Mairie

### Equitation Haras du Fresne de Virel



#### Activités

Lieu de bien-être du cheval et des cavaliers.

Pensions, Elevage, Coaching en CSO.

Hébergement possible au Haras : deux chambres avec salle d'eau.

#### Contact

Guillaume Mérel 06 43 58 24 19

Benoît Mérel 06 07 31 36 56

#### Où ?

1, Le Fresne de Virel

### Equitation Centre équestre de la Ménagerie



#### Activités

Cours hebdomadaires du niveau débutant au galop 7

Baby poneys

Sorties compétition

Pensions

Travail du cheval & Débourage

Élevage

**Contact** 06 98 86 46 97 Robin Creton

[celamenagerie@gmail.com](mailto:celamenagerie@gmail.com)

<https://www.celamenagerie.com/>

Lieu dit La Délicière

### Pêche



#### Activités

Pêche en étang toute l'année

#### Adhésion

Ticket à acheter sur place lors du passage du garde pêche.

**Contact :** 06 17 10 66 55 Benjamin Rabel

### Poterie Au Royaume de l'art



#### Activités

Stage de Raku sur deux jours (accueil découverte de l'atelier, façonnage des pièces, émaillage et cuisson raku, présentation des émaux et différentes techniques d'émaillage, cuisson raku, enfumage et nettoyage des œuvres)

Cours d'initiation au modelage

**Contact** 06 11 39 11 91 Oriane Varrier

10 rue du Vieux Chêne

## SAINT JOUIN DE BLAVOU

### Equitation Double T Farm



#### Activités

Cours, stage, galops western, concours western, baby poney western dès 3 ans.

#### Adhésion

Passage : adulte 40€/h, adolescent 30€/h, baby poney western 20€/séance.

Pour les adhérents à voir avec l'organisateur

**Contact** 06 62 61 12 83 /

<http://doubletfarm.free.fr/index.htm>

**Où ?** Lieu dit La Rousselière

## SAINT HILAIRE LE CHÂTEL

### Aquarelle débutants Graine d'Aquarelle



#### Activité

Laissez vibrer la couleur !

#### Cours

**LUNDI** : 10h30 - 12h (adultes)

**JEUDI** : 17h - 18h15 (enfants dès 8 ans) / 18h30 - 20h (adultes)

#### Adhésion

inscription au mois, 55€ matériel compris

**Contact** 07 60 90 78 22 / [Charlina849@gmail.com](mailto:Charlina849@gmail.com)

### Tapiserie d'ameublement Cédric Nivelles Tapissier



#### Cours

**LUNDI** : 9h - 12h et 14h - 17h (groupe de 4 élèves par heure, 3h minimum sont conseillées). Outillages fournis.

#### Adhésion

15 € / heure

**Contact** 06 84 64 07 03 Cédric Nivelles

**Où ?** Zone des Gaillons

## SAINT LANGIS LES MORTAGNE

### Gymnastique Gymnastique Langissoise



#### Entraînement

**MARDI** : 18h30 - 19h30 (pour adultes)

#### Adhésion

Prendre contact avec l'organisatrice.

**Contact** 02 14 21 15 20 Marie-Claire Baron

**Où ?** A la Salle polyvalente, route de Mamers

### Yoga Danse Bien-être La Cabane d'Emma



#### Activités

Toute l'année : massages bien-être et réflexologie plantaire, Headspa et séjours ayurvédiques sur rendez-vous.

#### Cours

Du **LUNDI** au **VENDREDI** :

- Yoga et de Pilates.

- Danse street jazz et Heels.

#### Adhésion

Possibilité de prendre un cours à l'unité à partir de 12€, par 10 séances, abonnement mensuel ou trimestriel.

Sur inscription, contacter l'organisatrice ou consulter le site internet.

**Contact** 06 80 01 75 27

<https://www.lacabanedemma.com/>

**Où ?** 68 bis rue du Faubourg Saint-Eloi

### Gymnastique sénior, activité physique adaptée & Zumba Mouv' en Perche



#### Activités

Renseignements et pré-inscriptions le mercredi 17 Septembre de 11h à 12h puis de 15h30 à 18h30.

#### Cours

**MERCREDI** : 11h - 12h (Gym douce seniors)

15h30 - 16h30 (Gym douce seniors)

17h - 18h (Activité physique adaptée)

18h30 - 19h30 (Zumba ados/adultes)

#### Contact & Adhésion

**06 63 00 63 60** Association Mouv'en Perche

[mouvenperche61@gmail.com](mailto:mouvenperche61@gmail.com)

**06 15 93 21 46** Viviane Héliot

[viviane.zumba@orange.fr](mailto:viviane.zumba@orange.fr)

**Où ?** A la Salle J'ai si envie, Z.A de la gare

### SALLE DE SPORT L'ORANGE BLEUE



Vous souhaitez intégrer une salle de sport conviviale et dynamique où personne ne porte de jugement sur l'autre ? Nos coachs sportifs sont diplômés d'Etat et vous guideront en fonction de vos capacités pour vous aider à vous surpasser. Nous dispensons toutes les semaines 30 cours collectifs (STEP, renforcement musculaire, Yoga, Gym douce).

