

2022  
2023

Guide des  
activités associatives  
& services

[www.indre44.fr](http://www.indre44.fr)



## Le mot du Maire

La ville d'Indre est riche d'un tissu associatif dynamique et d'un service public de qualité. Malgré les effets de la crise sanitaire, la vie associative indraise reste variée et forte de propositions ouvertes à tous. Je tiens particulièrement à saluer, dans ce contexte, l'abnégation et le dévouement des militants associatifs mobilisés pour renouveler les activités et développer une offre adaptée aux demandes.

Bénévoles et professionnels œuvrent, chaque jour, au bien-être des Indraises et des Indrais. Une offre associative culturelle, sportive et de loisirs anime votre quotidien et les services municipaux s'attachent à répondre du mieux possible aux besoins de la population et aux sollicitations du secteur associatif. Cette publication me permet de remercier chaque bénévole pour son engagement, son temps donné à la collectivité. Chacun contribue ainsi à renforcer le lien qui nous unit et fait d'Indre une ville où il fait bon vivre.

Je me félicite aussi de l'engagement des agents municipaux, leur sens du service public et leur désir de satisfaire les usagers. Ils entretiennent le patrimoine offert aux associations, ils gèrent les nombreuses demandes. Il s'agit surtout de permettre aux associations de proposer leurs activités dans des lieux adaptés et équipés ou de trouver les ressources nécessaires à leurs projets. Associations et services publics s'investissent activement pour notre territoire. Ce guide a pour objet de vous les présenter et de faciliter vos recherches. Je souhaite que vous y trouviez vos réponses et que naissent de belles rencontres.

Le maire, Anthony BERTHELOT

*Pensez au CCAS pour bénéficier de l'aide aux pratiques sportives et culturelles (inscription jusqu'au 5 octobre 2022, plus d'informations sur [www.indre44.fr](http://www.indre44.fr)).*

### SOMMAIRE

Services aux associations ..... p. 2

Action sociale et solidarité ..... p. 3

Arts et culture ..... p. 3

Associations du souvenir ..... p. 5

Divers ..... p. 5

Enfance et jeunesse ..... p. 6

Environnement, cadre de vie et santé p. 7

Patrimoine ..... p. 8

Sport et loisirs ..... p. 8

## SERVICES AUX ASSOCIATIONS



Le service Vie associative est l'interlocuteur unique des associations sur la commune. De nombreux services sont proposés pour aider les associations dans leur fonctionnement, mais également leur développement : domiciliation, demandes de subventions, prêt des salles municipales et de matériel. La Ville soutient logistiquement les associations qui le souhaitent.

Des manifestations en commun (ville et associations) se développent de plus en plus.

### Service Vie associative

Lundi : 14h-17h

Mercredi : 9h-12h/14h-17h

Vendredi : 9h-12h

02 40 85 59 05

[associations@indre44.fr](mailto:associations@indre44.fr)

### Gestion de salles

Lundi : 14h-17h

Mercredi : 9h-12h/14h-17h

Vendredi : 9h-12h

02 40 85 45 73

[reservationdesalle@indre44.fr](mailto:reservationdesalle@indre44.fr)

En matière de communication, la ville met à leur disposition des espaces sur ses supports de communication :

- Le site Internet : [www.indre44.fr](http://www.indre44.fr),
- Le magazine L'Écho des îles,
- L'agenda Le Fil des îles,
- La page Facebook.

### Service Communication

02 40 85 45 75

[communication@indre44.fr](mailto:communication@indre44.fr)



## Aide Familiale et Populaire



### Association Aide Familiale Populaire

Association d'aide à domicile pour les personnes âgées, handicapées, malades et les familles.

[www.aafp44.fr](http://www.aafp44.fr)



## Handicap

### Groupe Hand'i - ville d'Indre

Groupe consultatif qui a pour mission de faire des propositions et de donner un avis sur les questions liées au handicap à Indre.

02.40.85.45.85

[groupehandi@indre44.fr](mailto:groupehandi@indre44.fr)

## Personnes âgées

### Centre Local d'Information et de Coordination (CLIC) Indre-Saint-Herblain

Service à l'écoute des personnes de plus de 60 ans, de leur entourage et des professionnels. Accompagnement personnalisé proposé aux Indrais et Herblinois en fonction de leur situation.

