



Forum le 5 septembre 2026

Faites le plein d'énergie,
de passions et de
rencontres !



ANIMATION

COMITE DES FÊTES CASA	4
MAISON COMMUNE	4
MJC DE SAINT-AUBAN	4

CULTURE

ARTS PLASTIQUES

L'ENTRÉE DES ARTISTES	5
LES COULEURS DE SANDRINE	5

DANSE

CHATO LATINO	6
ELAN C'	6
LEI MANTENEIRE DI TRADICION	7

MUSIQUE

ATELIER DE MUSIQUES IMPROVISEES	7
ÉCOLE DE MUSIQUE ARLETTE VIAL	8
DEUX SI LA SOL & GO	8

LIEUX CULTURELS

ASSOCIATION LE CINEMATOGAPHE	9
THÉÂTRE DURANCE	9

ENVIRONNEMENT

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

CHASSE ET PÊCHE

SOCIÉTÉ DE CHASSE « LA DIANE »	11
CLUB POSEIDON	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
CRÈCHE LES PETITS PLUS	13

ASSOCIATION DE FORMATIONS ET DE SAUVETEURS	
JARLANDINS	14
SECOURS CATHOLIQUE	14
SEGOND CYCLES	14

SOCIO-CULTUREL

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

SPORT

ARTS MARTIAUX

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

BASKET-BALL

USCASA BASKET CLUB	19
--------------------------	----

BIEN ÊTRE

ASSOCIATION ÉQUILIBRE	19
ASSOCIATION PERSPECTIVES 04	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	22
---	----

GYMNASTIQUE

GV SPORTS CASA	22
TRAIL LOISIRS CASA	23

HANDBALL

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

MULTISPORT

ASSOCIATION SPORTIVE DU COLLEGE CAMILLE REYMOND	24
---	----

PÉTANQUE

USCASA PETANQUE & JEU PROVENÇAL	24
---------------------------------------	----

TENNIS/TENNIS DE TABLE / BADMINTON

TENNIS CLUB CASA	24
TENNIS DE TABLE - ATTCASA	25
CASA'BAD	25

TIR A L'ARC

1ÈRE COMPAGNIE DES ARCHERS JARLANDINS	25
JSE - LES ARCHERS DU SOLEIL	26

SPORT AÉRIEN

ÂÉROCLUB DE HAUTE-PROVENCE	27
AIR MODEL CLUB DE CHÂTEAU-ARNOUX	27
LES AILES JARLANDINES	28

SPORT NATURE

ASSOCIATION SPORTS LOISIRS MOYENNE DURANCE	28
DURANCE SKI DECOUVERTE	28
MOTO CLUB CHIN GOUFFI	28
04 PLONGÉE	29
TRAIL LOISIRS CASA	29
RANDURANCE	30

STRATEGIE ET COLLECTIONS

ASSOCIATION PLACOSMUSOPHILE VAL DE DURANCE	30
BRIDGE CLUB MOYENNE DURANCE	30
DURANCE ÉCHECS	31

TOURISME

OFFICE DE TOURISME VAL DE DURANCE	31
---	----

EDITO DU MAIRE



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

Les associations sont le moteur de notre commune.

Elles nous rassemblent, éveillent les curiosités, révèlent des talents et créent des liens entre les générations.

Grâce à l'engagement de leurs bénévoles, elles font vivre notre territoire tout au long de l'année.

Ces pages sont une invitation à franchir une porte, essayer une nouvelle activité, partager un savoir-faire ou à s'investir pour les autres. Chacun peut y trouver sa place, quels que soient son âge, ses envies ou ses centres d'intérêt.

Ce premier éditorial que j'ai le plaisir de préfacer en tant que maire est aussi l'occasion de saluer celles et ceux qui font battre le cœur de notre commune. Leur investissement, souvent discret mais toujours précieux, mérite toute notre reconnaissance.

Avec l'ensemble de l'équipe municipale, nous continuerons à accompagner et à soutenir cette formidable dynamique associative, en lui consacrant toute l'attention qu'elle mérite et toutes les ressources que notre commune pourra mobiliser.

Je vous souhaite une agréable lecture..., de belles découvertes et une association qui vous ressemble.

Le Maire,
1^{er} vice-président de Provence Alpes Agglomération
délégué à l'aménagement du Territoire, au SCOT
et au système d'information géographique.

Philippe BERTRAND

ANIMATION

COMITÉ DES FÊTES CASA

Château-Arnoux-Saint-Auban

Le bureau du comité des fêtes CASA se poursuit avec des bénévoles de toutes générations.

Les animations continuent sur notre commune avec la fête votive de château Arnoux :

Le vendredi 20 juin, feu d'artifice et soirée avec Dj Mathis.

Le samedi 21 juin, la fête de la musique sur château-Arnoux et Saint-Auban.

Le dimanche 22 juin, soirée dansante.

Pour fêter le 14 juillet, un grand feu d'artifice sera tiré au stade Grabinski suivi d'une soirée musicale sous les halles.

Cependant d'autres événements seront organisés tout au long de l'année.

Merci pour votre soutien et en espérant vous voir nombreux pour partager ses moments conviviaux et joyeux.

Contact : Virginie : 06.31.47.80.89

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.

Contact : Chloé Droulin 06.5672.26.57

Mail : maisoncommune@mailo.com

Adresse : 17 avenue balard 04600 Saint Auban

Facebook / Instagram : maisoncommune04



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 : 6-12 ans

- Local de répétitions.

Des projets pour et avec les jeunes : un lieu pour se retrouver, se rencontrer, monter des projets.