Vous pourrez profiter d'équipements de qualité dans notre plateau dédié à la musculation. (salle climatisée de 500m2)

#### Horaires

Libre-accès de 6h à 23h, 7j/7 pour les abonnés (week-end et jours fériés).

#### Tarif

À partir de 35€ / 4 semaines.

**Contact** 02 33 25 57 87

[orangebleuemortagne61@gmail.com](mailto:orangebleuemortagne61@gmail.com)

[www.lorangebleue.fr/clubs/mortagne-au-perche-saint-langis-les-mortagne/](http://www.lorangebleue.fr/clubs/mortagne-au-perche-saint-langis-les-mortagne/)

#### Où ?

Route d'Alençon, parking de Super U

## SAINT MARD DE RÉNO

### Tennis Tennis club de Saint-Mard-de-Réno



Gestion des deux courts de tennis, abonnements annuels et location horaire des terrains.

**Contact** 06 28 23 77 48 Thierry De Loppinot

### Yoga



#### Cours

##### JEUDI :

- 18h - 19h yoga adapté (yoga très doux)
- 19h - 20h vinyasa progressif (doux / dynamique)

#### Adhésion

- 8 € pour les habitants du village
- 10 € pour les extérieurs

Où ? Salle des fêtes

## VILLIERS SOUS MORTAGNE

### Pilates - Gym - Cardio Synergies corporelles avec Aline



#### Activités

Cours de renforcement global et mobilité, adaptés à tous : renforcement, post-natal, lombalgie, remise en forme, femmes enceintes, problème de périnée...

#### Horaires

**LUNDI** : 18h15 (Gym) / 19h30 (Cardio-Pilates)

**MARDI** : 11h15 (Gym) / 12h30 (Pilates)

**MERCREDI** : 18h15 (Pilates) / 19h30 (Cardio-Pilates)

**VENDREDI** : 9h30 (Pilates)

#### Adhésion

Gym : 15 € / séance, 120€ / 10 séances et 440€ / an (40 cours)

Pilates et Cardio-Pilates : 140€ / 10 séances et 520€ / an (40 cours)

**Contact** 06 43 56 77 19 Aline Stoffel

Où ? Lieu dit "La Jarretièrre"

## SOLIGNY LA TRAPPE

### Equitation Haras de la Chéchinère



#### Activités

Balade 1h à 2h accompagnée, randonnée, stage enfant d'initiation et de perfectionnement avec ou sans hébergement, stage à partir de 6 ans, voltige, horse-ball, baby poney dès 4 ans, Préparation à la compétition saut d'obstacle (CSO).

**Contact** 02 33 24 12 12 [contact@chechinier.fr](mailto:contact@chechinier.fr)

<https://www.haras-de-la-chechinier.fr/>

### Marche Nordique Association Sportive des Enseignants



#### Activités

Initiation et perfectionnement le jeudi (groupes de niveaux) toute l'année sauf pendant les vacances scolaires.

Un groupe sport-santé ou sport sur ordonnance le mercredi après-midi.

#### Cours

Prendre contact avec les organisateurs

#### Adhésion

Montant annuel de l'activité 20 euros.

Adhésion FSGT: prendre contact avec l'organisatrice.

Montant annuel 45 euros

**Contact** 06 81 04 66 44 Dany Roze

[www.marchenordiquealencon.fr](http://www.marchenordiquealencon.fr) (onglet Soligny)

### Football S.A.M. Football



#### Entraînement

Non communiqué

#### Adhésion

Non communiqué

**Contact** 06 14 33 72 59

Où ? Au Stade des Aspres, Les Minières

### Commune de Villiers-sous-Mortagne

Mise à disposition gratuite :

- du city parc avec terrain de basket
- d'un agrès de sport (vélo)





# Découvrir le pays de Mortagne au Perche

[www.tourisme-mortagne-au-perche.com](http://www.tourisme-mortagne-au-perche.com)

Document non contractuel, rédigé par nos soins, à partir des informations transmises par les organisateurs



OFFICE  
de  
TOURISME

PAYS DE MORTAGNE-AU-PERCHE

36 Place du Général De Gaulle

61400 Mortagne au Perche

02 33 83 34 37

[contact@ot-mortagneauperche.fr](mailto:contact@ot-mortagneauperche.fr)



@otpaysdemortagneauperche