

CARNET DES ASSOCIATIONS 2023 / 2024



SPORT, CULTURE, NATURE,
JEUNESSE, LOISIRS, SOLIDARITÉ,
VIE SOCIALE

DANSE

CONTRE TEMPS DANSE

L'association propose des activités dès 4 ans en danse Moderne, Jazz, et Hip-Hop.

Elle organise également durant les vacances scolaires des stages multi-activités pour les 7/14 ans.

Contactez Mme Barbara Chopin.

06 21 71 05 74

contact@contre-temps-danse.com



MÉTISSE TA VIE

Nos danses sont majoritairement d'influence africaine et latine.

Elles permettent l'évasion, l'évacuation du stress, un travail de séduction sur soi tout en brûlant des calories et tout cela avec le sourire.

Alors, quelle que soit votre motivation, votre âge, votre milieu ou votre couleur de peau, n'hésitez plus, venez partager nos rythmes.

Contactez Mme Fatima Mande.

06 50 26 10 26

metissetavie@gmail.com



SPORTS

AS COUDOUX FOOTBALL

La pratique du football est accessible à toutes et à tous : Filles, garçons, femmes, hommes. Quel que soit votre niveau, vous apprécierez l'encadrement de nos éducateurs, la qualité du terrain, et l'ambiance très conviviale qui règne toute l'année au stade Jean Lacreusette.

Contactez M. Marcos Alvarez.

06 60 42 50 92

ascoudoux@gmail.com

www.ascoudoux.wixsite.com/monsite



BASSE VALLÉE DE L'ARC BASKET CLUB

Contactez M. Rémi Delacourt.

06 29 58 22 53

ndelacourt@sfr.fr



ROGNAC VELAUX COUDOUX HANDBALL (RVCH)

Le RVCH est un club de handball de plus de 30 ans qui ne compte pas moins de 200 licenciés. Sa volonté est de faire jouer et progresser ses licenciés afin qu'ils évoluent à leur meilleur niveau. Constitué d'autant d'équipes féminines que masculines, les joueurs sont formés et encadrés par des professionnels depuis leur plus jeune âge. Le bureau est constitué d'une équipe de passionnés, bénévoles cherchant à transmettre ses valeurs de partage, de jeu, d'engagement et de camaraderie.

Contactez M. Pascal Faggiani.

6313026@ffhandball.net



CLUB HIPPIQUE DE VELAUX

Association à but non lucratif proposant des cours de poneys et chevaux pour enfants à partir de 5 ans, du débutant au confirmé.

Différents types de pensions.

Activités et manifestations dominicales régulièrement proposées.

04 42 74 28 41

club-hippique-velaux@orange.fr

www.clubhippiquevelaux.fr



COUDOUX OLYMPIQUE

Deux rendez-vous hebdomadaires pour pratiquer la course à pied en groupe : le mardi à 19h et le samedi à 9h. Participation à des courses locales durant l'année, organisation de la course du Berger.

Séances de PPG (Préparation Physique Générale) avec un coach.

Contactez Frédéric Martino-Gauchi.

06 67 55 45 57

coudoux.olympique2020@gmail.com



CVF VOLLEY BALL

Le but de l'association est la pratique du volley-ball dès 3 ans en loisir et en compétition.

FFVB : Section jeunes : babies : 3-5 ans /

École de volley jusqu'à 12 ans puis section jeunes de 13 à 18 ans.

Section Adultes : seniors filles en compétition FFVB niveau Régional et National 3, loisirs : Mixte tournoi 4x4, volley santé : Fit et Soft volley mixte

UFOLEP : Section Adultes seniors filles 4X4 DIV 2, seniors garçons 6X6 DIV 1, mixte 6x6 DIV 5.

Contactez M. Frédéric Untereiner.

06 21 40 50 75

frederic.untereiner@cvf-volleyball.fr

www.cvf-volleyball.fr



CVF
Coudoux Velaux La Fare
Volley-Ball

CYCLO CLUB DE COUDOUX

Pratique du vélo 3 fois par semaine, en 2 groupes permettant de répondre aux capacités physiques de chaque membre. De nombreuses sorties hors département sont également organisées.