L'Espace Jeunes de la MJC propose des activités pour les adolescents de 11 à 17 ans le samedi après-midi de 14h à 18h et pendant les vacances scolaires que nous construisons ensemble tout au long de l'année". (plus d'accueil libre le samedi mais un programme défini)

Point Infos Jeunes :

- Un accueil gratuit, anonyme, personnalisé et sans rendez-vous
- Un lieu d'écoute et d'informations
- Un accompagnement aux projets individuels et collectifs

Contact : Chloé Droulin 07.67.29.57.21

Mail : mjccasa@gmail.com

Site internet : mjccasa.wixsite.com/mjccasa

Adresse : Route nationale 04600 Saint Auban

Facebook / Instagram : mjccasa



CULTURE

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, commerces de la commune, Le Cinématographe, communes environnantes, etc...

Contact : Lucy ROURE – 06 60 81 71 92
Jeannine Dethez : 06 62 12 07 22
Christian JULLIEN : 06 77 81 86 63
Mail : lucyroure@free.fr
Site : www.facebook.com/lentreedesartistes04



Martine HÉRISSON :
s'implique toujours
dans le monde vivant
en y apportant sa propre
création en employant
diverses techniques.



Anne Gaëlle,
nouvelle adhérente expose
au Cinématographe

LES COULEURS DE SANDRINE

Salle Vernay à Saint-Auban

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

Cet enseignement est dispensé par un artiste peintre et s'adapte au niveau de chacun(e) dans une ambiance simple, détendue et conviviale.

Les cours sont dispensés à la salle Vernay à Saint-Auban,
le jeudi : de 14h30 à 16h30

Contact présidente : Michèle ISOARD - 06 67 52 59 42
Trésorière : Dominique LANIECE

Sur la plage-Edward-Henry-Potthast



DANSE

CHATO LATINO

Maison des Associations à Saint-Auban

Association pour la découverte, la pratique, la promotion, le développement et propose des cours de danses latines (Salsa et Bachata). Ouvert à tout niveaux. Objectif de partage et convivialité !

Lundi : 19h30 - débutant 1^{er} et 2^{ème} année

Mardi : 19h - intermédiaire et confirmés

Contact : Philippe MEVOLHON - 06 31 25 43 17

Sandra LOYSEL - 06 33 67 29 39

Email : chato.latino04@gmail.com

Facebook : www.facebook.com/chatolatino04

Instagram : www.instagram.com/chatolatino.04



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) et Marie URIOT.
- 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 LEI MANTENEIRE est une association loi 1901 qui transmet la culture provençale par la musique et les chants traditionnels des Alpes de Haute Provence dans ses ateliers, des spectacles, des messes et des animations diverses. On chante en Provençal et en Français à l'unisson (Noud ne sommes pas une chorale) accompagnés par les musiciens (Galoubet et Tambourin, accordéon diatonique).

Le costume provençal n'est pas obligatoire.

Ateliers : Chant et musique Le vendredi de 17h30 à 21h Maison des Associations de la Culture et de la Jeunesse à Saint-Auban.

Contact CHANTS, MUSIQUE :

Jacques BAUDEQUIN - 06 21 06 73 18

Mail : manteneire.tradiciou@free.fr

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



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

Sites internet : www.atelier-de-musiques-improvisées.com

www.emim-online.fr

www.label-durance.com

Facebook: <https://www.facebook.com/pages/atelier-de-musiques-improvisées>
<https://www.facebook.com/pages/Label-Durance>



ÉCOLE DE MUSIQUE ARLETTE VIAL

Ecole de Musique de Saint-Auban (Paul Lapie)

Cet établissement artistique, situé à Saint Auban, est financé par Provence Alpes Agglomération et géré par les Cmr. Il a pour mission de permettre à tous de pouvoir pratiquer la musique à des tarifs attractifs.

11 professeurs dispensent chaque semaine des cours d'instruments tels que : L'accordéon diatonique, la batterie, la clarinette, la flûte à bec, la flûte traversière, la guitare, le piano, le saxophone, la trompette, le violon et le violoncelle.

L'école propose également de nombreux ensembles :

- Chorales (esthétiques variées), orchestres (tout niveau) et ensembles instrumentaux.
- Des ateliers "Musiques Actuelles" et "Technique Vocale" ont récemment vu le jour élargissant le panel de nos horizons musicaux.
- Des cours d'éveil sont mis en place pour accueillir les plus jeunes pour une entrée progressive dans la musique et un nouveau parcours découverte sera mis en place à la rentrée 2026 (chorale et instruments).

L'école est en collaboration avec diverses structures et associations culturelles locales telles que : Théâtre Durance, Compagnie Elan'C, Médiathèque Louis Joseph, Atelier de l'AMI, etc...

Pour toute information vous pouvez contacter :

Contact : Isabelle GUIGUES : 07 71 10 99 93

Adresse : 2 avenue du stade - 04160 Château-Arnoux Saint-Auban

Mail : edm.paa@escmr.asso.fr



DEUX SI LA SOL & CO

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).

Cette année nous avons eu le plaisir de voir les créations du groupe de musique LARSEN et du groupe de musique 72 (Seventy Two) au sein de l'association.

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.deuxsideuxla@gmail.com

Téléphone : 06 23 91 49 80

Facebook : Deux Si Deux La &co



CULTURE

LIEUX CULTURELS

LE CINEMATOGRAPHE

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
Vice-Président : Jean-Paul ENNA
Contact : Chantal SAMAT - 04 92 64 41 24
Mail : cinematographe.direction@orange.fr
Site internet : www.le-cinematographe.fr
Facebook : Le Cinématographe



THÉÂTRE DURANCE

Château-Arnoux-Saint-Auban

UN THÉÂTRE OUVERT À TOUS-TES

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 rencontres, des répétitions publiques ou des visites.