22 rue de l'Hôtel de Ville  
44800 Saint-Herblain  
02.28.25.27.86

## Social

### Centre Communal d'Action Sociale (CCAS)

Aides pour les personnes rencontrant des difficultés financières, les personnes âgées, les familles...

02.40.85.45.85

[ccas@indre44.fr](mailto:ccas@indre44.fr)



## Solidarité

### Alexis dans les étoiles

Venir en aide financière-ment à Alexis, enfant tétraplégique.

Sandrine Vossaert

06.88.41.93.06

[sandrine.vossaert@yahoo.fr](mailto:sandrine.vossaert@yahoo.fr)

### Viikings

Mène des actions de sensibilisation et collecte des dons au profit de la recherche contre les cancers pédiatriques et du bien-être des parents et enfants du service d'oncologie pédiatrique du CHU de Nantes. Organisation d'une journée solidaire par an : les foulées Viikings.

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

### La Malina

Mise en place des actions de solidarité vers les Maliens.

[www.lamalina44.com](http://www.lamalina44.com)

# ARTS ET CULTURE



## Bibliothèque municipale

Romans, BD, livres pratiques, secteur jeunesse.



### Gratuit pour tous

Mardi : 16h30-18h30

Mercredi : 10h-12h30 / 14h-18h30

Vendredi : 14h-18h30

Samedi : 10h-12h30

[bibliotheque@indre44.fr](mailto:bibliotheque@indre44.fr)

02.40.85.46.16

[www.bibliotheque.indre44.fr](http://www.bibliotheque.indre44.fr)

## École Municipale de Musique



Cours individuels et collectifs, Harmonie et Fanfare.

Concerts.

[musique@indre44.fr](mailto:musique@indre44.fr)

02.28.25.80.19

## Association des Parents d'élèves de l'École de Musique

Isabelle CARON

[i.caron@wanadoo.fr](mailto:i.caron@wanadoo.fr)

06.72.70.51.60

## Saison culturelle de la ville Ici ou là

Proposition de nombreux moments culturels.

[billetterie@indre44.fr](mailto:billetterie@indre44.fr)

02.40.85.45.74

[www.ici-ou-la.fr](http://www.ici-ou-la.fr)



## Arts plastiques

### ALBI

Découverte de différentes techniques et manipulation de différents matériaux au service de l'expression plastique. De 6 à 11 ans, deux samedis matins par mois.

Jérôme Collier

[artsplastiques@albi44.fr](mailto:artsplastiques@albi44.fr)

06.82.30.13.57

### Loisirs créatifs / ALHI

Pour adultes, Salle Théo Pageot.

Blandine Genty

[alhi-44@laposte.net](mailto:alhi-44@laposte.net)

[blaindine.genty@laposte.net](mailto:blaindine.genty@laposte.net)

06.73.52.87.19

## Associations culturelles

### Association Musicale d'Indre (AMI)

Pièces de théâtre en musique (pas de cours).

Claude Boucher

02.40.86.60.10 / 06.74.12.99.03

### Cercle Celtique des Iles d'Indre

Initiation et perfectionnement en danses bretonnes.

Mercredi de 20h à 21h.

[yvette.peaudecerf@orange.fr](mailto:yvette.peaudecerf@orange.fr)

06.32.70.04.03 / 06.77.28.07.74

### Compagnie des Indres

Organisation de projets culturels, festifs et citoyens.  
[ciedesindres@gmail.com](mailto:ciedesindres@gmail.com)

### Cultivart

Promotion de la Langue des signes (LSF) par les contes.

Colette Barbelivien

[cultivart@sfr.fr](mailto:cultivart@sfr.fr)

06.21.05.55.26

### Kenteliou an Noz

Cours de breton niveau 2 (élémentaire). Lundi de 19h30 à 21h à l'école de musique (1<sup>er</sup> étage, au fond du couloir à gauche).

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

[www.breton-nantes.bzh](http://www.breton-nantes.bzh)

02.40.20.39.74 / 07.68.47.22.25

### Lire et Faire Lire (ALBI)

Les bénévoles font partager ce plaisir intergénérationnel à travers des actions dans les écoles de la ville.