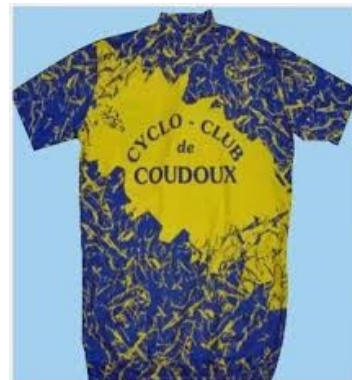
Événement phare : concentration de la St Michel dans le cadre de la fête de notre village

Contacteur M. Jean-Pierre Vaudry.

06 80 42 22 37

jeanpierre.vaudry@wanadoo.fr

www.cc.coudoux.ffct.org



LA BOULE DOUCE

Activité de boules (pétanque + jeu provençal) qui se déroule deux fois par semaine et jours fériés.

Concours officiel en cours d'année, challenge lors de la fête votive de la Saint-Michel.

Contacteur M. Aimé Benoit.

06 18 59 36 63

d.galvez@yahoo.fr



La Boule Douce

LE PHÉNIX ET L'OLIVIER

Pratique de disciplines ancestrales chinoises axées le mardi sur le self défense, et le jeudi sur le soin et l'entretien du corps.

Contacteur M. Mickaël Debret

06 45 72 46 68

mic.debret@wanadoo.fr

www.wushu-coudoux.fr



TOUS ENSEMBLE SPORTING CLUB

L'association a pour but d'organiser des rencontres et des activités entre valides et handicapés, essentiellement au gymnase Patrice Centaro.

Elle mène des actions de sensibilisation du public en animant dans les écoles primaires du territoire et auprès des collégiens des séances d'initiation au handfauteuil et en organisant des journées grand public de découverte des sports adaptés.

Contactez Mme Émilie Bidal, Présidente.

06 25 13 78 75

hand.tesc@gmail.com



OLI RIDE COUDOUX BMX

Initiation et perfectionnement des techniques de passage de bosses en BMX de Race et Dirt.

Contactez Philippe Ballongue.

06 11 54 70 95

ballonguephilippe@gmail.com



SPORTS 13

Pour tous les publics, pour tous les goûts, Sports13 s'efforce depuis toujours à proposer des activités sportives ludiques qui permettent de se maintenir en forme toute la saison.

Dès 3 ans, compétition de badminton.

Contactez M. Romain Bataller.

06 22 14 07 26

contact@sports13.fr

sports13bad@gmail.com

www.sports13.fr



TENNIS CLUB MUNICIPAL DE COUDOUX

Tennis loisir et compétition dans le cadre familial et amical.

Contactez Mme Colette Bourteau.

06 87 71 52 56

tcmcoudoux@gmail.com



MAISON INTERCOMMUNALE SPORT-SANTÉ

La Miss 13 est une association sportive d'intérêt général et d'utilité sociale.

Acteur territorial du département des Bouches-du-Rhône en matière d'activités physiques et sportives adaptées, elle a pour objectif de favoriser un mode de vie actif au profit de personnes fragiles ou socialement isolées, de patients en affection de longue durée ou atteints de maladies chroniques.

Sa vocation est de lutter contre la sédentarité en permettant un accès à des pratiques adaptées de proximité sur l'ensemble du territoire, dans une démarche qualité-sécurité reconnue.



Maison

I ntercommunale

S port

S anté

Contactez M. Robert Sola.

06 65 66 73 63

robert.sola@miss-13.com

contact@miss-13.com

LOISIRS

ACT'EN CIEL THÉÂTRE

Cours de théâtre pour les enfants/ados/adultes.
Favoriser l'imagination, la confiance en soi et en l'autre, le partage, la communication à travers des exercices d'apprentissages ludiques, voici ce que Sophie Bernier vous propose cette année.

Chaque cours hebdomadaire permettra de travailler les différentes techniques du théâtre en ne perdant jamais de vue le plaisir de jouer indépendamment de son niveau. Plusieurs représentations en public permettront de découvrir de beaux textes, de goûter au plaisir de la scène et de prendre conscience de la mise en scène, des éléments de scénographie...

Contactez Mme Sophie Garnaud Bernier.

06 74 04 38 84

actenciel.theatre@gmail.com



ASSOCIATION LINGUISTIQUE COUDOUSAINE

Cours d'anglais pour les adultes et les adolescents.
Intervention à l'école élémentaire dans le cadre du pôle culture.