À noter, des représentations hors-les-murs (Les Échappées en septembre, octobre, mars et mai – dans les villes et villages du département, Les Escapades, des concerts gratuits et en plein air, les 17 et 19 juin 2027 – sur le plateau des Lauzières) mais aussi les audio-balades (gratuites, disponibles toute l'année sur notre site internet).

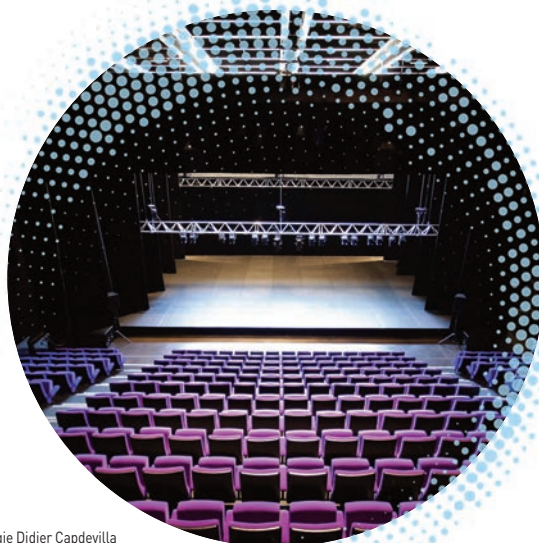
Le Théâtre Durance, Scène nationale, est un équipement remarquable qui abrite une salle de spectacle, une scène de répétition et un studio d'enregistrement. Ce qui en fait un outil atypique au cœur des Alpes de Haute-Provence.

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

Mail : info@theatredurance.fr

Site internet : www.theatredurance.fr

Facebook et Instagram : Théâtre Durance.



© Salle vue de la régie Didier Capdevilla

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 composition de notre CA a changé début 2026 et nous avons un nouveau Président. Membres du conseil d'administration : président Marc Linares, vice-présidente Lucy Roure, trésorière Gwenaëlle Guillemot-Rubinstein, trésorier adjoint Gérard Rei Rosa, secrétaire Brigitte Poupeney, secrétaire adjointe Elisabeth Laugier, Laurence Garcin, Marie-Christine Giacomoni, Manon Joly-Laugier, René Lemuet, Hervé Lobet, Daniel Lemuet, Henri Montel

Activités proposées : Pour sensibiliser à la connaissance et la protection de l'environnement, nous organisons et participons à des manifestations pour le grand public et les scolaires, des sorties nature, des animations pédagogiques, des soirées cinéma et des actions de plaidoyers auprès des décideurs.

Contacts : 06 79 72 44 54

Mail : lacistudeseecretariat@yahoo.com

Site internet : La Cistude Durance 04 - Accueil La Cistude

Adresse postale : Mairie de l'Escal 1 rue du professeur Arnaud 04160 L'Escal

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



Créée en 1911 c'est l'une des plus anciennes associations de la commune. Elle gère la pratique de la chasse par la régulation de la faune en maintenant l'équilibre agro-sylvo-cynégétique. mais aussi par la gestion de l'environnement. Plusieurs événements sont organisés au cours de l'année : Opération nature propre, Ball-Trap et Tir à la cible.

Jours de chasse : Durant la période d'ouverture, tous les jours sauf mercredi et vendredi. (La chasse en battue est signalée par des panneaux)

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

Mail : maurinmaero@gmail.com

CLUB POSEÏDON

Étangs Les Salettes à Château-Arnoux

Le Club Poséidon 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

L'Association a été créée en Septembre 2006. Vingt ans déjà pour préserver et promouvoir le passé car comme disait Victor Hugo « l'Avenir est une porte, le Passé en est la clé »



Premières fournées 2008

CASA a de nombreux trésors (dont 3 sont classés Monument Historique) tels que le four citoyen, le Château Renaissance, le monument pacifiste, la chapelle St Jean ... ainsi que l'église Jésus Ouvrier, l'ancien hôpital (Jardins de la cité), la stèle Amiante/Caper04 surplombant l'usine, le chalet Prouvé....

De plus, de par le dynamisme des adhérents et des membres du bureau, de nombreuses sorties sont proposées en tant que balades, visites intra et hors CASA, fête des pains dans le monde 2026, rencontre sur des thèmes variés.

N'hésitez pas à nous rejoindre pour partager mais aussi initier et innover.

Contact : Nathalie PELLESTORD - 06 32 14 12 51

Mail : patrimoinecasabureau@gmail.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 mercredi s 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

Depuis 2013, le Comité de Jumelage Le Lien fait vivre l'amitié entre la commune et la ville italienne de Caraglio, au cœur du Piémont. Au-delà des frontières, ce partenariat favorise les rencontres, les échanges culturels et la découverte des traditions de chacun.

Chaque visite, chaque événement et chaque projet partagé sont l'occasion de tisser des liens durables entre les habitants, dans un esprit de convivialité, de respect et d'ouverture sur l'Europe.

Le comité accueille avec plaisir toutes les personnes souhaitant participer à cette belle aventure humaine et contribuer au rayonnement de notre commune.

Présidente : Myriam TARDIEU ROCHAT
Mail : lelien04160@yahoo.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



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



CRÈCHE LES PETITS PLUS

Saint-Auban



La Crèche Les Petits Plus est une crèche associative, nous accueillons vos enfants de 2 1/2 mois à 3 ans révolus dans un environnement chaleureux, sécurisé et adapté à leurs besoins.

