

Commune de Château-Arnoux-Saint-Auban



# GUIDE DES ASSOCIATIONS



## ANIMATION

BRIDGE CLUB MOYENNE DURANCE .....	4
COMITE DES FÊTES CASA .....	4
MJC DE SAINT-AUBAN .....	4
MAISON COMMUNE .....	5
ASSOCIATION PLACOMUSOPHILE VAL DE DURANCE .....	5

## CULTURE

L'ATELIER CULTUREL JAPONAIS SUKI DESU .....	5
---	---

## ARTS PLASTIQUES

L'ENTRÉE DES ARTISTES .....	5
LA PALETTE D'ART .....	6

## DANSE

CHATO LATINO .....	6
ELAN C' .....	6
LEI MANTENEIRE DI TRADICIOUN .....	7
MONTS ET TAMDAM .....	7

## MUSIQUE

ATELIER DE MUSIQUES IMPROVISEES .....	8
ÉCOLE DE MUSIQUE DE LA COMMUNAUTÉ PPA .....	8
DEUX SI LA SOL & GO .....	9

## LIEUX CULTURELS

ASSOCIATION LE CINEMATOGRAPHE .....	9
THÉÂTRE DURANCE .....	9

## ENVIRONNEMENT

GRAINES DE CULTURES .....	10
LA CISTUDE .....	10
LIGUE POUR LA PROTECTION DES OISEAUX .....	10

## CHASSE ET PÊCHE

SOCIETE DE CHASSE « LA DIANE » .....	11
CLUB POSEÏDON .....	11

## PATRIMOINE

ASSOCIATION DU PATRIMOINE .....	11
LES AMIS DE LA CHAPELLE SAINT JEAN .....	12

COMITÉ DE JUMELAGE LE LIEN .....	12
JEAN PROUVÉ ET LE SITE DE ST-AUBAN SUR DURANCE ..	12

## SOCIAL

LA PASSERELLE ADAGAS 04 .....	13
CROIX ROUGE CARREFOUR BLEONE DURANCE .....	13
ASSOCIATION DE FORMATIONS ET DE SAUVETEURS	
JARLANDINS .....	13
SECOURS CATHOLIQUE .....	13
SEGOND CYCLES .....	14

## SOCIO-CULTUREL

CENTRE SOCIAL LA MARELLE .....	14
FOYER DES AINES JARLANDINS .....	15
JOIE ET SOLEIL .....	15
POINT RENCONTRE .....	15

## SPORT

### ARTS MARTIAUX

AIKIDO CLUB .....	16
JUDO CLUB/JUJITSU .....	16
SPARTA KRAV MAGA 04 .....	16
TAEKWONDO MOYENNE DURANCE .....	17
USCASA KARATE .....	17
SOCHIN KARATE DO ACADEMY .....	17
KICKBOXING TEAM JMA .....	18

### BASKET-BALL

USCASA BASKET CLUB .....	18
--------------------------	----

### BIEN ÊTRE

ASSOCIATION ÉQUILIBRE .....	18
ASSOCIATION PERSPECTIVES 04 .....	19
ASSOCIATION UNIOM .....	19
YOGARAMA .....	19
STRETCHING POSTURAL .....	20

### CYCLISME

VELO CLUB MOYENNE DURANCE (VCMD) .....	20
USCASA CYCLO VTT .....	20

### ESCALADE

CLUB ESCALADE JARLANDIN .....	21
-------------------------------	----

## ESCRIME

USCASA ESCRIME .....	21
----------------------	----

## FOOTBALL

ENTENTE SPORTIVE MOYENNE DURANCE - ESMO .....	21
---	----

## GYMNASTIQUE

GV SPORTS CASA .....	22
TRAIL LOISIRS CASA .....	22

## HANDBALL

VAL DURANCE HANDBALL .....	23
----------------------------	----

## MULTISPORT

ASSOCIATION SPORTIVE DU COLLEGE CAMILLE REYMOND	23
---	----

## PÉTANQUE

USCASA PETANQUE & JEU PROVENCAL .....	23
---------------------------------------	----

## TENNIS/TENNIS DE TABLE / BADMINTON

TENNIS CLUB CASA .....	24
TENNIS DE TABLE - ATTCASA .....	24
CASA'BAD .....	24

## TIR A L'ARC

1ÈRE COMPAGNIE DES ARCHERS JARLANDINS .....	25
JSE - LES ARCHERS DU SOLEIL .....	25

## SPORT AÉRIEN

ÀÉROCLUB DE HAUTE-PROVENCE .....	26
CENTRE NATIONAL DE VOL A VOILE .....	26
AIR MODEL CLUB DE CHÂTEAU-ARNOUX .....	27
LES AILES JARLANDINES .....	27

## SPORT NATURE

ASSOCIATION SPORTS LOISIRS MOYENNE DURANCE ..	27
DURANCE SKI DECOUVERTE .....	28
MOTO CLUB CHIN GOUFFI .....	28
04 PLONGÉE .....	28
TRAIL LOISIRS CASA .....	29
RANDURANCE .....	29

## TOURISME

OFFICE DE TOURISME VAL DE DURANCE .....	30
---	----



Nos cher(e)s Concitoyens, Cher(e)s Ami(e)s,

Chaque nouvelle édition du Guide des associations nous rappelle ce qui fait la richesse et la force de notre Commune : la centaine d'associations engagées sur le terrain, qui sont des acteurs majeurs et essentiels de notre quotidien.

Réunissant habitants, commerçants, jeunes et moins jeunes, elles apportent un souffle précieux.

Toutes les disciplines contribuent à consolider ce lien social qui nous unit et donnent du sens à nos actions individuelles.

Ce guide a pour but de faire découvrir les différentes activités proposées afin d'aider chacune et chacun d'entre vous à trouver les moyens de s'engager et d'agir selon ses envies et ses aspirations.

Conçu comme un outil, il vous servira de repère pour vous orienter dans cette pluralité d'initiatives solidaires qui font de notre Commune un territoire convivial.

Un petit mot sur le gymnase Grabinski, qui après des travaux importants de rénovation réouvrira ses portes en septembre. Les utilisateurs pourront à n'en pas douter apprécier cet espace nouvellement aménagé et plus adapté.

Aujourd'hui plus que jamais, les associations ont besoin de vous, de nous, pour nourrir cet indispensable tissu associatif.

À celles et ceux, bénévoles de tous âges, qui mettent leur temps et leur énergie au service des autres, à vous toutes et tous qui, peut-être, allez franchir le pas pour les rejoindre, nous tenons à dire merci.

C'est dans cet engagement collectif que nous parviendrons à cultiver le vivre-ensemble et que nous réussirons à relever les défis d'aujourd'hui et de demain.

Le Maire,  
Conseiller départemental,  
René VILLARD

L'Adjoint délégué au sport  
et aux associations  
Bernard JULLIEN

# ANIMATION

## BRIDGE CLUB MOYENNE DURANCE

### Salle Vernay à Saint-Auban

Le bridge est un jeu de cartes stratégique, une activité d'éveil pour les plus jeunes et d'entretien des facultés intellectuelles pour les seniors. C'est le seul sport de l'esprit qui se pratique avec un partenaire. Il permet aux adultes d'évacuer le stress, tout en s'amusant. La convivialité du club se vit lors des tournois et lors des buffets ou repas occasionnels qui se déroulent durant l'année. Tous les niveaux sont accueillis : des débutants aux joueurs de compétitions en passant par les joueurs de loisirs de tout âge. Cours gratuits.

Lundi soir et mercredi après-midi : Tournois.

**Contacts :** Jeannette Banon - 06 26 22 31 31

Babeth Falcone - 06 15 25 00 77

**Mail :** bridge.stauban@orange.fr



## COMITE DES FÊTES CASA

### Château-Arnoux-Saint-Auban

Un nouveau bureau se met en place au sein du Comité des Fêtes :

Virginie SACCO, Présidente

Fathia ERRAMI, Vice-Présidente

Sandra SACCO, secrétaire

Estelle RODRIGUES, Trésorière

Jean-Pascal IMBERT, trésorier adjoint

Les animations continuent sur notre Commune avec la même dynamique et le même plaisir de vous satisfaire. La page facebook ne change pas et continuera à vous tenir informés de nos animations tout au long de l'année.

**Contact :** Virginie : 06.31.47.80.89



## M J C DE SAINT-AUBAN

Maison des Associations de la Culture  
et de la Jeunesse à Saint-Auban

Au carrefour de l'art, de la culture et du social, la MJC de Saint-Auban accompagne des projets portés par des habitants en ayant une attention particulière envers les adolescents et jeunes adultes. La MJC propose des activités régulières et des actions d'éducation populaire ouvertes à toutes et à tous, dans la rencontre des générations, des milieux sociaux et des cultures. Elle est présente à Saint-Auban dans son bâtiment d'origine, aujourd'hui appelé « Maison Des Associations », ainsi qu'à la Maison Commune, lieu partagé qu'elle a cofondé. Chaque année, elle organise le Festival Regarde sous Tes Fenêtres.

- Accompagnement à la Scolarité: tous les jours (sauf le mercredi) du CP à la Terminale - GRATUIT

- Ateliers "Raconte Moi ta Peinture": un atelier créatif en histoire à mi chemin entre arts vivants et arts plastiques : 4-6 ans et 7-12 ans

- Studio de musique et d'enregistrement : Atelier de création, d'expression et d'apprentissage musical autour du rap et des musiques urbaines. Ecriture de textes, production d'instrumentals, enregistrement voix et/ou instruments, mix et répétitions.

- Des projets pour et avec les jeunes : un lieu pour se retrouver, se rencontrer, monter des projets: Les actions du secteur jeunes sont variées et évoluent beaucoup afin d'être au plus près des envies des jeunes.

- Point Infos Jeunes:

- Un accueil gratuit, anonyme, personnalisé et sans rendez-vous

- Un lieu d'écoute et d'informations

- Une accompagnement aux projets individuels et collectifs

**Contact :** Chloé Droulin 06.80.07.16.00

mjccasa@gmail.com

Route nationale 04600 Saint Auban

Facebook / Instagram: mjccasa



## MAISON COMMUNE

La Maison Commune est un lieu partagé, convivial ouvert à tous les habitants et une pépinière de projets citoyens. C'est aussi un lieu de fête et de culture pour tous: Concerts, spectacles, ateliers couture, chant, rencontres, projets autour de l'alimentation, jardinage, éducation aux médias, etc.

**Contact :** Chloé Droulin 06.80.07.16.00

**Mail :** maisoncommune@mailo.com

**Adresse :** 17 avenue balard 04600 Saint Auban

**Facebook / Instagram :** maisoncommune04



Photo d'une partie du jardin japonais



- Cours de japonais, cour de cuisine japonaise.
- Cosplay (fabrication et utilisation).
- Jeux de société japonais.

Mercredi : 14h à 15h30 (place limitée à 10 élèves).

Vendredi : 17h30 à 19h (place limitée à 10 élèves)

Évènements ponctuels dans le jardin japonais à l'année : Cérémonie du thé, vente de vêtements, cours de cuisine japonaise... et intervention au Centre Culturel Simone Signoret. Se renseigner sur les réseaux.