Chantal Lavis

[lireetfairelire@albi44.fr](mailto:lireetfairelire@albi44.fr)

06.43.98.84.77

### Rêve de Mer

Groupe de musique sur des chants marins.

Yves Lorec

[grandmat51@orange.fr](mailto:grandmat51@orange.fr)

### Iles d'arts

Atelier de peintures : huile, acrylique, aquarelle. Dessin et cartonnage.

Mercredi matin et après-

midi, jeudi après-midi.

06.71.61.41.63

## Activités culturelles

### le Tiers Lieu

Jeux sur place en famille ou entre amis. Mercredi et vendredi : ludothèque jeux de société, jeux vidéo, jeux en réseau local...

[letierslieu@acleea.fr](mailto:letierslieu@acleea.fr)

Maison des Associations

02.40.85.46.15 / [www.acleea.fr](http://www.acleea.fr)

## Numérique

### Le Tiers Lieu

#### Espace Régional Numérique

Accès libre et ateliers de formation aux outils numériques.

[letierslieu@acleea.fr](mailto:letierslieu@acleea.fr)

Maison des Associations

02.40.85.46.15 / [www.acleea.fr](http://www.acleea.fr)

## Théâtre

### Les balad'Indre

Troupe de théâtre amateur.

Ghislaine Montaudon

[ghis.indre@orange.fr](mailto:ghis.indre@orange.fr)

06.79.70.35.59 / 06.82.97.96.30

### Section d'expression

#### artistique théâtrale (ALBI)

Activité de théâtre d'improvisation pour les 9 -12 ans.

[exp.artistique@albi44.fr](mailto:exp.artistique@albi44.fr)

Carole : 06.64.22.00.72

### Théâtre d'impro

L'improvisation théâtrale - pratique de développement personnelle.

[impro@albi44.fr](mailto:impro@albi44.fr)

Hugo : 07.81.21.89.30

Tom : 06.52.82.72.54

## ASSOCIATIONS DU SOUVENIR



### Comité Local d'Indre du Souvenir des Héros de Nantes et Châteaubriant

Cérémonie du souvenir des fusillés du 22 octobre 1941.

Jean-Luc Le Drenn

ledrenn.jeanluc@wanadoo.fr

06.86.35.68.66

<https://sites.google.com/site/comitelocalindredusouvenir/>

Fédération ouvrière et paysanne des anciens combattants d'Indre, Saint-Herblain et Saint-Nazaire  
Cérémonie du souvenir de 1939-1945.

Gérard Trinquet

02.40.85.07.40



## DIVERS



### Fêtes populaires et animations

#### Les estivales Indre

Juillet - Août

Bastringue, Animations, Concerts, Lectures, Rencontres...

*Organisées par la ville d'Indre.*

#### Feux de la Saint Jean

Juin

Port de Haute-Indre

*Organisés par l'ALHI.*

alhi-44@laposte.net

### Vie locale

#### ACOMBI

Association des commerçants non sédentaires.

Benoît Suteau

06.60.19.54.83

#### ADRH

Association des riverains de Haute-Indre.

contact@adrhindre.fr

02 40 38 38 21  
www.adrhindre.fr

#### ALBI (Amicale Laïque de Basse-Indre)

Association multi-activités.

<http://albi44.fr>

#### ALHI (Amicale Laïque de Haute-Indre)

Association multi-activités.

alhi-44@laposte.net

#### Amicale des Routiers de l'Ouest

Organisation de vide-grenier. animation locale.

Jean-Pierre Carré

jean.pierre.carre@free.fr

06.09.27.04.98

#### Amicale des Sapeurs Pompiers d'Indre

Organisation de stages premiers secours, de vide-grenier...

Yoann Brétéché

amicalesp44610@orange.fr

06.87.85.85.01

#### Comité des fêtes

Organisation de manifestations : Après-midi cabaret, fête de Loire, Réveillon.

02.40.86.41.13 / 06.84.13.98.25

#### CRIC - Collectif de Réflexion Indrais Citoyen

Groupe qui élabore des propositions sur des sujets concernant la vie de la commune.

Patrice Ratte

patrice.ratte@wanadoo.fr

06.20.77.41.19

#### Café associatif, le 7

##### Le Pot Comm'Indre

Les adhérents participent à l'animation d'un café associatif au travers d'animations et de manifestations intergénérationnelles.

lepotcommindre@gmail.com

06.34.24.19.33

#### Remue Méninges

Association qui s'adresse aux Indrais qui souhaitent s'investir et être informés autour de thématiques touchant la commune.