Nos locaux de plus de 300 m² sont conçus pour favoriser l'éveil, le jeu, la découverte et le développement de l'autonomie. Les enfants bénéficient également d'espaces extérieurs riches et variés :

- Un grand espace arboré
- Un préau pour les activités extérieures toute l'année
- Un petit bois avec parcours sensoriel

Un jardin potager pédagogique pour découvrir la nature et le vivant
Une équipe qualifiée au service de votre enfant

Notre équipe pluridisciplinaire et pluri professionnelle accompagne chaque enfant avec bienveillance et professionnalisme :

- Infirmière
- Educateur de Jeunes Enfants
- Auxiliaires de Puériculture
- CAP Accompagnant Éducatif Petite Enfance

Tous nos professionnels sont diplômés et bénéficient de formations régulières tout au long de l'année pour offrir un accompagnement de qualité en favorisant l'autonomie et le bien-être de vos enfants en toute sécurité.

Nos valeurs

- Bienveillance
- Respect du rythme de chaque enfant
- Accompagnement vers l'autonomie
- Eveil et découvertes au quotidien
- Sécurité physique et affective

Au Petits Plus : grandir, découvrir et s'épanouir ensemble.

Pour plus de renseignements :

Quartier Clubières, 04600 Château-Arnoux-Saint-Auban

Du lundi au vendredi, de 7h30 à 18h

Tél : 04 92 64 25 21

Mail : plus04@orange.fr



ASSOCIATION DE FORMATIONS ET DE SAUVETEURS SECOURISTES JARLANDINS

Château-Arnoux-Saint-Auban

L'AFSSJ dépend de la fédération française de sauveteurs secouristes et organise toutes les formations relatives au secourisme.

Le PSC (premiers secours civique) à partir de 10 ans et les formations destinées à devenir secouriste bénévole à partir de 16 ans.

Nous formons aussi au SST (sauveteurs secouristes du travail).

Le BNSSA (Brevet National de Sécurité et de Sauvetage aquatique) fait également partie de nos formations.

Nos bénévoles participent à des manifestations départementales et régionales culturelles, et d'animation (concerts, fêtes de terroir, triathlon, Trail de Haute Provence, courses cyclistes, bol d'or).

Contact : Anne Marie RENNESON - 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 Méas, Montfort, Peyruis, Sourribes, Volonne. Nos actions : Accueil convivial et accompagnement fraternel.

Jeu 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



SOCIO-CULTUREL

CENTRE SOCIOCULTUREL «LA MARELLE»

15A, rue Sainte-Claire DEVILLE à Château-Arnoux 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 seniors : 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

Site internet : 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 Jeunesse Europe (ERASMUS) - Labellisée (Vacances Apprenantes). Labellisation AVE National VACAF.

Organisation de séjours de vacances pour enfants et adolescents de 8 à 21 ans, dans notre centre de Chauffayer (05). Mise à disposition du centre pour des groupes (Familles, randonneurs, clubs sportifs, stages divers...etc).

Contact : Noël LINARES – 06 09 07 45 94

Mail : contact@joieetsoleil.com

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

Accompagnement social : une intervenante sociale est à votre écoute pour vous accompagner dans vos démarches (sur Rendez-vous), permanence le mercredi 10h-12h Accueil de jour : mardi et jeudi matin (Douche, machine à laver)

PCB : Point Conseil Budget sur Rendez vous, permanence : lundi 10h-12h

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 : Bertrand BIDAULT - 06.08.47.87.22

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

Mail : aikidoclub.casa04@gmail.com

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

Facebook : Aïkido 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

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



SPARTA KRAV-MAGA URBAN FIGHT 04

Gymnase GRABINSKI

L'association Sparta Krav Maga Urban Fight 04, ouverte depuis 2012, vous propose des cours de self-défense, de combat et de combat rapproché. Que vous soyez débutant, membre des forces de l'ordre, militaire ou simplement curieux, vous apprendrez à faire face à des situations dangereuses, à éviter le conflit et à vous défendre efficacement, même contre plusieurs types d'attaques ou d'armes. Nos cours sont accessibles à tous et se déroulent dans une ambiance sérieuse et conviviale, où l'on apprend à se défendre dans la bonne humeur et le respect de chacun.

Club Sparta Krav-Maga Urban Fight 04, au gymnase Grabinski à Saint-Auban, tous les lundis et mercredis de 19h à 20h30. Pour le Krav-Maga et le lundi de 18h à 19h pour le renforcement musculaire.

Contact : Arnaubec Jonathan, Président et instructeur

Tél. 06.50.96.57.58

Mail : Spartakravmaga04@hotmail.com

Site internet : <https://www.facebook.com/share/1BQeTyAEJX/>



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.

BUSHIDO KARATÉ CLUB

Complexe des Lauzières à Château-Arnoux

Pratique du Karaté traditionnel et moins traditionnel, pratique de la self défense, tonfa, sai et nunchaku. Cours dispensés dans une très bonne ambiance, où l'on apprend sérieusement sans se prendre au sérieux.

Les cours ont lieu les lundis et vendredis de 18h30 à 20h à la salle de gym du complexe des Lauzières.

Contacts : LESQUERRE Thierry, 06 28 63 68 47
Mail : thierry.lesquerre@wanadoo.fr



USCASA KARATE

Dojo Charley Khalifa à Château-Arnoux

Depuis 2000, style shotokan. Affilié à la FFKDA, seule fédération reconnue en France, notre club garantit un encadrement sérieux avec des professeurs diplômés d'État (DEJEPS, BEES, DAF). ARBITRES, EXAMINATEURS des passages de grades.