**Contact :** Aurélie FRANCOIS – 06 38 83 09 01

**Mail :** aurwen77@gmail.com

**Blog :** AtelierculturelJaponaisukidesu.blogspot.com

## ASSOCIATION PLACOMUSOPHILE VAL DE DURANCE

Immeuble communal de Château-Arnoux-Saint-Auban

Collecte et échange sont les deux maîtres mots de l'association. Echanges de plaques de muselets de champagne, mousseux et bières. Le calendrier des réunions est consultable sur le site ou par contact téléphonique. Chaque début juin est organisée une grande bourse d'échange internationale. Ne jetez pas vos capsules, elles peuvent faire des heureux !

**Contact :** Patrice DUGAST – 06 84 26 51 86 / Monique BARREL – 06 76 14 05 91

## CULTURE

### ATELIER CULTUREL JAPONAIS SUKI DESU

Château-Arnoux-Saint-Auban

Cours théoriques et manuels sur le Japon. Au programme :

- Cours pratique (fabrication d'objets japonais, dessin dégustation de biscuits,
- Lecture de manga, visionnage d'animés...).
- Cours théorique (cours sur la culture japonaise)



## ARTS PLASTIQUES

### L'ENTRÉE DES ARTISTES

Château-Arnoux-Saint-Auban

L'Entrée des Artistes est une vitrine de la création artistique de Haute Provence. L'association a pour philosophie « La culture pour tous ». Elle met en valeur les arts, encourageant les talents de ses membres dans l'accomplissement de leurs projets en leur offrant l'opportunité de se faire connaître du public. Des champs d'intervention artistiques sont multiples : Animations, colloques, conférences, ateliers escapades ou échanges culturels et internationaux avec peintres, plasticiens, sculpteurs, photographes, céramistes, verriers, art floral, écrivains, poètes, musiciens, danseurs, patchwork. Nous proposons des lieux d'expositions : Ferme de Font-Robert, Médiathèque Louis Joseph, chez les commerçants de la commune etc... Une nouveauté cette année : Des ateliers intergénérationnels le mercredi après-midi dans les locaux du Foyer des Aînés Jarlandins en lien avec le patrimoine et en partenariat avec l'élué à la culture et au patrimoine Geneviève Pelegrina.

**Contact :** Lucy ROURE – 06 60 81 71 92

**Ateliers intergénérationnels :** Geneviève PELEGRINA – 06 13 39 53 04

**Mail :** lucyroure@free.fr

**Site :** www.facebook.com/lentreedesartistes04



Clara TREVENS, artiste peintre représentant l'Humain sous toutes ses formes.



## LA PALETTE D'ART

Salle Vernay à Saint-Auban

L'association dispense des cours collectifs libres et des ateliers dirigés de dessin & peinture aux adultes toute l'année. Les techniques proposées sont : l'aquarelle, l'huile, l'acrylique, le pastel, les encres, le dessin...

L'enseignement est adapté en fonction du niveau de chacun(e) dans une ambiance simple et conviviale.

La Palette d'Art organise des sorties plein air, des visites culturelles et une exposition des œuvres réalisées par les peintres de l'association.

Les cours se déroulent le Jeudi : de 14h30 à 16h30

**Contact** : Sandrine MARJANA - 06 59 13 34 74

**Mail** : lapalettedart04@gmail.com

**Site Internet** : lapalettedart04.over-blog.com



## DANSE

### CHATO LATINO



Maison des Associations à Saint-Auban

Association pour la découverte, la pratique, la promotion, le développement et le partage des danses latines telle que SALSA, BACHATA, KUDURO... Activité ouverte à tous, débutants, intermédiaires... 3 essais possibles.

Le lundi et mardi : à partir de 20h15 à 21 h 30.  
Début de l'activité 11 septembre 2023 à 20h15

**Contact** : Philippe MEVOLHON – 06 31 25 43 17  
Sandra – 06 82 52 69 96  
**Email** : chato.latino04@gmail.com



## DANSE ELAN C' - ÉCOLE ARTISTIQUE ET CULTURELLE

Salle de danse de la Ferme de Font-Robert à Château-Arnoux  
Maison des Associations de la Culture et de la Jeunesse à Saint-Auban  
Gymnase Grabinski à Saint-Auban

Depuis près de 30 ans, Elan C' promeut l'art et la culture comme leviers de diffusion des valeurs citoyennes, éducatives, sociales et humaines.

La danse en est son principal vecteur. Elan C' est ouverte à tous : enfants, adolescents, adultes et personnes en situation de handicap.

Elan C' propose :

- Des cours hebdomadaires de danse jazz avec Céline GASSEND (titulaire du diplôme d'Etat et du certificat d'aptitude et danse Jazz).
- Des cours hebdomadaires de danse hip-hop et la capoeira avec Quentin PILLONE (diplôme d'Animateur Fédéral karaté/Capoeira)
- Des cours hebdomadaires de danse contemporaine avec Mika JAUME [danseur professionnel].



- Des stages et ateliers : ateliers chorégraphiques, ateliers parents enfants, du théâtre, des stages. Pluridisciplinaires (danse, théâtre, arts plastiques...).
- Des spectacles, des sorties à vocation culturelles et des manifestations ponctuelles.
- Des projets spécifiques : jumelages, séjours, tutorats, partenariats...
- Des interventions en milieu scolaire et instituts spécialisés.

#### Ses agréments :

- Jeunesse et éducation populaire (DDCSPP).
- Intérêt général.
- Académique (Rectorat d'Aix en Provence).
- Service civique.
- Labellisée or par la Fédération Française de Danse pour la qualité de ses cours et de son projet
- Associatif depuis 2014.

**Contact :** 06 89 60 03 73

**Mail :** elanc04@gmail.com

**Site internet :** www.assoelanc.fr

## LEI MANTENEIRE DI TRADICIOUN

Maison des Associations de la Culture et de la Jeunesse à Saint-Auban

LEI MANTENEIRE est une association loi 1901 qui défend et transmet la culture provençale par la danse, la musique et le chant traditionnels des Alpes de Hautes Provence dans des ateliers, des spectacles, des messes et animations diverses. On chante en provençal et en français à l'unisson (ce



n'est pas une chorale) on danse : le Rigodon, le Quadrille, la Polka, la Scottish, la Mazurka, les Rondes et la Farandole accompagnés par les musiciens (Galoubets et Tambourins, Accordéon diatonique).

#### Ateliers :

Jeudi : 17h à 19h - Chants traditionnels Provençaux

Jeudi : 19 h à 21 h – Musiques traditionnelles

Vendredi : 17 h 30 à 19 h - Danses traditionnelles de la région.

#### Contact CHANTS, MUSIQUE :

Jacques BAUDEQUIN - 06 21 06 73 18

**Mail :** manteneire.tradiciou@free.fr

**Site internet :** <http://manteneire.tradiciou.free.fr>



## MONTS ET TANTAM

Château-Arnoux-Saint-Auban

Association pour le développement et la promotion de la culture Africaine et Caribéenne dans les Alpes de Haute Provence. Dans une logique de développement durable et local, elle a pour but de favoriser la cohésion et le lien social à travers ses diverses actions culturelles. Stages, cours de danse et percussions, contes et animations, évènement, festivals, repas africains.

**Contact :** 06 76 68 23 62

**Mail :** montsettamtam@gmail.com

**Facebook :** Monts et Tantam



# MUSIQUE

## ATELIER DE MUSIQUES IMPROVISEES

Immeuble Communal à Château-Arnoux

Lieu de culture et d'échanges, l'AMI propose de multiples activités et événements autour du jazz et des musiques vivantes.

Le Rendez-Vous Musical de l'AMI propose une programmation de concerts tout au long de l'année, autour du jazz, du blues, de la pop et de la chanson française. Des activités pédagogiques sont proposées :

stages et ateliers d'ensemble jazz et blues, cours de chant jazz et d'instruments (piano, guitare, basse, batterie) s'adressent à tous les musiciens, qu'ils soient amateurs éclairés ou professionnels.

Installée à Château-Arnoux depuis 1990, l'AMI est un lieu de création musicale d'envergure internationale qui favorise l'échange et la rencontre, entremêlant projets musicaux, accueil à résidence d'artistes et production de CD grâce au studio d'enregistrement installé dans ses locaux.

Les productions sont labélisées sous le Label Durance et distribuées par Absilone-Socadisc.

L'AMI bénéficie du soutien de la commune de Château-Arnoux-Saint-Auban, De Provence, Alpes Agglomération, du Conseil Départemental des AHP.

**Contact :** Capucine OLLIVIER - 04 92 62 61 64

**Mail :** [contact@ami-asso.fr](mailto:contact@ami-asso.fr)

**Sites internet :** [www.atelier-de-musiques-improvisees.com](http://www.atelier-de-musiques-improvisees.com)

[www.emim-online.fr](http://www.emim-online.fr)

[www.label-durance.com](http://www.label-durance.com)

**Facebook:** <https://www.facebook.com/pages/atelier-de-musiques-improvisees>

<https://www.facebook.com/pages/Label-Durance>



## ÉCOLE DE MUSIQUE DE PROVENCE ALPES AGGLOMÉRATION

Ecole de Musique de Saint-Auban (Paul Lapie)

Cet établissement financé par Provence Alpes Agglomération et géré par les CMR a pour mission de permettre aux enfants et aux adultes du Carrefour de pouvoir pratiquer la musique à des tarifs très abordables.

Une dizaine de professeurs y viennent chaque semaine pour vous dispenser des cours d'instruments individuels tels que le violon, le saxophone, la clarinette, la trompette, la flûte traversière, la flûte à bec, le piano, la guitare, l'accordéon diatonique, la batterie.

Notre école propose également de nombreux ateliers de musique collective : Des cours de formation musicale de différents niveaux, divers vocaux (Ensemble Renaissance, chorale mixte, ensemble vocal féminin,

chorale d'enfant ), des ensembles instrumentaux ( orchestre junior, adulte, groupe de saxophone, de trompette, de flûtes, musique traditionnelle ...) les enfants les plus jeunes pouvant également participer aux ateliers de jardin musical, d'éveil musical ou d'initiation.

Enfin cette école travaille en concertation et partenariat avec les associations locales et culturelle de notre communauté d'agglomération comme la Médiathèque Louis Joseph, le Théâtre Durance, Les ateliers de l'A.M.I., La Marelle, les écoles primaires et maternelles du secteur..

**Contact :** Jean-Christophe BERGER- 06 84 06 98 49 - 04 92 64 48 24

**Mail :** [jeanchristophe.berger@orange](mailto:jeanchristophe.berger@orange)

**Site internet :** [ecoledemusiquesaint-auban.fr](http://ecoledemusiquesaint-auban.fr)





## DEUX SI LA SOL & CO

Nouveau

### Maison des Associations de Saint-Auban

L'association Deux Si Deux La &co est une jeune association créée cette année par des copains musiciens (Seb, Alex, Cedric, Jorge et Natan).

Elle a pour but de :

- Proposer une salle de répétition dans les locaux de la MJC à Saint Auban
- Créer de nouveaux de groupe de musiciens
- Participer à des concerts
- Organiser des événements type scène ouvertes
- Proposer des ateliers d'éveil et de découvertes musicales

**Contact :**

**Mail :** asso.deuxideuxla@gmail.com

**Téléphone :** 06 23 91 49 80

**Facebook :** Deux Si Deux La &co



## CULTURE

### LIEUX CULTURELS

#### LE CINEMATOGAPHE

Centre Culturel Simone Signoret  
à Château-Arnoux-Saint-Auban

L'Association de gestion du Cinématographe est délégataire de Provence Alpes Agglomération. Elle est chargée de l'exploitation des trois salles de cinéma classées Art et Essai.