Nicolas Madiot

remue.meninges44610@gmail.com



## Accueil Enfants



### Multi-accueil Cadet Rousselle

Accueil régulier pour enfants de 3 mois à 5 ans : jeux, jardin musical, bibliothèque...

[multiaccueil@indre44.fr](mailto:multiaccueil@indre44.fr)  
02.40.86.04.61

## Assistant(e)s maternel(le)s

### Les Bibilous

Association qui s'adresse aux assistant(e)s maternel(le)s de la commune pour échanger entre elles.

02.40.86.74.61

### Relais petite enfance Cadet Rousselle

Le Relais est un lieu ressource pour les parents, les enfants et les professionnel(le)s de l'accueil individuel. Il oriente et accompagne pleinement les familles dans leur recherche d'un mode d'accueil.

[relais@indre44.fr](mailto:relais@indre44.fr)  
02.40.86.51.61



## Bébés dans l'eau

### ALBI

Bébés dès 5 mois, activité en famille.

Piscine de la Bourgonnière.  
[bebesdansleau@albi44.fr](mailto:bebesdansleau@albi44.fr)  
Irene : 02.40.63.20.38 (après 20h)

## Centre de loisirs et périscolaire

### ACLEEA

Activités mercredi après-midi et vacances scolaires.

Maison des Associations  
[contact@acleea.fr](mailto:contact@acleea.fr)  
02.40.85.46.12  
[www.acleea.fr](http://www.acleea.fr)

## Club Ado

### Tiers Lieu / ACLEEA

Jeunes à partir de 11 ans.  
Vendredi de 17h à 19h et de 20h à 22h, mercredi et samedi après-midi, vacances scolaires.

02.40.85.46.15  
[www.acleea.fr](http://www.acleea.fr)

## École du Sport / ALBI

Activités d'éveil et de découverte pour permettre aux enfants de 5 à 7 ans d'acquérir des bases sportives par l'intermédiaire du jeu.

[ecoledusport@albi44.fr](mailto:ecoledusport@albi44.fr)

## Multisport

### Animation sportive du Conseil Départemental

S'initier en jouant avec

les autres, permettre de découvrir plusieurs disciplines sportives tout au long de l'année : sports collectifs, de raquettes, activités d'expression corporelles, activités de nature...

Du CE1 au CM2. Séances le vendredi de 16h30 à 18h pour les CE et de 18h à 19h30 pour les CM.

Inscriptions sur [www.loire-atlantique.fr](http://www.loire-atlantique.fr), rubrique « Sport »  
Guillaume Suire  
06.86.45.83.01  
[guillaume.suire@loire-atlantique.fr](mailto:guillaume.suire@loire-atlantique.fr)

## Point Information Jeunesse

### Tiers Lieu / ACLEEA

Projets individuels ou collectifs, bourse tremplin jeunes vacances, aides aux départs, dispositif lebonjob.ij, orientation, emplois, concerts, expos.

David Girard  
[letierslieu@acleea.fr](mailto:letierslieu@acleea.fr)  
02.40.85.46.15  
[www.acleea.fr](http://www.acleea.fr)

## Projet Éducatif Local

### Ville d'Indre

Rythmes scolaires, accompagnement de projets jeunesse, éducation à la citoyenneté, ateliers parents-enfants...

[pel@indre44.fr](mailto:pel@indre44.fr)  
[www.indre44.fr](http://www.indre44.fr)





## Alimentation

### Association pour le Maintien de l'Agriculture Paysanne (AMAP)

Distribution de paniers de légumes, oeufs, viandes, pain, fromages, miel.

Le jeudi de 18h30 à 19h30 /  
Boulodrome de Haute-Indre  
[www.amap44.org](http://www.amap44.org)

### Association Prêts À Mieux Manger (PAMM)

Ateliers pour apprendre à mieux manger, concrètement, avec plaisir et bon sens.