Des résultats nous ont portés pendant toutes ces années :

- En traditionnel avec un grand nombre de validations de grades tout niveaux.
- En sportifs (ceux qui choisissent de participer) obtention des podiums compétitions nationales, régionales, départementales en individuels et en équipes.



Château-Arnoux, (Dojo Charley Khalifa), Volonne (Dojo Marc Vachier). Les Cours se font les mardis, jeudis et/ou samedis (selon les âges et niveaux) : enfants, ados, adultes (certains adhérents sont avec nous depuis le début).

Dans notre club, nous nous attachons au respect de l'art martial avant tout, du sport et de l'école de vie qu'apporte le karaté, sans oublier la convivialité qui nous anime et fait partie de l'état d'esprit de notre pratique.

Contact : Jean-Louis et Nadine LEONE - 06 50 03 88 90 - 06 98 33 77 05
Mail : u.s.casakarate@gmail.com



SOCHIN KARATE DO ACADEMY

Maison des associations à Saint-Auban

Sochin Karate Do Academy est un club de karaté mêlant pratique traditionnelle, karaté contact et défense. Il propose des cours pour enfants à partir de 8/9 ans ainsi que pour adolescents/adultes, avec un accent particulier sur le contact et le self défense. Les entrainements ont lieu le lundi à Saint-Auban de 18 à 19h30 et le jeudi à L'escalade de 17h30-20h30.

D'autres créneaux peuvent s'ajouter sur la saison 2025/2026.

Rejoignez nous pour développer discipline, confiance et maîtrise de soi dans une ambiance conviviale de travail.

Renseignement :

Contact: Mr GABRIELE Didier
(instructeur diplômé bénévole, ceinture noire ffdka et Wukf)

Téléphone : 06 19 38 78 66

Facebook: sochin karate do academy



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.

Jeudi : 17h30 à 18h30 - Enfants jusqu'à 13 ans avec Silya CHEMANI

Jeudi : 18h30 à 20h00 - Ados et adultes avec Jean-Michel AUBERT

Essai gratuit le 09 septembre de 10 h à 17 h lors du Forum des 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>



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 hebdomadaires. L'objectif est de développer la discipline et l'ambiance du club. Toutes les informations 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

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



EN SOMMEIL

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 - 06 69 08 11 01

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.

L'association Perspectives04 proposera encore 3 cours hebdomadaires au complexe José Escanez à la rentrée 2026.

Le mardi 9h30-10h30 ou 10h45-11h45

Le jeudi de 10h30 à 11h30

Un atelier par mois le samedi 10h-12h ou 14h-16h

Contacts : Christine PAYAN - 06 63 31 42 98

Mail : chris.payan04@gmail.com



STRETCHING POSTURAL®

NOUVELLE SECTION CRÉE PAR LE VELO CLUB MOYENNE DURANCE

Salle Voûtée et salle de danse Ferme de Font-Robert à château Arnoux
Maison des Associations à Saint-Auban

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.

Pour la rentrée 2026-2027 les cours débuteront le mercredi 16 et le vendredi 18 septembre : ce 1^{er} cours de septembre sera un cours d'essai, gratuit !

NB : les séances partiront pour 6 personnes minimum inscrites pour l'année (20 séances min). Les cours ont lieu à la ferme de Font Robert les vendredis matin et à la salle du boulodrome de chateau-Arnoux pour les mercredis soirs.

Les mercredis soirs de 17h à 18h et 18h30-19h30, s'il y a suffisamment de participants : sinon il y aura 1 créneau de 18h à 19h15)

Les vendredis matins de 10h à 11h15

Remarque : si vous êtes intéressé pour vous réinscrire ou pour essayer le 16 et 18/09/2026

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

Mail : annesalamandre@gmail.com

Site internet : www.salamandre-escalade.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 60, il est basé à Château-Arnoux-Saint-Auban. Depuis 2023, l'USCASA Cyclo VTT est une association collégiale avec des référents de sections et de gestion. Notre club est composé de routier (cyclos) et de vététistes VTT et VTT VAE. Des groupes de niveaux sont formés afin que chacun puisse pédaler en fonction de ses capacités physiques. Nous disposons d'une école VTT pour enfant de 8 à 13 ans. Ils sont accompagnés par des cadres fédéraux et adultes expérimentés

Les Cyclos :

- 1) Sorties les lundis, mercredis et samedis.
- 2) Ils partent les samedis, de la place Péchiney à St Auban. Les horaires de départs sont variables, en fonction de la saison et de la météo. Des sorties hors département sont régulièrement organisées, dans le but de découvrir d'autres territoires.
- 3) Les lundis et mercredis, les départs se font d'un des villages du carrefour



Les VTT VAE

Sorties les Lundis, mercredis et vendredi. Les horaires le matin ou l'après midi en fonction de la saison.

VTT musculaire:

Mise en place depuis 1 an, Sortie le samedi après midi ou sur toute la journée sur l'extérieur du carrefour.

L'école VTT :

Sorties le mercredi (hors vacances scolaires) départ 14h00 des 2 ponts à Château Arnoux ou champs de bosses à Saint Auban.