**Président :** Jimi ANDREANI

**Contact :** Chantal SAMAT - 04 92 64 41 24

**Site internet :** [www.le-cinematographe.fr](http://www.le-cinematographe.fr)

**Facebook :** Le Cinématographe



#### THÉÂTRE DURANCE

Château-Arnoux-Saint-Auban

Le THÉÂTRE DURANCE, Un THÉÂTRE OUVERT.

Une scène pluridisciplinaire, une fabrique artistique, un espace de rencontre entre les habitants et les artistes. Des spectacles, mais aussi La Petite Fabrique avec des ateliers, des répétitions publiques et des visites et l'Écotorium, un espace en ligne dédié au son et à la musique (audio-balades, podcasts, albums, playlists).

À noter, des représentations hors-les-murs (Les Échappées en octobre, novembre, mars)



et mai – dans les villes et villages du département et Les Escapades, des concerts gratuits et en plein air, les 13 et 14 juin 2025 – sur le plateau des Lauzières).

Le Théâtre Durance, Scène nationale, est un équipement remarquable qui abrite une salle de spectacle, une scène de répétition et un studio d'enregistrement. Ce qui en fait un outil atypique au cœur des Alpes de Haute-Provence.

**Contact :** Contact : Théâtre Durance – 04 92 64 27 34

**Mail :** info@theatredurance.fr

**Site internet :** www.theatredurance.fr

**Facebook et Instagram :** Théâtre Durance.

## ENVIRONNEMENT

### GRAINES DE CULTURES 04

Château-Arnoux-Saint-Auban

#### Origine de la structure

Créer en 2016 dans le prolongement de l'action « Semons des jardins » sur le territoire Durance Provence.

#### But de la structure

Faciliter la transition écologique en œuvrant en faveur d'innovations écologiques, sociales, culturelles, économiques ou plus communément appelé le Développement Durable. Elle est laïque, indépendante, basée sur des valeurs de l'éducation populaire et de l'action citoyenne participative.

**Actions :** jardins pluriels, ateliers cuisine et produits fait maison.

**Projets :** jardins partagés, bricothèque.

**Contact :** grainesdecultures04@gmail.com



## LA CISTUDE

Carrefour Bléone Durance



La Cistude, association locale, naturaliste et conviviale, a pour objet de collaborer à la mise en place de la réserve naturelle régionale du lac de l'Escale. Elle lui apporte son soutien par l'éducation et la sensibilisation à la connaissance et à la protection de l'environnement. Elle participe à la protection de la faune, de la flore et du patrimoine géologique et archéologique de la zone du carrefour Bléone Durance, ainsi que sur l'ensemble de Provence Alpes Agglomération. Ses partenaires sont les collectivités locales, les structures à l'éducation, les associations de protection de la nature et les administrations. Elle œuvre à la mise en place d'un comité scientifique pour aider à la décision et assurer le suivi et l'évaluation des actions à mener dans cette zone. Vous avez envie de nous rejoindre ? Rien de plus facile :

**Contacts :** Daniel MADELEINE – 06 84 09 96 50

**Mail :** mabiloup@gmail.com

lacistudesecretariat@yahoo.fr

## LIGUE POUR LA PROTECTION DES OISEAUX – LPO PACA

Groupe local Bléone-Durance

Agit au quotidien, pour la sauvegarde de la biodiversité !

Le groupe de bénévoles :

- Participe à la vie locale par des actions de sensibilisation, d'éducation, d'observation (comptage des espèces) ainsi qu'à de nombreuses actions nationales (Journées Mondiales des Zones Humides, Printemps des Castors, Forum de la Transition, Fête de la nature, Jour de la Nuit entre autres...).
- S'associe au niveau local aux réflexions et actions, qui œuvrent pour le bien-être de la population tout en respectant l'environnement.
- Aide, guide, conseille autant pour la création de refuges que pour la sauvegarde d'animaux en détresse.

**Contact :** Groupe local - la coordinatrice Agnès de PINHO – 06 03 65 75 31

**Mail :** bleone-durance@lpo.fr ou agnes.depinho@laposte.net

**Site internet :** www.paca.lpo.fr



AGIR pour la  
BIODIVERSITÉ  
Provence-Alpes-Côte d'Azur

# CHASSE ET PÊCHE

## SOCIÉTÉ DE CHASSE « LA DIANE »

Château-Arnoux Saint-Auban

La Diane a été créée en 09/1911, c'est l'une des plus anciennes associations que compte notre commune, elle a aujourd'hui une centaine de chasseurs enregistrés. Plusieurs rencontres ont lieu régulièrement dans l'année, pour l'entretien et le bon développement de la faune et la flore, comme des cultures à gibiers, création et remplissage de points d'eau. À noter deux manifestations sportives organisées par La Diane, le Ball-Trap et le Tir à la cible qui ont lieu pendant le week-end de la fête votive de Château-Arnoux en Juin, "Sur la terre, il y a de la place pour tous" de Johann Friedrich Von Schiller - Le Chasseur des Alpes.

**Jours de chasse :** lundi, jeudi, samedi et dimanche

**Contact :** M. Maurin MAERO - 06 87 71 53 34

**Mail :** mvracing@sfr.fr



## CLUB POSÉÏDON

Étangs Les Salettes à Château-Arnoux

Le Club Poséïdon organise des concours de pêche au coup aux étangs des Salettes de Château-Arnoux-Saint-Auban, des initiations de pêche pour les jeunes de 7 à 16 ans, participe aux différents nettoyages aux abords des étangs, et participe à différentes animations et autres activités proches de la nature et de l'environnement.

**Contact :** Christophe BROUSSALIS - 06 82 70 91 18

**Mail :** club.poseidon04@wanadoo.fr



# PATRIMOINE

## ASSOCIATION DU PATRIMOINE

Château-Arnoux-Saint-Auban

Fondée le 6 septembre 2006 dans le but de défendre et valoriser les fragments Parvenus jusqu'à nous de l'histoire locale, notre association vise à promouvoir la sauvegarde, la mise en valeur et la connaissance du patrimoine de proximité. Parmi ces vestiges, on notera l'existence de nombreuses sources privées ou publiques, Jaillissant de la colline Saint Jean, comme la grande Fontaine et la Jalinière, qui réunissaient les habitants avant l'eau «à la pile», ou encore celles de la Côte saint Marc qui alimentaient la ferme de Font Robert et l'ancien Moulin de Font Subrane. On citera aussi les lavoirs (dont il ne reste qu'un exemplaire, construit en 1927 en voie de réhabilitation) ou le four citoyen datant de 1793 qui fonctionne chaque année en septembre, à l'initiative de notre association lors de la Fête de l'Ami du Pain. Le Château Renaissance, l'un des deux seuls du département, laisse entrevoir la vie d'un noble provincial aux idées novatrices. Quant à la colline Saint Jean, c'est un témoin émouvant des vicissitudes de la fin du XIV<sup>ème</sup> siècle. Les ruines de la forteresse surplombent la chapelle qui abrite une œuvre de Bernar Venet. Les rues du village évoquent la petite industrie de la soie à travers les derniers mûriers blancs rescapés de l'urbanisation. Les pressoirs à vendanges ainsi que les « tines » cachées dans les caves du vieux village, nous parlent de la culture de la vigne d'avant le phylloxera.

Dans un autre registre, l'usine chimique de Saint Auban, rappelle l'intégration par le travail de nombreux ressortissants étrangers au cours de l'industrialisation du début du XX<sup>ème</sup> siècle.

Vous découvrirez toute cette richesse patrimoniale en participant à nos animations, en visitant nos expositions dont celles organisées dans le cadre de la Promotion du Patrimoine de Pays qui se tient en juin.

**Contact :** Nathalie PELLESTORD - 06 32 14 12 51

**Mail :** pellestord.nathalie@orange.fr

**Blog :** <http://patrimoinecasa04.canalblog.com>



## LES AMIS DE LA CHAPELLE SAINT JEAN

Château-Arnoux-Saint-Auban

Un peu d'Histoire .... C'est en 1988 que le curé de la paroisse de Château-Arnoux a souhaité restaurer la chapelle Saint Jean qui était dans un état de délabrement avancé. Quelques pratiquants répondirent à l'appel et c'est ainsi que l'association fut créée le 21 mars 1988.

Avec la complicité des prêtres successifs, de la municipalité, de Bernar Venet, enfant du pays- artiste renommé dans le monde entier - et "Les Amis de la Chapelle Saint Jean" un projet de restauration peu commun a pu être mené à bien et touche à son terme.

La chapelle a non seulement été restaurée mais "transfigurée". L'Edifice de la chapelle Saint Jean a une importance capitale sur le carrefour, notamment sur la politique touristique de la commune. Depuis des bénévoles adhérents de l'Association "Les Amis de la Chapelle Saint Jean" continuent d'assurer son entretien et à la rendre "vivante". Les trois pèlerinages sont maintenus et des permanences pour les visites sont tenues de début juillet à fin août tous les mercredis de 16 h à 19 h. N'hésitez pas à prendre contact et rejoindre l'association.

**Contact :** Jean-Marie BERG - 04 92 64 24 34

**Email :** berg.jean-marie@orange.fr

**Blog :** <http://amissaintjean.ahp.canalblog.com>

## COMITÉ DE JUMELAGE LE LIEN

Château-Arnoux-Saint-Auban - Caraglio

Le lien est le comité du jumelage de Château-Arnoux-Saint-Auban avec Caraglio, ville du Piémont près de Cuneo. Depuis la signature du serment en 2013, elles échangent leur expérience et partagent le désir de rapprocher leurs habitants afin de mieux se connaître et de s'enrichir mutuellement au sein de l'Europe.

**Contact :** Antoinette ARNOUX - 06 05 36 82 11

**Mail :** [arnogil@gmail.com](mailto:arnogil@gmail.com)



## ASSOCIATION JEAN PROUVÉ ET LE SITE DE SAINT-AUBAN SUR DURANCE

Saint-Auban

L'association souhaite faire connaître et apprécier les diverses réalisations de Jean PROUVÉ, qui avec l'architecte Pierre JEANNERET, sont à l'origine des maisons construites du 3 au 9, rue de la Colline, ainsi que d'autres bâtiments collectifs, aujourd'hui détruits.

Les principes constructifs utilisés pour ces habitations sont aujourd'hui reconnus comme des innovations essentielles du XXe siècle, et à ce titre, sont inscrits au patrimoine des Monuments Historiques français.

L'association, ouverte à tous, a pour objectifs de réhabiliter cette oeuvre architecturale, dans le cadre de la valorisation de la Cité ouvrière de St Auban, labellisée « Patrimoine du XXe Siècle ».

L'artiste Bernar VENET a accepté de devenir président d'honneur de cette association, marquant ainsi son intérêt pour cette oeuvre essentielle du patrimoine de Château-Arnoux-Saint-Auban.

**Contacts :** [contact@jeanprouve-saintauban04.fr](mailto:contact@jeanprouve-saintauban04.fr)



Maison du N°3 rue de la Colline en 1942

# SOCIAL

## LA PASSERELLE ADAGAS 04

Association Départementale des Animateurs en Gérontologie et Animation Sociale

Château-Arnoux-Saint-Auban

L'association vous permet d'accéder aux activités en EHPAD, près de chez vous, une ou plusieurs fois par semaine. Vous êtes à domicile, un bénévole vous accompagne pour vous rendre à ces activités. Leur pratique régulière vous aidera à garder votre autonomie le plus longtemps possible à votre domicile. Appartenant au réseau des animateurs en gérontologie du 04, l'animateur en poste en EHPAD vous accueille dans le cadre de ses activités. Notre coordinatrice vous rencontre afin de réaliser avec vous, un projet personnalisé, un programme adapté permettant un maintien physique et cérébral. Supporté par différents organismes professionnels nationaux et locaux, nous agissons pour la proximité et le lien social dans le 04.