[associationpamm@gmail.com](mailto:associationpamm@gmail.com)  
06.87.40.48.53  
[associationpamm.weebly.com](http://associationpamm.weebly.com)

### La Chèvre et le Chou 44

Vente de produits paysan en circuit court locaux et bios : légumes, fruits, pains, viandes... du mardi au samedi de 17h à 20h et le dimanche de 9h à 14h  
Des activités en journée : ateliers de cuisine,

rencontre avec les producteurs, sensibilisation au bien manger...  
quai Henri Brunais (local en face du n°19)

## Éco et auto-construction

### Le Niveau à bulle

Conseils pour la construction de maisons écologiques et à faible impact énergétique et environnemental.  
[contact@leniveauabulle.org](mailto:contact@leniveauabulle.org)  
02.40.46.96.14

## Réparation

### L'Atelier du Repair Café (ALBI)

L'ALBI vous propose un samedi par mois un atelier de réparation des objets du quotidien, en présence de réparateurs bénévoles.  
[repaircafe@albi44.fr](mailto:repaircafe@albi44.fr)  
Tristan : 06.15.75.10.12  
Olivier : 06.24.06.59.65



## Jardins Familiaux

Pour les demandes de jardins, l'inscription se

déroule en Mairie.  
Secrétariat des élus  
02.40.85.45.84

## Jardins partagés

### Les Jardins Partagés (ALBI)

Mise en relation des propriétaires de jardins non cultivés avec des personnes qui souhaitent jardiner.  
[jardinspartages@albi44.fr](mailto:jardinspartages@albi44.fr)  
Matthieu : 06.83.51.41.12

### Jardin de la brunelière

Potager partagé et activités  
[jardindbruneliere@albi44.fr](mailto:jardindbruneliere@albi44.fr)  
Jérôme Botte : 06.66.49.62.71

## Santé

### ACSAC Pays de la Loire

Association contre la spondylarthrite ankylosante et ses conséquences.  
Josianne Poupet (Présidente)  
[mjpoupet@orange.fr](mailto:mjpoupet@orange.fr)  
[www.acsac-france.asso.fr](http://www.acsac-france.asso.fr)

## Transports

### Comité des Usagers des Bacs de Loire-Atlantique

Association de bénévoles qui oeuvre à l'information et la défense des usagers, et les représente auprès des autorités. Recueil les suggestions et les remarques à propos des bacs pour les transmettre aux services compétents.  
[usagersdesbacs@free.fr](mailto:usagersdesbacs@free.fr)



## Histoire Locale

### CIEL, Conservatoire de l'Industrie de l'Estuaire de la Loire

Valoriser le patrimoine industriel entourant l'estuaire de la Loire. Ouvert lors des Journées du Patrimoine et sur rendez-vous au 06 60 82 87 51  
 10, rue Pasteur 44610 Indre  
 ciel44610@gmail.com  
 www.ciel-asso.fr

### Indre Histoire d'Iles

Recueil et diffusion de la mémoire des îles d'Indre. Important fonds documentaire : photos, cartes postales anciennes et objets d'autrefois. Organisation d'expositions, de visites programmées ou à la demande. Accueil, échanges, consultations de documents

à la permanence hebdomadaire ou sur rendez-vous. Permanence tous les lundis de 15h à 18h (rez-de-chaussée de l'École de Musique)  
 indrehistoire@wanadoo.fr  
 02.40.86.61.03  
 www.indrehistoirediles.wordpress.com

## SPORTS ET LOISIRS



## Loisirs

### Aéromodélisme

#### ALHI

À partir de 7 ans.  
 Roland Thollon  
 thollinvest@yahoo.fr  
 06.20.20.50.20

### MACLA

Section locale du Modèle Air Club de Loire-Atlantique  
 club@macla.fr  
 www.macla.fr

### Boules Lyonnaises

Entraînements et concours.  
 Michel Martin  
 martin49444@gmail.com  
 06.61.12.18.88

### Bridge

Le sport de l'esprit. Parties libres commentées (adultes). Cours débutants et perfectionnement avec club partenaire (covoiturage)  
 www.ffbridge.fr

Thierry Parmentier  
 parmentiert@wanadoo.fr  
 06.09.34.09.61

### Danse

#### ALHI

Cours enfants et adultes.  
 Mathilde Boiteau  
 mathildeboiteau2000@hotmail.fr  
 07.62.38.10.53  
 Laura Relet  
 laura.relet99@gmail.com  
 06.81.41.06.65