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

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

Contact : Sacopoulos Eric 06 68 30 97 01

ARGANT Philippe

Mail : uscasacyclovt04@gmail.com

Site internet : www.uscasacyclovt.fr

ESCALADE

CLUB ESCALADE JARLANDIN

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



Le Club d'Escalade Jarlandin propose la pratique de l'escalade, encadrée par des moniteurs ou en entraînement libre, en salle ou en extérieur selon la saison, pour tous les 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 le moniteur au moment de la confirmation d'inscription.

Pratique libre Adultes (entraînement adultes autonomes- non encadrés) - Lundi 18h30-20h30, mardi, jeudi, 19h - 21h. Cours Adultes (cours débutants adultes encadrés par initiateur fédéral) -Mardi 19h-21h Cours Enfants, Ados et Adultes (cours encadrés par un moniteur DE) :

? Enfants 5 à 10 ans : Mercredi matin - entre 9h et 12h30.

? Enfants 9 à 14 ans : Mercredi après-midi - entre 13h et 19h30.

? Enfants 9 à 14 ans : Vendredi 17h30-19h

? Adultes : Vendredi 19h-21h

? Cours et accompagnement pour la compétition pour les jeunes.

Attention : Les indications d'âge et d'horaires peuvent évoluer en fonction du nombre d'inscriptions. Les créneaux exacts seront communiqués une fois les inscriptions clôturées.

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>

Inscriptions : <https://www.helloasso.com/associations/club-escalade-jarlandin/adhesions/inscription-2026-2027>

ESCRIME

USCASA ESCRIME

Salle du sous-sol de l'Ecole 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.

Jeudi : 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



FOOTBALL

ENTENTE SPORTIVE MOYENNE DURANCE - ESMD

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 BOUISO - 06 48 09 01 60

Mail : 550584@lmedfoot.fr et également la page Facebook du club.



GYMNASTIQUE

GV SPORTS CASA

Gymnase Grabinski à Saint-Auban
Salle de danse de la MJC

Ouverture d'un nouveau cours et nouveaux tarifs très attractifs, rendez vous au forum pour en parler ensemble et nous rejoindre.

GV Sports CASA vous propose 6 cours par semaine dans la magnifique salle rénovée de Grabinski et à la salle de danse de la MJC de Saint-Auban. Nous vous proposons des activités qui développent des qualités d'endurance de renforcement musculaire, de souplesse, de tonicité, d'expression corporelle et d'équilibration.

Venez bouger avec nous, à la salle Grabinski :

- **Pilates** : lundi de 9h à 10h. Retrouver un équilibre grâce à la respiration, pour un contrôle parfait du corps et de l'esprit.
- **Cardio-Renforcement musculaire** : Mardi de 9h à 10h. Échauffement cardio en musique, renforcement musculaire abdos-fessiers au sol.
- **Gym chorégraphiée** : Vendredi de 9h à 10h. Apprendre les enchaînements de pas pour maîtriser les chorégraphies des danses en ligne: kuduro, country..(cardio, latéralité..).

Venez prendre soin de vous autrement à la salle de danse de la MJC

- **Équilibre et vitesse de réaction** : Lundi de 10h30 à 11h30. S'adresse à tous les publics. Ateliers avec des jeux d'équilibres.
- **Équilibre et vitesse de réaction** : Mardi de 10h30 à 11h30.
- **Gym douce** : Jeudi de 15h30 à 16h30. Adaptée aux possibilités des adhérents.

Rendez-vous au Forum, nous aurons des surprises pour la nouvelle saison 2025/2026.

Contact : POURCHIER Marie - France-06 85 57 61 59

Mail : gvsportscasa@gmail.com

Facebook : GVsports CASA Grabin



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 ANNUELS

Fitness Form Mardi 18h15 à 19h15 – Maison des Associations

Sport Fit Jeudi 18h30 à 19h30 – Gymnase Grabinski

1 séance par semaine : 120€/an

2 séances par semaine : 150€/an

3 séances ou plus par semaine : 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 après 17h00

Mail : trail.casa@gmail.com

Internet : www.trailloisirscasa.com

Facebook : Trail Loisirs CASA

Instagram : Trailloisirscasa



TRAILLOISIRSCASA



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 mercredi 16h30-17h30

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.

Création d'une section hand fauteuil (créneaux à définir)

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.

Contacts : Président : Patrick Charreteur 06 65 29 25 91

Vice-Présidents : Manuel Copete 06 51 35 77 38

Josette Rabanin 06 33 94 97 58

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 mûlée, stages pendant les vacances scolaires). Le Club dispose d'un club-house et de 4 terrains en dur dont 3 avec éclairage.

Planning indicatif (sur réserve des effectifs)

Lundi au Vendredi : 17h - 21h30

Mercredi : 9h-12h école de tennis

Samedi 9h30-11h30 cardio tennis

Contact :

Co-présidents : Paul Bosson 06 76 50 09 97

Claire Villegas 06 79 05 83 56

Steven VOWLES - coach DE - 06 25 00 39 49

Mail : tccasa@orange

Facebook : TCCASA



TENNIS CLUB
CHÂTEAU ARNOUX ST-AUBAN



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 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.

Créneaux par semaine :

Mardi de 21h à 23h (jeu libre)

Mercredi de 20h à 23h

20h à 21h30 : entraînement tous niveaux (compétiteurs et loisir)

21h30 à 23h : jeu libre

Jeudi : créneau d'entraînement réservé aux compétiteurs Samedi de 10h à 13h (jeu libre)

Contact : 06 20 78 91 21
Mail : contact.casabad@gmail.com
Instagram : casabad_04
Site web : www.casabad.fr

TIR A L'ARC

1^{ÈRE} 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^{ère} Cie des Archers Jarlandins est agréée par la Fédération Française de Tir à l'Arc (FFTA) Labellisé ESPOIR. 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.