**Inscription mensuelle** : 25 €\* Montant dégressif par trimestre : 60 €

**Contact** : 06 81 61 71 38

**Mail** : adagas.anim04@gmail.com

## CROIX ROUGE CARREFOUR BLEONE DURANCE

Locaux - ZA Les Blâches Gombert à Château-Arnoux

L'antenne Croix Rouge de Saint-Auban existe depuis 1989. Des bénévoles se relaient deux après-midis/semaine pour vous accueillir. Notre « boutique » est ouverte à tous. Grâce à vos dons et vos achats solidaires, nous avons pu venir en aide à plus de 130 personnes sur le carrefour Bléone Durance qui regroupe 8 communes. Les locaux sont ouverts pour les dépôts et la vente ou demandes d'aide le mardi de 14h à 17h et le jeudi de 14h à 18h, ainsi qu'une nouvelle ouverture le samedi de 9h à 13h.

**Responsable** : Solange PARMEGIANI

**Contact** : 04 92 62 62 50

**Mail** : al.stauban-carrefourbleone@croix-rouge.fr



## ASSOCIATION DE FORMATIONS ET DE SAUVETEURS SECOURISTES JARLANDINS

Château-Arnoux-Saint-Auban

L'Association de Formations et de Sauveteurs Secouristes Jarlandin (AFSSJ) est une jeune association de secours ouverte depuis tout juste 1 an sur la commune qui dépend de la Fédération Française de Sauveteurs Secourisme. Nous organisons les formations suivantes :

PSC1 (Prévention et Secours Civique niveau 1),

PSE (Premiers Secours en Equipe) niveau 1 et 2,

SST (Sauveteur Secouriste du Travail),

BNSSA (Brevet National de Sécurité et de Sauveteurs Aquatique).

Il faut un minimum de stagiaires sur chaque formation. Nous recherchons également des bénévoles motivés que nous formerons afin d'aller sur les postes de Secours sur le département et pour des renforts de grande envergure sur d'autres départements. Venez nous rejoindre sur différentes manifestations culturelles, concerts, sportives du département et autres comme le Tour de France, courses de côtes, triathlons etc...

**Contact** : Anne Marie RENNESSON - 06 80 66 30 66

**Mail** : afssj04@gmail.com



## SECOURS CATHOLIQUE

Local avenue du Stade à Saint-Auban

Équipe des 4 RIVES : Château-Arnoux, Dabisse, Ganagobie, L'Escale, Lurs, Malijai, Mallefougasse-Auges, Les Mées, Montfort, Peyruis, Sourribes, Volonne. Nos actions : Accueil convivial et accompagnement fraternel.

Jeudi : de 9h à 12h.

**Contact** : Philippe ESTELLE - 04 92 70 96 50 - 06 45 21 82 60 - 06 95 70 49 90

**Mail** : alpes@secours-catholique.org

Réseaux sociaux et échanges :

**Facebook** : Secours Catholique des Alpes



## SECOND CYCLES

### Garage du Moulin, place de la Résistance à Château-Arnoux

Cette association a pour objet la promotion des déplacements à bicyclette et le recyclage d'engins en fin de vie. Elle propose :

- Une aide à la mobilité des personnes économiquement fragiles par le don ou le prêt de vélos restaurés.
- L'animation d'ateliers « usage, sécurité et réparation » afin d'accompagner les cyclistes désirant entretenir leur vélo.
- Une contribution à la valorisation de matériel destiné au rebut par le réemploi de pièces usagées.

Nous recevons les dons de vélos usagés, que nous remettons en état avant de les confier aux personnes économiquement fragiles qui en ont besoin. Un atelier partagé, accessible à tous, est ouvert tous les mercredis de 10h à 17h.

**Contact :** [secondcycles@gmail.com](mailto:secondcycles@gmail.com)



## SOCIO-CULTUREL

### CENTRE SOCIAL LA MARELLE



Place de la Résistance à Château-Arnoux  
Avenue du Stade à Saint-Auban

Le centre socioculturel « La Marelle » est un lieu d'accueil, d'échange, d'écoute, de partage et de convivialité. Il est ouvert à tous les habitants : jeunes, adultes, familles et à toutes les générations. Son but est de favoriser le « vivre ensemble » et améliorer la vie quotidienne de chacun en s'appuyant sur la participation de tous à la vie locale. Il participe à développer les solidarités et le lien entre les habitants. Son action a de multiples facettes. Pour tous : les petits déjeuners, les cinés petit déj, les découvertes du terroir, les petites tisanes, les cafés littéraires, l'atelier sophrologie, le bien-être en musique, les animations festives et culturelles. Pour les familles : les coins familles, les sorties et les animations familles. Pour les jeunes : l'accompagnement à la scolarité ; une permanence jeunes : lieu d'écoute, d'accueil, d'aide, de soutien, d'accompagnement individuel, de rencontre, de partage et de loisirs. Une éducatrice est à votre écoute. Pour les séniors : des ateliers prévention santé, un accueil et une écoute, des activités de loisirs adaptées, les bons clics.

Nous sommes convaincus qu'une société ne peut cheminer qu'en reconnaissant une place à chacun et qu'elle ne peut exister sans solidarité entre ses membres. C'est pourquoi le centre socioculturel est un lieu à la disposition des habitants pour que chacun puisse y trouver sa place.

**Présidente :** Virginie DE PIERI

**Siège social :** 15A Avenue Sainte-Claire Deville 04600 Saint-Auban

**Horaires :**

Lundi, mardi et jeudi 9h00-12h00 et de 13h30 à 18h00

Mercredi 9h30 – 12h00 et 13h30-18h00

Le vendredi 9h00-12h00 et de 13h30 à 17h00

**Contact :** Caroline WILLOQUAUX : 04 92 32 55 18

Christophe BERNARD : 04 92 32 37 04

**Mail :** [centresocial.lamarelle@wanadoo.fr](mailto:centresocial.lamarelle@wanadoo.fr)

**Site internet :** [www.centresocial-lamarelle.fr](http://www.centresocial-lamarelle.fr)

## FOYER DES AINES JARLANDINS

Place de la Résistance à Château-Arnoux

Association regroupant les aînés, elle permet des rencontres amicales lors de parties de cartes (concours tous les 15 jours), jeux de scrabble et autres, repas mensuel, sorties.

**Mardi - jeudi** : de 14h à 17h30

**Avant-dernier mercredi du mois** : repas à 12h.

**Contact** : Martine DAUTREY - 04 92 64 14 21

**Mail** : foyer.club.chateau@orange.fr

## JOIE ET SOLEIL

Saint-Auban - Chauffayer (05)

Association reconnue d'intérêt général - Agréée Jeunesse Education populaire et Education nationale - Accréditée ERASMUS jusqu'en 2027 - Labellisée Colos Apprenantes.

Organisation de séjours et de rencontres internationales, pour enfants et adolescents de 8 à 17 ans.

Mise à disposition des locaux du Centre de vacances de Chauffayer (05) pour des groupes (familles - randonneurs - clubs sportifs).

Proposition de chantiers solidaires à Chauffayer (05).

**Contact** : Noël LINARES - 06 09 07 45 94

**Mail** : joieetsoleil@free.fr

**Site internet** : www.joieetsoleil.com



## POINT RENCONTRE

Place du Commerce à Château-Arnoux

L'association a pour objet de constituer un lieu d'accueil pour toute personne en recherche de liens sociaux.

**Activités vacances, familles** : vacances scolaires et mercredi après-midi

**Accompagnement à la scolarité** : Lundi, Mardi, Jeudi vendredi de 16h45 à 18h et le mercredi sur RDV

**Ateliers permanents, spontanés et à la carte** : sur inscription

**Sorties, fêtes, soirées ...**

**Apprentissage du Français** : Sur demande

**Repas collectifs et autres repas à thèmes** : mardi et jeudi midi

**Boutique** : vêtements (adultes et enfants), espace bébé, bijoux, produits d'hygiène.

**Épicerie sociale** : inscription sur dossier

**Travailleur Social** : une intervenante sociale est à votre écoute pour vous accompagner dans vos démarches (sur Rendez-vous)

**Accueil de jour** : Mardi et jeudi matin (Douche, machine à laver)

**PCB** : Point Conseil Budget sur Rendez-vous

**Contact** : Céline RENON - 04 92 64 38 05

**Mail** : secretariat@pointrencontre04.fr

**Site internet** : www.asspoint-rencontre.fr



# SPORT

## ARTS MARTIAUX

### AIKIDO CLUB

Dojo Charley Khalifa à Château-Arnoux

Le club affilié à la Fédération Française d'Aïkido et de budo - FFAB a pour objectif l'initiation et le perfectionnement à la pratique de l'Aïkido. L'Aïkido est un art martial Japonais sans combat donc sans vainqueur ni vaincu. Il se pratique à mains nues, au bâton (Jo), au Boken (sabre en bois) et au couteau en bois (tanto). Toutes les techniques visent le contrôle du partenaire l'amenant à une chute et/ou une immobilisation. Il est pratiqué par des femmes et des hommes de tout âge et de plus en plus par les enfants à partir de 6 ou 7 ans. Un certificat de non contre-indication à la pratique de l'aïkido est obligatoire. Les deux Enseignants du club sont titulaires du brevet d'État d'éducateur sportif 1er degré et du DEJEPS.

#### Entraînements :

Lundi et mardi : de 17h30 à 18h30 - Enfants

Lundi et mardi : de 18h30 à 20h30 - Adultes

Samedi : de 9h30 à 12h30 - Préparation grades adultes et travail aux armes.

**Président d'honneur & vice-président : Jean-Paul BRUNEL**

**Contacts :** Président : Juan CAYUELA 06 67 30 46 56, j.cayuela@laposte.net

Secrétaire : Emilie DULIEUX 0671 53 80 39

Enseignant et trésorier : Charles MORELLE - 07 69 92 77 42

Enseignant : Philippe MICOUÉ 06 49 62 61 76

**Mail :** aikidoclub.casa04@gmail.com

**Site :** <http://aikido-chateau-arnoux.wifeo.com>

**Facebook :** Aikido CASA 04

合気道



## JUDO CLUB/JUJITSU

Dojo Charley Khalifa à Château-Arnoux

Le club propose aux jeunes et aux adultes d'apprendre le judo et le jujitsu (judo-karaté) en fonction de leurs rythmes. Loisir ou compétitions (fédération de Judo). Enfants à partir de 5 ans. Stages techniques, Katas, arbitrage, combats.

Mardi : 18h à 19h15 Enfants

19h15 à 21h - Adultes

Mercredi : 13h30 à 15h - Enfants.

Vendredi : 18h à 19h15 - Enfants

19h15 à 21h - 19h15 à 21h - Adultes

**Contact :** Claude DELEGLISE - 06 81 20 94 31

**courriel :** [claudedeleglise@wanadoo.fr](mailto:claudedeleglise@wanadoo.fr)

**Facebook :** judo jujitsu chateau-arnoux-saint-auban actualités et contact.



## SPARTA KRAV MAGA 04

Gymnase de l'Espace José Escanez à Château-Arnoux

Le Krav Maga est une méthode d'autodéfense Israélienne qui signifie combat rapproché. L'objectif du Krav Maga est l'apprentissage de la défense en un minimum de temps de formation.