### Lotos, jeux de cartes

ASHI - Amicale Sportive de Haute-Indre  
 Organisation de lotos, jeux de cartes...  
 catherine.hidier@sfr.fr  
 02.40.86.41.10

### Union des Anciens d'Indre

Organisation de lotos, jeux de cartes...  
 Arlette Donche  
 rene.donche@neuf.fr  
 06.22.64.36.58

## Pétanque

### Pétanque Haute-Indraise

Entraînements, concours.  
 Marc Le Morvand  
 marc.le-morvand@orange.fr  
 06.25.09.63.00

### Golf miniature

Ouverture de juin à septembre.  
 Quais de Basse-Indre.  
 Ouverture sur réservation pour les groupes : 02.40.85.59.05  
 www.indre44.fr



## Pétanque Loisirs

#### ALHI

De mars à septembre.  
 Christian Ménard  
 06.98.17.50.62

## Ufolep (ALHI)

Entraînements,  
championnat UFOLEP.  
alhi-44@laposte.net

## Sport

### Aquagym

#### ALBI

Adultes, cours mixtes.  
aquagym@albi44.fr  
Jeanne : 06.78.81.34.12

### Aviron

#### Cercle Nautique d'Indre

Dès 13 ans, sections loisirs  
et compétition.  
Sorties samedi et dimanche  
matin toute l'année et le  
mercredi soir de mai à  
septembre.  
cni.aviron.mer@gmail.com  
07.69.65.83.17

### Badminton

#### ALBI

Entraînements et cours  
pour jeunes et adultes  
badminton@albi44.fr  
Valérie : 06.75.33.30.95

#### ALHI

Entraînements et cours  
pour adolescents et adultes.  
Bodvael Fraysse  
07.60.97.35.60

### Basket-Ball

#### Indre Basket Club (IBC)

Enfants et adultes.  
Matchs samedi après-midi.  
Lionel Perrot  
06.59.11.79.65  
www.indrebasketclub.fr  
lionel.perrot@wanadoo.fr

### Basket Santé

une activité complète qui  
permet de réapprendre à  
mobiliser son corps. Mardi  
et samedi.  
Laurann Guillotin  
06.60.54.57.95  
laurann8@gmail.com

### Fitness' Santé (IBC)

Laurann Guillotin  
06.60.54.57.95

### Boxe

#### Club de Boxe des 3 îles

École de sports de Combat  
Pieds poings + Énergique  
Full.  
Hugues Lefrançois  
hugues.lefrancois@wanadoo.fr  
06.26.60.25.55

### Course à Pied - ALHI

David Boré  
boredavidbzh@gmail.com  
06.81.41.06.65

### Football

#### USBI : Union Sportive Basse Indre

Entraînements, stages,  
tournois, compétitions.  
Jeunes de 5 à 18 ans,  
adultes et vétérans.  
Matchs samedi et dimanche.  
Alexis Murail  
secretaire.usbi@gmail.com  
06.31.20.76.94  
http://u-s-b-i.sportsregions.fr

#### ASCI Foot (Association Sportive et Culturelle d'Indret)

Compétitions adultes Foot  
Entreprises (Corpo). Matchs  
lundi à 20h.  
Frédéric Gobin  
fredogobin@gmail.com

06.64.78.56.18

### Frisbee

#### Ultimate Frisbee

À partir de 6 ans.  
Entraînement :  
juniors, loisirs mixte et  
compétitions.  
Nicolas Branchereau  
bureau@nantchester.fr  
07.61.20.51.19  
www.nantchester.fr

### Futsal

#### ALHI

Entraînements et matchs,  
tous âges.  
Nicolas Galais  
nicolasgalais@gmail.com  
06.73.72.23.71

### Gymnastique

#### Gymnastique d'entretien / ALHI

Cours pour adultes.  
Blandine Genty  
alhi-44@laposte.net  
blandine.genty@laposte.net  
06.73.52.87.19

#### Gymnastique tonique / ALHI

Cours pour adultes.  
Blandine Genty  
alhi-44@laposte.net  
blandine.genty@laposte.net  
06.73.52.87.19

#### Atout Yoga & Gym Pilates

Cours pour adultes et jeunes.  
Caroline Serot  
yogapilates44@gmail.com  
06.99.77.98.48  
www.yoga-pilates-caroline.com