LES CRÉNEAUX :

Mardi après midi : grabinski de 14h30 à 16h30 (libre, avec matériel)

Mardi : boulodrome de 17h30 à 19h30 (loisirs, compétiteurs)

Mercredi : grabinski de 17h à 19h (jeunes)

Jeudi : boulodrome de 17h30 à 19h30 (débutants)

Vendredi : grabinski de 19h à 21h (compétiteurs)

Samedi : grabinski de 14h à 17h (libres, compétiteurs)

Le club des Archers Jarlandins disposent en permanence d'un parcours de 24 cibles

Un terrain cibles avec buttes de tir à : 10 à 70m

2 gymnases équipés avec créneaux horaires distance maxi 40m.

Terrain extérieur fita ouvert en permanence aux membres adultes du club.

Un jeu d'arc (Beursault)

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

Mail : archersjarlandins@gmail.com

Site : <https://arc-jarlandin.sportsregions.fr/>

Facebook et Instagram : ARCHERS JARLANDINS

JSE - LES ARCHERS DU SOLEIL

Halle couverte Espace Jose Escanez à Château-Arnoux
Gymnase Grabinski à Saint-Auban
Terrain extérieur Pas de tir Marie France RUIU à L'Escale
Parcours permanent à L'Escale

Le club est affilié à 2 fédérations, la FFTA et l'UFOLEP et propose du tir à l'arc et de la sarbacane. L'association compte 1 brevet d'état, 3 entraîneurs fédéraux, 7 arbitres

L'école de tir (Labelisé OR par l'UFOLEP) est ouverte aux jeunes à partir de 8 ans. Ils ont le choix entre une pratique loisir et/ou compétitive. 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 section Baby Arc (5 - 8 ans) permet de découvrir le tir à l'arc sous forme de jeux ludiques

La sarbacane permet de développer la concentration et la respiration
Possibilité de la pratiquer à partir de 8 ans

Le club propose 2 séances d'essais pour les nouveaux venus (prêt de matériel pendant les séances). A l'issue de cette période, l'archer ou le sarbatin est invité à prendre sa licence et faire son adhésion en ligne.

Les entraînements se déroulent lorsque le temps le permet, en extérieur à l'Escale (au bord du canal EDF en face du garage Citroën), au gymnase Grabinski à Saint-Auban ou à la halle couverte de l'Espace José Escanez à Château-Arnoux.

L'association a organisé les 05 et 06 juillet 2025, sur la commune de Château-Arnoux, le 20^{ème} Rassemblement National Jeunes de tir à l'arc & le 13^{ème} Rassemblement National Sarbacane.

Vous pouvez nous rencontrer aux horaires suivantes :

Lundi (Espace José Escanez) :

- 17h30 à 20h00 (débutants)
- 20h00 à 22h00 (confirmés)

Mercredi (Gymnase Grabinski) :

- 14h00 à 16h00 (jeunes)

Vendredi (Espace José Escanez) :

- 17h30 à 20h00 (débutants et confirmés)
- 20h00 à 22h00 (tir instinctif)

Vendredi (Gymnase Grabinski) :

- 17h00 à 19h00

Samedi (Espace José Escanez) :

- 9h00 à 11h00 (débutants et confirmés) / - 11h00 à 12h00 (Baby Arc)

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/>

Whatsapp : club archers du soleil (pour la com interne entre les adhérents).

Facebook : archersdusoleil "JSE".



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/>



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, (Fédération française d'ULM) l'association permet à tous de goûter au vol en ULM : initiation, formation pilotage, brevet ULM 3 axes. L'association compte aujourd'hui plus de 50 membres âgés de 15 à 77 ans qui pratiquent l'activité aéronautique 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 Sports Loisirs de la Moyenne Durance est basée à Château Arnoux Saint Auban. Elle compte aujourd'hui 164 adhérents avec des sorties à la journée le lundi avec un dénivelé jusqu'à 500m et le jeudi avec un dénivelé au dessus de 500m pour les sportifs, aussi une sortie en demi journée soit l'après-midi soit le matin avec un dénivelé qui ne dépasse pas les 200m pour les personnes qui ne font plus les randonnées à la journée.

Nous proposons en hiver : du ski de piste et des raquettes en fonction de l'enneigement dans les stations du 04 et 05.

L' Association propose des randonnées :

- les lundi pour la journée avec un dénivelé de 500m.
- Les jeudi des randonnées de 700 m et plus à la journée.
- Les jeudi après midi des randonnées avec peu de dénivelés pour permettre à tous de marcher autour de CASA.

Voici le programme :

Septembre assemblée générale et le Forum.

Octobre croisière en Méditerranée.

Novembre le Beaujolais nouveau.

Décembre le repas de Noël au restaurant.

Janvier et février réservé aux sorties "neige" mais le manque de neige et de participants nous a incités à faire des randonnées et la galette des rois.

Mars une semaine à Serre Chevalier aux skis et raquettes.

Avril journée de la randonnée avec Randurance et la visite du Camp de déportations aux Milles.

Juin paella champêtre pour clôturer la saison.

En projet pour octobre 2026, une semaine en Crête.

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 et accompagnateurs de club de la Fédération Française de Ski, afin de pouvoir présenter du flocon à la 3^{ème} étoile pour le ski et du snowboard "Goomi rider" au snowboard "Izzi rider" pour le surf, à la fin de la saison par l'Ecole de Ski Français de Chabanon.