**Exceptionnellement 1 seul entraînement aura lieu cette saison le temps de la rénovation du gymnase Grabinski :**

Jeudi : de 19h - 21 h

**Contact :** Thomas OLIATI - 06 16 16 43 30

**Mail :** [thomasoliati@gmail.com](mailto:thomasoliati@gmail.com)

[spartakravmaga04@gmail.com](mailto:spartakravmaga04@gmail.com)





## TAEKWONDO MOYENNE DURANCE

Dojo Charley Khalifa à Château-Arnoux  
Gymnase du Collège Camille Reymond à Château-Arnoux

Le club de Taekwondo Moyenne Durance ouvre ses portes aux enfants dès l'âge de 3 ans. L'orientation de notre pratique est avant tout loisir (compétition possible). Elle regroupe des techniques pieds poings, self défense, poomse et combat plastron afin de permettre à chacun et chacune de trouver sa voie et de s'épanouir quel que soit son niveau, son âge, ses envies, ses besoins. En plus du Taekwondo nous proposons des cours de boxe anglaise et de hapkido.

### Les cours ont lieu :

Mardi - mercredi - vendredi soir et samedi  
Merci de nous contacter pour le détail des heures

**Contact :** Vincent HERNOUX - 07 50 93 54 75

**Mail :** taekwondomoyennedurance@gmail.com

**Facebook :** Taekwondo Moyenne Durance.



## USCASA KARATE

Dojo Charley Khalifa à Château-Arnoux

USCASA KARATÉ, l'an 2000, c'était hier. 23 ans que le club USCASA Karaté vous accueille. Ouvert sur Volonne (Dojo) et Château-Arnoux, (Dojo Charley Khalifa). Le club est affilié à la fédération officielle française : FFKDA. Les professeurs sont qualifiés (DEJEPS, BEES, DAF, arbitres, examinateurs des passages « ceinture noire »). L'objectif de cette pratique ? Prendre soin de soi et de son corps, apprendre à se défendre, et fixer ses propres objectifs sportifs. Dans ce club, nous



répondons à tous les niveaux que vous recherchez : du loisir, de la compétition, ou de l'entretien physique... chacun y trouve son compte. Adultes, ados ou enfants, venez évoluer dans un esprit d'équipe et de convivialité. Vous en ressortirez plus fort et plus apte à évoluer dans le monde qui nous entoure. Le Karaté, c'est un sport ET une école de la vie. Allez, rejoignez-nous !

### Les cours se font :

Jeudi et samedi : Baby karaté, enfants, ados, adultes.

**Contact :** Jean-Louis et Nadine LEONE - 06 50 03 88 90 - 06 98 33 77 05

**Mail :** u.s.casakaratel@gmail.com

## SOCHIN KARATE DO ACADEMY

Maison des associations à Saint-Auban

L'association Sochin Karate Do Academy est une association qui dispense des cours de karate do, riche de 35 ans de pratique dans les arts martiaux karate do et boxe américaine Gabriele Didier instructeur vous accueille le lundi soir de 17 H à 20H à la Mjc de saint Auban , vous pourrez suivre des cours de karate pour enfants( 17H-18H15)/ ados et adultes (18H15-20H). cette association à but non lucratif a comme pour valeurs la culture du partage, de l'entraide et de l'intégration .

Le karate do est un art martial complet pratiqué à main nues qui prépare le corps et l'esprit utilisant un large éventail de techniques de défenses et de contre attaques améliorant ainsi la confiance et la maîtrise de soi, la coordination, la puissance et la précision, le rythme cardiaque et qualités respiratoires , entre autres.

Les cours s'orientent sur l'étude technique et le combat.

**Contact:** Mr Gabriele Didier

(instructeur diplômé bénévole, ceinture noire ffkda et Wukfi)

**Adresse :** 19 rue sainte claire deville 04600 Saint-Auban

**Téléphone :** 06 19 38 78 66

**Nouveau**



## KICK BOXING TEAM JMA

Gymnase du collège Camille Reymond  
à Château-Arnoux

Le kickboxing est un sport très complet.

Du travail sérieux dans la bonne humeur dans ce cours Loisirs avec une très bonne ambiance ! Tous les publics sont les bienvenus. La seule obligation est d'avoir envie d'apprendre à maîtriser le Kickboxing. A votre service : 3 éducateurs (rices) diplômés reconnus par l'Etat Jeunesse & Sports. Au sein de notre structure vous pourrez pratiquer des cours à thème : Kickboxing, K1 Rules, Full-contact.

Jeu de 17h30 à 18h30 - Enfants jusqu'à 13 ans avec Silya CHEMANI

Jeu de 18h30 à 20h00 - Ados et adultes avec Jean-Michel AUBERT

Essai gratuit le 09 septembre de 10 h à 17 h lors du Forum associations CASA.

**Contact :** Jean-Michel AUBERT - 06 03 56 07 33

**Mail :** kickboxingteamjma@orange.fr

**Site internet :**

<https://www.facebook.com/teamjma>

<http://www.kickboxing-sisteron04.fr/>

<http://teamjma.skyrock.com/>

<https://twitter.com/teamjma>

<http://www.youtube.com/user/FULLcontactJMA>



des



## BASKET-BALL

### USCASA BASKET CLUB

Gymnase Espace José Escanez à Château-Arnoux

Pratique de l'activité loisir et compétition dans un esprit d'équipe. À tout moment de l'année le club accueille toutes les catégories à partir de 5 ans pour trois séances gratuites afin de découvrir cette discipline et l'ambiance du club.

Toutes les infos sur notre site ou en téléphonant à la Présidente Christine ou le mercredi après-midi.

**Entraînements :** Mercredi : 13h30 à 17h30

**Contact :** Christine BOUVIER - 06 76 79 87 74

**Mail :** sandiy\_04@hotmail.fr

**Site :** <http://club.quomodo.com/uscasabasket> et Facebook



## BIEN ÊTRE

### ASSOCIATION ÉQUILIBRE

Salle de gymnastique Espace José Escanez  
à Château-Arnoux

L'association propose de la culture physique « Options Santé » : relaxation, détente, étirements, musculation, aide à la mobilité (dont méthodes MEZIERES & FELDENKRAIS), Arts chinois (TaiChiChuan, ChiKong, GymTAO). Les cours adaptés et personnalisés se déroulent en mini groupe ou en individuel (selon vos besoins). Une gymnastique contre le mal au dos, le surpoids et le stress ainsi qu'une gym de prévention cardiorespiratoire et circulatoire sont au programme. Stages, culture physique, gym chinoise ont lieu parfois en plein air et l'été des cours adaptés ont lieu en piscine (réservés aux adhérents cotisants).

Les cours sont dispensés en petit collectif 4 à 8 personnes

Lundi : 16h30 à 18h30 - Mardi : 08h30 à 10h - Jeudi : 08h30 à 10h - 17h à 19h

**Contact :** Maryse REYNAUD - Professeure Diplômée d'Etat - 04 92 64 43 16

Maryse - TaiChi  
Le serpent qui rampe



## ASSOCIATION PERSPECTIVES 04

### Salle de gymnastique Espace José Escanez à Château-Arnoux

Pratique de la méthode FELDENKRAIS du nom de son inventeur (Moshé FELDENKRAIS - 1904-1984 - Chercheur, ingénieur, docteur en physique et maître de judo), elle consiste en des séquences et des combinaisons de mouvements guidés par l'enseignant et permet d'améliorer l'amplitude et la qualité du mouvement en évoluant dans sa propre zone de confort. Bouger mieux, sans utiliser la force, en distribuant le mouvement, chercher le mouvement optimal pour un minimum d'effort. FELDENKRAIS a su utiliser la capacité du système nerveux à s'organiser autour de mouvements efficaces, plaisants et intéressants. On peut apprendre à tout âge. Méthode FELDENKRAIS sont des termes déposés, réservés aux praticiens certifiés ayant suivi une formation professionnelle sur 4 ans (200 heures/an) dans des programmes accrédités.

Mardi : 10h à 12h – Avec Christine PAYAN praticienne certifiée  
1 atelier par mois le samedi matin

**Contacts :** Christine PAYAN - 06 63 31 42 98

**Mail :** chris.payan04@gmail.com

## ASSOCIATION UNIM

Salle de danse de la Maison des Associations de la Culture  
et de la Jeunesse à Saint-Auban

Salle de danse de la Ferme de Font-Robert à Château-Arnoux

L'association UNIM propose la pratique du Hatha Yoga qui inclut l'assouplissement progressif du Corps en libérant les tensions à travers les postures, l'exercice de la respiration consciente, la concentration, la relaxation. En Yoga la volonté dynamique dans la pratique exclut tout esprit de compétition. La Bienveillance, la patience, l'observation consciente de soi nous guide vers tous les possibles. Harmoniser le corps et l'esprit nous ouvre à la Méditation. « Le Hatha Yoga favorise le maintien de la santé, l'équilibre nerveux, le calme, la conquête de soi. »



S. M. HAMSANANDA

Reprise des cours :

Lundi : 10h à 11h30 - Salle de danse Ferme de Font Robert

Lundi : 18h à 19h30 - Salle de danse Maison des Associations

**Contact :** Purnam CHITTARO - 06 29 39 20 46

**Mail :** millehuit04@gmail.com

## YOGARAMA

Salle de gymnastique Espace José Escanez à Château-Arnoux  
Salle de danse Ferme de Font-Robert à Château-Arnoux

La méthode pratiquée est celle du Yoga IYENGAR. C'est un yoga exigeant, intense et dynamique, basé sur « l'alignement » du corps dans les postures. C'est un yoga qui a un programme d'intensité progressive dans les postures. Aussi est-il conseillé de s'inscrire dès septembre pour ne pas « décrocher » du niveau des autres participants. Enfin cette pratique nécessite l'acquisition de matériel tel que tapis anti-dérapants, couvertures, briques, sangles, bolster (pour un coût d'environ 160 euros). Entre 15 et 20 participants.

Lundi : 18h30 à 20h30

Salle de danse à la Ferme Font Robert.

Mardi : 18h30 à 20h30

Salle de gym Espace José Escanez.

**Contact :** Régine Ribière - 06 79 56 06 42

**Mail :** yogarama@orange.fr

**Courrier :** YOGARAMA chez Chantal BOYER,  
chemin du lac, 04160 Château-Arnoux



Exemple de posture  
utilisant du matériel

## STRETCHING POSTURAL® NOUVELLE SECTION CRÉE PAR LE VELO CLUB MOYENNE DURANCE

Salle Voûtée et salle de danse Ferme de Font-Robert à Château-Arnoux

Stretching Postural® Méthode Jean-Pierre Moreau : « La maîtrise du mouvement Commence par la connaissance du corps immobile » - J-P Moreau Le corps et l'esprit sont liés, le Stretching Postural® laisse libre cours à l'interprétation des sensations. Technique qui requiert un contrôle continu de la contraction du relâchement musculaire et de la respiration ; elle permet de découvrir son schéma corporel, d'améliorer la tonicité, la souplesse et la liberté articulaire. Discipline « non dynamique » qui précède le mouvement en agissant tout particulièrement sur la musculature posturale. Chacun pratique à son rythme...



- ✓ Adaptable à tous, y compris aux porteurs de pathologies.
- ✓ Recommandée par le milieu médical pour soigner les dorsalgies et lombalgies.
- ✓ Pour les sportifs, gagner en souplesse, connaître son corps et comprendre certaines douleurs ou blocages.