## Judo

### ALBI

Éveil judo à partir de 4 ans.  
Entraînements poussinets,  
poussins et benjamins.  
judo@albi44.fr  
Fabienne : 07.70.70.52.33

## Marche

### Rando Iles d'Indre

Randonnées d'allure soutenue de fin septembre à mi-juin, circuits de 8-9 kms et 11-12 kms tous les samedis matins.  
Edith Barbier  
didith.barbier@wanadoo.fr  
06.63.22.49.72



## Méditation

### L'espace d'un instant

Cours hebdomadaires  
ouverts à tous.  
Claude Alquier  
lespaceduninstant44@gmail.com  
06.12.76.80.44

## Sophrologie & Qi gong

### Mieux-être des Iles

Cours pour adultes.  
Lydie Bouillo  
mei@sfr.fr  
02.40.85.49.83

## Sports transgénérationnels

### Training Family

Cours de sport en famille.

Adultes et enfants de 3 mois à 12 ans. Yoga, Zumba, Circuit-Training, Boxe.  
mylene@trainingfamily.fr  
06.58.17.42.07  
www.trainingfamily.fr

## Tennis de Table

### ATTI D'INDRE

Entraînements (dès 12 ans) et matchs (tous âges).  
M. Le Duc  
06.01.70.23.83

## Volley-ball

### ALBI

Entraînements et matchs pour jeunes et adultes.  
volley@albi44.fr  
Camille : 06.24.75.74.81



## Yoga

### ALBI

Cours mixtes pour adultes.  
yoga@albi44.fr  
Chrysteley : 06.85.75.59.19  
Stéphanie : 06.86.79.25.43  
Christel : 06.13.20.14.32

## Ananta Kundalini Yoga

Cours de yoga dès 15 ans.  
Anne-Sophie Taton  
ansophh@hotmail.com  
07.69.77.72.24  
www.anantakundaliniyoga.com

## La Relâche

Séances de hatha yoga : postures, respiration et méditation.  
Mélanie Jouen  
ici@la-relache.com  
06 76 29 78 56  
www.la-relache.com

## Zumba

### ALHI

Cours pour adultes.  
alhi-44@laposte.net

## Twirling bâton

### Twirling Club Indrais

Développer et assurer pour un public mixte, à partir de 5 ans, la pratique du twirling bâton (manipement du bâton) et ses activités de support : danse, expression corporelle et gymnastique  
Typhanie Bouet  
06.30.06.96.10  
b.t44300@gmail.com  
www.twirlingclubindrais.com

## Le carnet d'adresse

### Mairie d'Indre

51 Avenue de la Loire  
44610 Indre  
02 40 85 45 85

### Service Vie associative / Gestion de salles

#### Accueil public

Lundi : 14h-17h  
Mercredi : 9h-12h/14h-17h  
Vendredi : 9h-12h

Service Vie associative.....02 40 85 59 05

Gestion de salles.....02 40 85 45 73

Service Communication.....02 40 85 45 75



Maison des services..... 18 bis rue Denis Rivière



Bibliothèque municipale..... 2 rue du Stade  
02 40 85 46 16

École de Musique.....Place de la Bouma  
02 28 25 80 19

Multi accueil Cadet Rouselle...Rue de la Gare  
02 40 86 04 61

Boulodrome Mario Pigat.....Place Alphonse Guihot

Centre Nicolas Appert.....12 bis quai Langlois  
Salle de réception, cuisine, salles de réunion.

Complexe Tabarly.....17 rue de l'Allier  
Salles Grand'voile, Génois, Spi, Foc et Tourmentin

Gymnase de Haute Indre..... Rue J.B. Rabillard

Maison des associations.....2 rue du Stade

Piscine de la Bourgonnière.....34, allée de la Bourgonnière, Saint-Herblain  
02 28 25 21 50



Salle Théo Pageot..... 18 rue Emmanuel Mocquard

Salle des 3 îles.....5 rue des Chaintres

Stade municipal Félix Guyot.. Rue de la gare

Golf miniature municipal ..... Quai Boquien

[www.indre44.fr](http://www.indre44.fr)

Guide réalisé par le service Communication de la ville.  
Mise à jour en septembre 2022.