64 licenciés, 10 dirigeants dont 7 moniteurs fédéraux et 6 accompagnateurs de club.

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

Mail : duranceskidecouverte@gmail.com

Site internet : en reconstruction

Facebook : Durance Ski Découverte



MOTO CHIN GOUFFI

Château-Arnoux-Saint-Auban

Le moto club a plus de 40 ans d'existence, ia 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

AAssociation multisports, Trail Loisirs CASA propose de la course à pied, 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 ur-bain (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 ET TARIFS ANNUELS

Course à pied Mercredi 18h30 à 20h

Urban Training Lundi 18h30 à 20h

Marche Nordique Lundi 9h30 à 11h et/ou Vendredi 18h30 à 20h

1 séance par semaine : 120€/an

2 séances par semaine : 150€/an

3 séances ou plus par semaine : 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 GYMNASTIQUE, pour des activités Fitness.

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

Contact : 06.19.30.12.84 après 17h00

Mail : trail.casa@gmail.com

Internet : www.trailloisircasa.com

Facebook : Trail Loisirs CASA

Instagram : Trailloisircasa



TRAILLOISIRCASA

RANDURANCE

Château-Arnoux Saint-Auban

L'association RANDURANCE de randonnée pédestre affiliée à la Fédération Française de Randonnée, continue à proposer chaque samedi des randonnées dans le département et départements limitrophes. Un calendrier est programmé chaque trimestre, et les amateurs ont à cœur de diversifier les terrains et les niveaux de difficultés pour que chacun y trouve son plaisir. Le point de départ reste devant l'entrée du stade Grabinski à Saint-Auban.

Des week-ends sont proposés une à deux fois par an, ainsi qu'une randonnée commune avec un club du département. La fin de saison est toujours propice à une randonnée/bistrot. Nous nous associons également avec plaisir aux diverses manifestations proposées par d'autres associations, comme Handicap Evasion par exemple.

Pour permettre à tout public de pratiquer la marche, une section randonnée douce hebdomadaire (les mardis) à vu le jour depuis un an, encadrée par des animateurs ayant reçu une formation adéquate.

la composition du bureau

- Michel BERBECHE Président
- Francisco CAYUELA Vice-Président
- Sylvie BERBECHE Trésorière
- Elisabeth ARMENGOL Trésorière-adjointe
- Serena CAYUELA Secrétaire
- Alain JOSEPHINE Secrétaire

Nos acti vités

- une randonnée les samedis (en journée) de Septembre à Juillet
- une randonnée les mardis (en demi-journée) de Septembre à Juin
- notre manifestation "le Printemps de la Randonnée pédestre " que nous espérons reconduire en Avril

Lien pour infos sur la vie du club : randuranceblogspot.fr
Mail de l'association : Randurance04@gmail.com



STRATÉGIES ET COLLECTIONS

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

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.

Mardi 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



DURANCE ÉCHECS

Château-Arnoux-Saint-Auban

Que ce soit avec un objectif de loisir ou de compétition, le club Durance Échecs vous accueille tous les lundis pour les enfants et les adultes débutants, de 18h à 20h pour découvrir les échecs à travers de cours pratiques et des parties pédagogiques. Mais aussi les mercredis pour les adultes débutants et confirmés à partir de 20h45 pour jouer et mettre en pratique ces nouvelles connaissances.

Lundi : 18h à 20h, Maison des associations 1^{er} étage

Mercredi : 20h45 à 00h00, Maison des associations 1^{er} étage..

Contact : Jean-Marc Chich 06 89 69 00 87

Mail : fred.royer52@gmail.com

Facebook : Durance Echecs



CHÂTEAU-ARNOUX SAINT-AUBAN : Guide des associations 2026-2027

Directeur de la publication : Philippe BERTRAND

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

Couverture : Elisabeth MARTELET

Service communal en lien avec les associations

Création et mise en page : M. PELLEGRINI

Impression : Imprimerie de Haute-Provence

Dépôt légal : août 2026 - Ce numéro a été tiré à 3600 exemplaires

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

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, 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, la billetterie du Théâtre Durance, et d'autres associations, la vente des cartes de pêche, les horaires de transports, un accès WIFI gratuit, une borne gratuite de lavage VTT...



Horaires d'ouverture

Du 01/04 au 30/06

Lundi au vendredi : 9h à 12h30 et 14h à 17h30 et samedi matin : 9h à 12h30

Du 01/07 au 31/08

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

Du 01/09 au 31/10

Lundi au vendredi : 9h à 12h30 et 14h à 18h

Samedi matin : 9h à 12h30

Du 01/11 au 31/03

Lundi au vendredi : 9h à 12h30 et 14h à 17h30

Contact : 04 92 64 02 64

Mail : info@valdedurance-tourisme.com

Site : www.dignelesbains-tourisme.com





FORUM DES ASSOCIATIONS

DE CHÂTEAU-ARNOUX
SAINT AUBAN



2 BAPTÊMES DE L'AIR EN PLANEUR
OFFERTS PAR LE CENTRE NATIONAL
DE VOL EN PLANEUR



TOMBOLA GRATUITE
AVEC LE TICKET D'ENTRÉE



GOÛTER OFFERT
PAR LA MUNICIPALITÉ AUX ENFANTS À 16H



TIRAGE DE LA TOMBOLA À 17H



PROMENADE À PONEY
OFFERTE PAR LA MUNICIPALITÉ



DÉMONSTRATIONS DIVERSES



ANIMATIONS • RESTAURATION • BUvette

RENDEZ-VOUS POUR UNE JOURNÉE
CONVIVIALE ET FESTIVE !