Mardi : 17h30 à 20 h - Salle Voûtée de la Ferme de Font-Robert (2 créneaux à partir du 28 novembre 2023).

Vendredi : 10 h 30 à 12 h - Salle de danse de la Ferme de Font-Robert (à partir du 10 novembre 2023).

**Contact** : Anne Cabaret (praticienne diplômée) - 06 89 65 14 59

**Mail** : annesalamandre@gmail.com

## CYCLISME

### VELO CLUB MOYENNE DURANCE (VCMD)

Château-Arnoux-Saint-Auban

Le Vélo Club Moyenne Durance est basé sur la commune de Château-Arnoux. L'objectif premier du club est de regrouper les passionnés de vélo pour des

sorties communes. Ces sorties permettent aux participants de découvrir ou de se perfectionner dans la discipline de leur choix : route, gravel, VTT, cross-country ou enduro et pour les plus motivés d'accéder à la compétition en profitant de conseils, de l'expérience et de plan d'entraînement structuré.

Les entraînements encadrés ont lieu le mercredi après-midi pour l'école VTT :

Pour les pré-ados à partir de 8 ans : de 13h30 à 15h

Pour les ados : de 15h à 17h

**Présidente** : Brigitte DOSE 04 92 64 33 91 - 06 71 10 12 75

**Mail** : brigitte.dose@free.fr

**Contact** : Alain MORA - 06 72 47 99 12

**Facebook** : vélo-club Moyenne Durance.

## USCASA CYCLO VTT

Château-Arnoux-Saint-Auban



Le club existe depuis les années 1960, basé à Château-Arnoux, nous pratiquons un sport de plein air, le cyclisme. Notre club est composé de routiers (Cyclos) et de vététistes VTT et VTTae. Des groupes de niveaux différents sont formés afin que chacun puisse pédaler en fonction de ses capacités physiques. Nous disposons d'une école VTT pour enfants. Ils sont accompagnés par des cadres fédéraux et des adultes expérimentés. Les sorties ont lieu le mercredi (hors vacances scolaires) départ à 14h00 des 2 ponts ou du champ de bosses. Les vététistes sortent trois fois par semaine, les lundis, mercredis et vendredis avec départ du champ de bosses.



Les cyclos partent le samedi avec départ de la place Pêchiney à Saint-Auban. Les horaires de départs sont variables en fonction de la saison et de la météo. Des sorties hors département sont régulièrement organisées afin de découvrir d'autres horizons.

Nous organisons en collaboration avec l'Office de Tourisme une randonnée VTT : LA JARLANDINE.

Mercredi : 14h00 - École VTT (hors vacances scolaires)

Samedi : Sorties pour les cyclos en fonction des groupes.

Pour les vététistes, sorties les lundis, mercredis et vendredis.

Pour plus d'infos, consultez notre site Internet, l'information est mise à jour régulièrement.

**Contact** : Joël BENOIST - 07 69 34 03 48 - Philippe ARGANT - 06 07 08 13 67

**Mail** : uscasacyclovtt@wanadoo.fr

**Site internet** : www.uscasacyclovtt.fr

# ESCALADE

## CLUB ESCALADE JARLANDIN

Mur d'Escalade (SAE) Espace José Escanez à Château-Arnoux

Le Club d'Escalade Jarlandin propose une pratique de l'escalade en cours encadré ou en entraînement libre, en salle ou en extérieur selon la saison, pour tous niveaux.

Pré-inscriptions le jour du forum des associations ou par email (À noter : places limitées pour les cours encadrés).

Les horaires de la saison pour les jeunes seront confirmés par la monitrice au moment de la confirmation d'inscription.

**Pratique libre Adultes (entraînement adultes autonomes- non encadrés) :**

Lundi, mardi, jeudi, 19h - 21h.

**Initiation Adultes (cours débutants adultes encadrés par initiateur fédéral)**

Mardi 19h-21h.

**Cours Enfants, Ados et Adultes (cours encadrés par une monitrice BE) :**

- Enfants 7 à 9 ans : Mercredi matin
- Enfants 9 à 13 ans : Mercredi après-midi
- Ados : Vendredi fin après-midi
- Ados/Adultes : Vendredi fin de journée
- Adultes : Mercredi fin de journée

Les horaires et ouvertures de créneaux seront fixés après les préinscriptions

**Contact et infos :**

**Tél. :** 07.66.49.65.49

**Mail :** clubescaladejarlandin@gmail.com

**Site :** <http://club-escalade-jarlandin-04.e-monsite.com/>

**Facebook :** <https://www.facebook.com/escalade.jarlandin>



# ESCRIME

## USCASA ESCRIME

Salle du sous-sol de l'École de musique (Paul Lapie) à Saint-Auban

Cette association a pour objet la pratique, l'enseignement et le rayonnement de l'escrime française dans les Alpes de Haute-Provence.

Jeu de 17h30 à 19h30 - Minimes - Cadets - Juniors - Séniors

Vendredi : 17h30 à 19h30 - Poussins - Pupilles - Benjamins

**Contacts :** Daniel MACHADO - 06 50 89 87 48

Michel SEDAT - 06 47 53 59 82

Richard RAMERO - 07 66 66 67 61

**Mail :** richard.ramero@neuf.fr

**Site internet :** [www.uscasaescrime.com](http://www.uscasaescrime.com)



# FOOTBALL

## ENTENTE SPORTIVE MOYENNE DURANCE - ESMO

Complexe Sportif Grabinski à Saint-Auban

Gymnase Espace José Escanez Château-Arnoux

Pratique de l'activité de football (entraînement et compétition). Notre club est affilié à la Fédération Française de Football. Les équipes évoluent au niveau départemental et régional. A tout moment de l'année le club ouvre ses portes aux enfants à partir de 5 ans et plus (de 5 à 19 ans). Les inscriptions peuvent se faire dès le mois d'août mais principalement au début du mois de septembre pour les plus petits. Des entraînements d'essais sont possibles (3) avant de prendre la licence.

**Lieu de pratique :** Saint-Auban/ Peyruis/ l'Escale/Les Mées

**Entraînements :**

Lundi/Mercredi/Vendredi : Selon les catégories d'âge (horaires à déterminer)

**Contact :** Vincent BOUISSOU - 06 48 09 01 60

**Mail :** [esmo@orange.fr](mailto:esmo@orange.fr) et également la page Facebook du club.



# GYMNASTIQUE

## GV SPORTS CASA

Salle gymnastique Espace José Escanez à Chateau Arnoux

GV SPORTS CASA Saint-Auban Gym dynamique et d'entretien, renforcement musculaire, stretching, Steps, chorégraphie. Gym confort adaptée aux possibilités des adhérents. Découvrez l'activité qui vous rassemble, deux séances de découverte offertes.

Exceptionnellement tous les cours cette année auront lieu dans la salle de gymnastique de l'Espace José Escanez jusqu'à la fin des travaux de rénovation du Gymnase Grabinski aux horaires suivants :

Lundi : 9h à 10h – Pilates- Stretching.  
Mercredi : 10h30 à 11h30 – Gym Training.  
Jeudi : 15h30 à 16h30 – Soft Gym.  
Vendredi : 9h à 10h - L.I.A

**Contact :** Didier BARRY – 06 24 57 56 94

**Mail :** gvsportscasa@yahoo.com

**Facebook :** GV Sportscasa

<https://www.facebook.com/profile.php?id=100082089728479>



## TRAIL LOISIRS CASA

Gymnase Grabinski et Maison des Associations à Saint-Auban

Vous voulez améliorer votre condition physique dans un objectif de bien-être ? **Trail Loisirs CASA vous propose du Fitness Form et du Sport Fit**, activités ouvertes à tous/toutes quel que soit votre niveau.

Le Fitness Form est un ensemble d'activités de mise en forme comprenant renforcement musculaire, stretching, travail cardio-vasculaire.

Le Sport Fit est un cours de fitness cardio qui alterne des phases de haute intensité et d'autres plus calmes.

Deux cours d'essai gratuits vous permettront de découvrir ces activités.

### HORAIRES ET TARIFS

Fitness Form                      Mardi 18h30 à 19h30 – Maison des Associations

Sport Fit                              Jeudi 18h30 à 19h30 – Gymnase Grabinski

1 cours au choix : 120€/an

2 cours au choix : 150€/an

3 cours au choix ou plus : 170€/an

Les tarifs incluent les licences FSGT et le montant de l'adhésion à l'Association qui est de 10€.

Retrouvez-nous dans la rubrique SPORT NATURE, pour des activités en extérieur : course à pied, urban training, marche nordique. Il est bien sûr possible de combiner les activités de ces deux rubriques.

**Contact :** 06 19 30 12 84

**Mail :** trail.casa@gmail.com

**Facebook :** Trail Loisirs CASA



# HANDBALL

## VAL DURANCE HANDBALL

Gymnase et salle de gymnastique Espace José Escanez à Château-Arnoux  
Gymnase du Collège Camille Reymond

Le club Val Durance Handball est affilié à la Fédération Française de Handball. Les équipes évoluent en championnat départemental. L'objet de l'association est de développer et favoriser par tous les moyens appropriés la pratique, l'enseignement et la promotion du handball, d'organiser des manifestations, de développer l'esprit d'équipe et le fairplay.

Entraînements :

Baby hand de 3 à 6 ans le samedi matin (mixte)  
Mini hand de 6 à 8 ans le mercredi après-midi (mixte)  
Les U11 de 8 à 10 ans les lundi et mercredi après-midi (mixte)  
Les U13 de 10 à 12 ans lundi sur Château-Arnoux et Jeudi sur Oraison (mixte)  
Les U 15 garçons de 12 à 14 ans mardi et vendredi sur Château-Arnoux  
Les U 17 garçons de 14 à 17 ans mercredi sur Château-Arnoux  
Seniors garçons lundi soir Oraison, Vendredi soir Château-Arnoux  
Loisirs (mixtes) mardi soir Château-Arnoux  
U15 filles 12 à 14 ans lundi soir Château-Arnoux, mercredi soir Digne  
U17 filles de 14 à 16 ans lundi soir Château-Arnoux, mercredi soir Digne  
Seniors filles lundi soir Château-Arnoux, jeudi soir Digne  
Ces créneaux seront affinés en début de saison.

**Contact :** Lila Desjardins Présidente - 06 73 45 73 14

**Mail :** 6304004@ffhandball.net



# MULTISPORT

## ASSOCIATION SPORTIVE DU COLLÈGE CAMILLE REYMOND

Equipements sportifs du collège et de la commune de Château-Arnoux

Les enseignants d'EPS du collège proposent à tous les élèves du collège volontaires, différentes activités sportives : Handball, escalade, volley, athlétisme, raid, badminton. Les élèves rencontrent lors des compétitions d'autres collèges du département.

Lundi : 12h à 13h - Handball  
Lundi : 16h30 à 18h - Badminton  
Mardi et jeudi : 12h à 13h - Volley ball  
Mardi et jeudi : 16h30 à 18h - Escalade  
Mercredi : 13h à 15h30 - Athlétisme  
Vendredi : 12h à 13h - Volley ball

**Contact :** Frédéric SEVIN - Collège Camille REYMOND

**Mail :** frederic.sevin@ac-aix-marseille.fr

**Site internet :** www.clg-reymond.ac-aixmarseille.fr



# PÉTANQUE ET JEU PROVENÇAL

## USCASA PETANQUE & JEU PROVENÇAL

Boulodrome Espace José Escanez/Boulodrome Pastor à Château-Arnoux

La pétanque c'est l'école de la vie... L'objectif premier de la pétanque c'est de s'approcher du but, le point, le tir, la coordination et l'équilibre, l'appréciation des distances, les gestes techniques, c'est un sport d'équipe. Stratégies et tactiques sont des éléments importants du jeu. Les boulistes se retrouvent au Boulodrome Pastor durant l'été et au Boulodrome de l'Espace José Escanez d'octobre à mars.

**Contact :** Philippe GERMAIN - 06 01 17 00 34

**Mail :** uscasa.petanque@orange.fr

# TENNIS / TENNIS DE TABLE / BADMINTON

## TENNIS CLUB CHÂTEAU-ARNOUX SAINT-AUBAN

Club House Complexe Grabinski à Saint-Auban

Club ouvert à tous et à toutes les pratiques : école de tennis (à partir de 3 ans), loisir, compétition, cardio-tennis. Entraînements dispensés par un coach Diplômé d'Etat. Nombreux événements organisés au cours de l'année (Tournoi, Tournoi Multi-Chance, rencontre parent/enfant, double à la mêlée, stages pendant les vacances scolaires). Le Club dispose d'un club-house et de 4 terrains en dur dont 3 avec éclairage.

Lundi : 17h à 21h30

Mercredi : 9h à 12h (école de tennis)

Jeudi : 17h à 21h30

Samedi : 9h30-11h (cardio tennis).

**Contact :** Vincent PEREZ - président - 06 21 70 54 49  
Alain COUTRE - vice-président - 06 70 57 26 01  
Steven VOWLES - coach DE - 06 25 00 39 49

**Mail :** tccasa@orange

**Facebook :** TCCASA



## TENNIS DE TABLE - ATTCASA

Salle du sous-sol de l'Ecole de Musique à Paul Lapie à Saint-Auban

Héritière de la valeureuse section Tennis de table de l'ex-USCASA, l'association ATTCASA propose aujourd'hui la pratique d'un ping-pong convivial et de loisir. Elle s'adresse à tous les amateurs adultes, pongistes confirmés ou débutants, joueurs occasionnels ou réguliers ou néophytes intéressés.

**Contact :** Christian BERMOND

**Tél :** 06 70 06 01 75

**Mail :** christianbermond@free.fr



## CASA'BAD

Gymnase du collège Camille Reymond / Gymnase de l'Espace José Escanez

Le Club de Badminton de CASA affilié FFBAD. Compétiteurs ou débutants, CASA'Bad vous accueille à partir de 8 ans pour des séances d'entraînement ou de jeu libre. 3 créneaux par semaine :

Gymnase du Collège Camille Reymond :

Mercredi 20h à 23h - Vendredi 20h à 23h

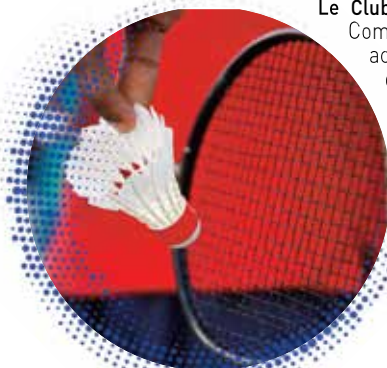
Gymnase de l'Espace José Escanez :

Samedi 8h30 à 9h30

**Contact :** 06 20 78 91 21

**Mail :** contact.casabad@gmail.com

**Instagram :** casabad\_04





# TIR A L'ARC

## 1<sup>ÈRE</sup> COMPAGNIE DES ARCHERS JARLANDINS

Aire de tir à l'arc de la halle couverte Espace José Escanez à Château-Arnoux  
Aire de tir à l'arc extérieure Complexe Grabinski à Saint-Auban

La 1<sup>ère</sup> Cie des Archers Jarlandins est agréée par la Fédération Française de Tir à l'Arc (FFTA) Labellisé OR - Club citoyen 2016/2017. Le club fort de 60 licenciés de 8 à 82 ans vous accueille dans une ambiance familiale et conviviale; propose découverte, initiations et compétitions. De nombreux titres nationaux, régionaux et départementaux ont été remportés par nos archers jeunes et adultes. Prêt de matériel de qualité - 3 séances gratuites pour découvrir notre sport. Exceptionnellement les séances se feront à l'aire de tir à l'arc de l'Espace José Escanez en raison des travaux de rénovation du gymnase du Complexe Grabinski.

Vous pouvez nous rencontrer aux horaires indiqués ci-après.

Mardi : 17 h à 21 h - Adulte

Mercredi : 17 h à 21 h - Jeunes et débutants

Jeudi : 17 h à 21 h - Adultes

**Co-présidents :** MAILLET Fabrice et PENICAUD Michaël  
Tél. :06 14 96 87 22 - 06 66 40 25 55

**Contact :** Martine LAUGIER - 06 10 94 93 25

**Mail :** archers\_jarlandins@orange.fr

**Site :** <http://club.sportsregions.fr/arc-jarlandin>



# JSE - LES ARCHERS DU SOLEIL

Aire de tir à l'arc de la halle couverte l'Espace José Escanez à Château-Arnoux  
Aire de tir à l'arc extérieure de l'Escale

Le club est affilié à 2 fédérations la FFTA et L'UFOLEP. Il propose la pratique du tir à l'arc et/ou de la sarbacane en loisir ou en compétition. Le tir à l'arc permet de développer la concentration, la précision du geste et, à apprendre le fonctionnement du corps dans l'espace.

La sarbacane permet de développer la concentration et la respiration. Accueil des jeunes à partir de 5 ans avec le créneau Baby Arc qui donne les bases du tir à l'arc mais sous forme ludique.

Le club propose 3 séances d'essai. Les entraînements se déroulent soit sur le terrain extérieur de l'Escale soit à l'aire de tir à l'arc de l'Espace José Escanez à Château-Arnoux le temps des travaux de rénovation du gymnase du Complexe Grabinski à Saint-Auban. Le club dispose aussi d'un parcours permanent. Il dispose de dirigeants formés et motivés dont 1 brevet d'état, 7 entraîneurs fédéraux, 8 arbitres. Cette saison, 2 archers ont remporté une médaille d'or et d'argent lors du national UFOLEP.

Vous pouvez nous rencontrer aux horaires indiqués ci-après.

Mardi : 17 h à 21 h - Adulte

Mercredi : 17 h à 21 h - Jeunes et débutants

Jeudi : 17 h à 21 h - Adultes

**Contacts :** Michel DOLEON - 06 15 17 96 89

Eric GALLIANO - 06 06 51 35 76

**Mail :** archersdusoleil@gmail.com

**Site :** <https://archers-du-soleil.sportsregions.fr/>



# SPORT AÉRIEN

## AÉROCLUB DE HAUTE-PROVENCE

### Aérodrome de Saint-Auban

L'Aéroclub de Haute-Provence situé sur la partie Est de l'aérodrome de Château Arnoux Saint Auban (coté usine ARKEMA) est à l'origine de ce « camp d'aviation ». Prenez les commandes d'un avion que vous soyez débutant ou initié.

L'ACHP est une association qui met ses avions à la disposition de ses membres. C'est aussi une école de pilotage qui, avec ses trois instructeurs, peut vous permettre de faire vos premiers pas... en l'air. Contrairement aux idées reçues, apprendre à piloter n'est pas un rêve inaccessible. Cela représente un coût non négligeable mais la formation est étalée dans le temps et chacun peut progresser à son rythme.

L'Aéroclub de Haute-Provence a des conventions avec plusieurs établissements scolaires dispensant les cours de BIA (Brevet d'initiation Aéronautique) permettant lors de l'obtention du brevet d'effectuer un vol d'initiation. Un vol en avion, pour une balade ou un vol découverte est une expérience unique et inoubliable que vous pouvez vivre en aéroclub. N'hésitez pas à venir nous voir lors d'une promenade sur l'aérodrome (veillez cependant à appliquer les mesures de sécurité liées aux activités aériennes annoncées sur les panneaux).

**Contact :** 04 92 62 66 09

**Mail :** achp04600@gmail.com

**Site internet :** <http://aeroclubhauteprovence.blogspot.fr/>



## CENTRE NATIONAL DE VOL A VOILE - CNVV



### Aérodrome de Saint-Auban

Le CNVV n'est pas qu'un centre pour le vol en planeur, il s'adresse aussi aux promeneurs, qu'ils soient sportifs ou non, seul ou en famille, vous pouvez effectuer un tour de la piste et admirer ce site protégé.

Toute l'année, venez profiter du parcours de santé autour de l'aérodrome, l'occasion pour vous de venir admirer nos planeurs et de la vue sur les Pénnins tout en pratiquant du sport.

Le CNVV Saint-Auban, vous accueille en juillet et août pour vous faire découvrir la Provence vue du ciel. Faites le plein de sensation forte grâce à nos vols découvertes.

Le CNVV c'est aussi les formations des futurs pilotes instructeurs et des futurs mécaniciens, accessibles à tout le monde novice ou expérimenté.

Le CNVV c'est 110 lits, 1 camping, des appartements 2 étoiles, des chambres Individuelles.

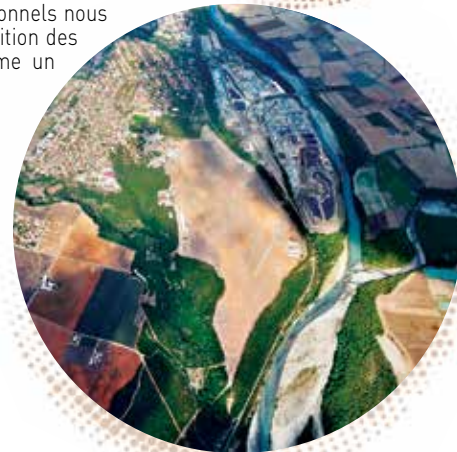
Et pour vos besoins professionnels nous mettons également à disposition des salles de formation et même un amphithéâtre !

N'hésitez plus !

**Contact :** 04 92 64 29 71

[info@cnvv.net](mailto:info@cnvv.net)

[www.cnvv.net](http://www.cnvv.net)



## AIR MODEL CLUB DE CHÂTEAU-ARNOUX

Sud-Est de l'aérodrome de Saint-Auban

Le Club permet à toutes et à tous de découvrir l'aéromodélisme dès 11 ans.

Nos appareils en double commande garantissent une progression rapide dans l'apprentissage du vol.

Notre association compte une trentaine de membres dont plusieurs instructeurs capables de vous accompagner dans la découverte de la discipline.

Ne pas hésiter à venir nous rencontrer sur notre site de vol au Sud-Est de l'aérodrome les samedis et dimanches matin de 9 h à 12 h.

**Samedi et dimanche** : 9h à 12 h (selon météo)

**Contact** : Christian VANDAMME - 06 75 33 66 75

**Mail** : christian.vandamme@free.fr



## LES AILES JARLANDINES

Aérodrome de Saint-Auban

Depuis 2015, affiliée à la FFPLUM, l'association permet à tous de goûter au vol en ULM : baptême, initiation, formation pilotage, brevet ULM (3 axes et/ou paramoteur). L'association compte aujourd'hui plus de 60 membres âgés de 15 à 77 ans qui pratiquent dans une ambiance conviviale. Devenir pilote ULM est un rêve accessible avec nos instructeurs. Anciens pilotes professionnels, ils vous prennent en charge et vous accompagnent jusqu'au brevet de pilote. Pour toute information complémentaire :

**Contacts** : Philippe AGOSTA - 06 09 55 15 23  
René FONTIN - 06 81 04 04 81

**Mail** : les.ailes.jarlandines@gmail.com

**Site web** : www.lesailesjarlandines.com



## SPORT NATURE



### ASSOCIATION SPORTS LOISIRS MOYENNE DURANCE

Château-Arnoux-Saint-Auban

L'association, forte de ses 150 adhérents est basée sur CHATEAU-ARNOUX SAINT-AUBAN.

Elle propose :

- En hiver du ski alpin, ski de fond, raquettes en fonction des conditions d'enneigement dans les stations du 04 & 05 ainsi qu'une semaine dans les massifs français.
- Au printemps et/ou automne, des sorties touristiques et/ou culturelles en France dans le (04 - 05 - 84 -13) ou à l'étranger. Pour l'année 2024, un voyage au Monténégro est prévu au mois d'octobre.
- Organisation de pique-niques et après-midi animés à destination des adhérents.

- Lundi : Randonnée pédestre sur la journée 500 m de dénivelé
- Jeudi : Randonnée pédestre sur la journée 700 m de dénivelé et plus
- Jeudi après-midi : Randonnée locale sans dénivelé autour de CASA

**Présidente** : Jeannette BLOT

**Téléphone** : 06.64.45.14.85

**Mail** : nanonette23@gmail.com

**Site** : aslmd.assoconnect.com



## DURANCE SKI DECOUVERTE

Château-Arnoux-Saint-Auban

Initiation au ski alpin et surf par des moniteurs fédéraux de la Fédération Française de Ski et accompagnateurs de club afin de pouvoir présenter du flocon à l'étoile de bronze pour le ski et du snow d'accueil au 2ème snow pour le surf à la fin de la saison par l'École de Ski Français de Chabanon. 63 licenciés, 8 dirigeants dont 9 moniteurs fédéraux, 8 accompagnateurs de club, 43 enfants aux samedis des neiges.

**Contact :** Jean-luc BONNET - 06 32 74 46 80

**Mail :** duranceskidecouverte@gmail.com

**Site internet :** www.dskid.fr

**Facebook :** Durance Ski Découverte



## MOTO CHIN GOUFFI

Château-Arnoux-Saint-Auban

Le moto club a plus de 40 ans d'existence, il a pour but :

- De réunir des passionnés du monde de la moto afin de partager leur expérience, autour de promenades, découvertes de région et paysages en France et à l'étranger
- De rencontrer d'autres clubs de différentes régions et ne manque pas d'arborer ses couleurs
- D'organiser des réunions régulières pour vivre ensemble la passion de la moto et améliorer l'image du motard Le moto club n'a aucune vocation sportive, il n'organise pas de compétitions

**Contact :** Eric SACOPOULOS : 06 68 30 97 01

**Site Internet :** <http://motoclub-chingouffi.e-monsite.com>

**Mail :** eric.sacopoulos@wanadoo.fr



## O4 PLONGÉE



Complexe aquatique des Eaux Chaudes à Digne-les-Bains

o4 Plongée, anciennement USCASA section subaquatique, est la première association de plongée du département des Alpes de haute Provence. Fondée en 1973, elle a permis à un grand nombre de personnes de découvrir et de pratiquer l'activité de la plongée loisir.

Ses activités sont menées selon les principes d'une sécurité maximale et d'un accès facilité à un large public. o4Plongée est un club qui bouge ! Avec des centaines de plongées chaque année, un entraînement hebdomadaire en piscine pendant les périodes scolaires au complexe aquatique Les Eaux Chaudes à Digne les Bains, des moniteurs bénévoles pour passer les niveaux, un prêt de matériel pour les débutants mais aussi des rencontres, des animations... bref tout ce qui fait que l'on a plaisir à se retrouver et à faire partager notre passion. o4Plongée, le plaisir est sous l'eau !

**Contacts :** Christian ROUX - 07 69 10 97 32

**Mail :** o4plongee@gmail.com

**Site internet :** o4plongee.fr

**Facebook :** o4 Plongée



## TRAIL LOISIRS CASA



Stade Grabinski à Saint-Auban  
Salle de gymnastique de l'Espace José Escanez  
Maison des Associations de la Culture et de la Jeunesse à Saint-Auban

Association multisports, Trail Loisirs CASA vous propose de la course à pied enfants et adultes, de l'Urban Training, et de la Marche Nordique, activités ouvertes à tous/toutes quel que soit votre niveau.

Les entraînements de Course à Pied sont essentiellement orientés Trail avec également des séances sur piste.

L'Urban Training alterne course à pied et renforcement musculaire en utilisant le mobilier urbain (banc, murets, trottoir, escaliers...).

La Marche Nordique est un sport d'endurance qui consiste à une marche accélérée avec des bâtons spécifiques et permet de faire travailler 80% des muscles du corps.

Deux cours d'essai gratuits vous permettront de découvrir ces activités.

### HORAIRES

Course à pied enfants 9-11 ans  
Course à pied enfants 12-15 ans  
Course à pied adultes (16 ans et plus)  
Urban Training (16 ans et plus)  
Marche Nordique

Mercredi 10h à 11h15  
Mercredi 14h à 15h15  
Mercredi 18h30 à 20h  
Lundi 18h30 à 20h  
Lundi 9h30 à 11h  
et/ou Vendredi 18h30 à 20h

### TARIFS

Enfants 9 à 15 ans : 80€/an

#### Adultes :

1 cours au choix : 120€/an  
2 cours au choix : 150€/an  
3 cours au choix ou plus : 170€/an

Les tarifs incluent les licences FSGT et le montant de l'adhésion à l'Association qui est de 10€.

Pour les enfants de 6 à 17 ans, vous pouvez bénéficier du « PASS'SPORT », allocation de rentrée sportive de 50€ par enfant ([www.sport.gouv.fr](http://www.sport.gouv.fr)).

Retrouvez-nous dans la rubrique GYMNASTIQUE, pour des activités Fitness.

Il est bien sûr possible de combiner les activités de ces deux rubriques.

Contact : 06 19 30 12 84

Mail : [trail.casa@gmail.com](mailto:trail.casa@gmail.com)

Facebook : Trail Loisirs CASA

## RANDURANCE

### Château-Arnoux Saint-Auban

Notre Association est 2 fois majeure, (est présente sur le carrefour depuis 36 ans) et quelques membres créateurs continuent à y œuvrer. En effet nous pouvons compter sur des accompagnateurs chevronnés et amoureux des espaces nature et/ou montagne. Les grands dénivelés n'impressionnent pas les participants dont l'âge s'échelonne de 45 à plus de 80 ans, mais, afin de satisfaire le plus grand nombre, deux niveaux de difficulté sont proposés le plus souvent possible ; ainsi les adhérents font le choix qui convient à leurs capacités.

Les sorties ont lieu en priorité le samedi à la journée, mais en cas d'intempérie, nous pouvons reporter au dimanche. Le lieu de rendez-vous est situé au parking du stade du Complexe Grabinski à Saint Auban. Chaque trimestre nous organisons un week-end qui permet de créer un émoulement entre marcheurs. Depuis peu, une rando bistrot est également programmée pour renforcer le côté convivial et plus festif. Toutefois, les séjours plus longs sont laissés aux agences spécialisées sur la question. En hiver les sorties en raquettes à neige, sont fonction de l'enneigement. Nous avons en projet l'organisation sur le territoire pour 2024, de la « fête de la rando », soutenue par notre Fédération, ce sera l'occasion pour les néophytes de venir s'exercer sur les chemins, nombreux et variés du carrefour Bléone-Durance.

Contact : Jackie GUILLOT - 06 67 85 05 24

Mail : [jackieguillot@live.fr](mailto:jackieguillot@live.fr)

Site : <https://alpes-hauteprovence.ffrandonnee.fr/html/3008/randuranceun-club>



Les Chandernettes

Les Marres  
Sommet 1600 m



# TOURISME

## OFFICE DE TOURISME VAL DE DURANCE

Ferme de Font-Robert à Château-Arnoux

Vous trouverez à l'Office de Tourisme et Base VTT du Val de Durance, un service de commercialisation de séjours tout compris VTT, toutes les éditions touristiques locales et départementales, l'agenda des manifestations, les cartes et topos de randonnées (VTT, pédestres, équestres), les cartes de courses d'orientation, un service de location VTT et VTT électrique (Qualité Tourisme), la billetterie du Théâtre Durance, les horaires de transports, accès WIFI gratuit.

### Horaires d'ouverture

**Du 01/04 au 30/06**

Lundi au vendredi : 9h à 12h et 14h à 18h et samedi matin : 9h à 12h

**Du 01/07 au 31/08**

Lundi au dimanche matin : 9h30 à 12h30 et 14h30 à 18h30

**Du 01/09 au 31/10**

Lundi au samedi matin : 9h à 12h et 14h à 18h

**Du 01/11 au 31/03**

Lundi au vendredi : 9h à 12h et 13h30 à 17h30

Ouvert tous les jours de l'année pour les locations VTT sur réservation uniquement pendant les heures d'ouverture.

**Contact** : 04 92 64 02 64

**Mail** : [info@valdedurance-tourisme.com](mailto:info@valdedurance-tourisme.com)

**Site** : [www.dignesbains-tourisme.com](http://www.dignesbains-tourisme.com)



## UNE NOUVELLE PISTE DE VTT LABELLISÉE



« Une nouvelle piste de VTT située derrière la colline Saint-Jean à Château-Arnoux a été inaugurée en mars 2024. Réalisée par Provence Alpes Agglomération et ses équipes très investies, elle offre désormais un véritable terrain d'entraînement cross et olympique labellisé par la fédération française de cyclisme.

Ce site est le 4<sup>ème</sup> aménagé sur le territoire français, le 1<sup>er</sup> à titre gratuit, à la grande satisfaction des professionnels et des amateurs, champions ou non.

**CHÂTEAU-ARNOUX SAINT-AUBAN** : Guide des associations 2024-2025

Directeur de la publication : René VILLARD

Ville de Château-Arnoux Saint-Auban

1 Rue Victorin Maurel, 04160 Château-Arnoux-Saint-Auban

Tous droits de reproduction réservés,  
sauf autorisation expresse du directeur de la publication

Photographies : © Mairie, © Freepik, © associations

Création et mise en page : M. PELLEGRINI [grafist]

Service communal en lien avec les associations

Impression : Imprimerie de Haute-Provence

Dépôt légal : juin 2024 - Ce numéro a été tiré à 3600 exemplaires

Le guide est imprimé sur du papier  
respectant la norme PEFC, avec encres végétales

# RETROSPECTIVE EN IMAGES DU FORUM 2023



Château-Arnoux-Saint-Auban



**Samedi 07 septembre 2024**  
**de 10H à 18h**

**Espace José ESCANEZ**

Tombola gratuite avec le ticket d'entrée  
2 baptêmes de l'air en planeur  
offerts par le Centre de Vol à Voile

Entrée gratuite - ouvert à tous  
Goûter offert aux enfants à 16h  
Tirage tombola à 17h

Promenade à poney offerte par la municipalité

Démonstrations sportives des associations  
Animations - Restauration - Buvette

Venez tester gratuitement le simulateur de  
vol prêté généreusement par le cnvv



*L'exercice,  
c'est la vie !*



AVANT



*Le gymnase Grabiniski entièrement rénové  
par la Commune sera occupé à nouveau  
pour des activités associatives  
à compter de septembre 2024*

APRÈS