Contactez Mme Sophie Arnaud : 06 44 23 36 32

Ou Mme Michèle Usai : 06 15 39 83 30

sophie.arnaud15@gmail.com

mimidu13111@gmail.com



CLUB DE TIR DU CASTELLAS

Pratique du tir sportif et de loisir au niveau départemental.
Le stand est équipé de plusieurs pas de tir 25, 50, 100, 200m.
Balltrap ainsi qu'une école de tir en salle pour les enfants à partir de 10 ans.

Permanences : mercredi 15h-20h et dimanche 10h30-13h

Contacteur M. André Féraud.

06 42 46 81 04 / 04 90 42 46 15

contact@ctcastellas.com



POKER PLAYER 13

Tournois de poker

Technique, stratégie, convivialité, compétition sont les maîtres mots de nos journées au club.

Tous les mois nous jouons le championnat en plus des 3 tournois exceptionnels : le « Tournoi anniversaire », le « Trophée Yatoti » et le « Téléthon ».

L'animation sur Coudoux se déroule au-dessus des bureaux des services techniques.

Contacteur Mme Jackie Balsamo.

06 11 95 63 53

production@baljac-video.com

www.pokerplayer13.fr



SHEN MEN

Le Qi GONG est un travail sur le souffle, l'énergie et la vitalité qui utilise des méthodes définies pour combiner l'harmonie du corps, de l'âme et de l'esprit. Il favorise le bon écoulement du QI (souffle, énergie, vitalité), augmente les capacités intellectuelles et prolonge la vie. La pratique quotidienne permet de retrouver ou de conserver l'équilibre indispensable à une vie harmonieuse sur tous les plans : spirituel, psychique et physique.

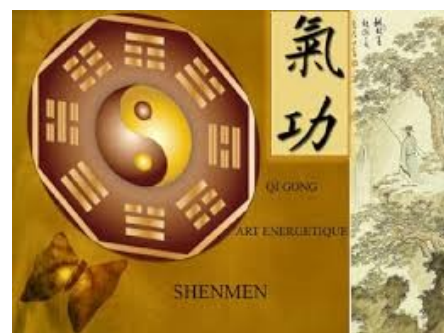
PILATES : Renforcement des chaînes musculaires profondes du corps.

Les cours se déroulent Salle Jean Mermoz.

Contacteur Mme Antoinette Vivian.

06 80 37 05 26

antoinette.viv@orange.fr



CULTURE

MJC LOU REGAIN

Culture et sport :

Cours de musique (batterie, violon, guitare, trombone, saxo, chant, solfège...)

Activités sportives (gym, zumba, pilates, yoga, judo...)

Théâtre, couture, dessin...

Contactez M. Jérôme Parisse.

06 19 26 34 15

mjc.louregain@gmail.com



LA COLLINE DOUCE

Théâtre pour amateurs et adultes.

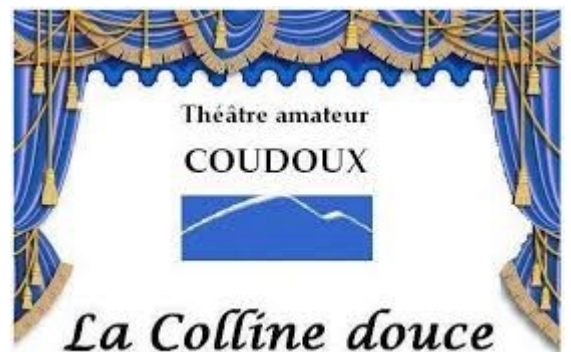
Séances tous les mardis de 19h00 à 21h30 à la salle des fêtes de Coudoux, encadrées par un metteur en scène professionnel.

Pièces de théâtre de tous styles.

Contactez Mme Carine Salenson.

06 63 86 84 24

csalenson@yahoo.fr



JUMELAGE

AMITIÉS FRANCE ALLEMAGNE

L'association a été créée en 1985. Coudoux est jumelée depuis juin 1991 à la ville d'Owingen, en Allemagne dans le Bad-Würtemberg près du lac de Constance. 32 ans cette année.

Des échanges culturels, sportifs et touristiques sont organisés et permettent de créer une amitié durable, des connaissances et des liens entre les habitants de nos deux villages lors de nos visites respectives.

Contactez Mme Anne-Marie Lousson.

06 08 89 01 47

afa.coudoux13@orange.fr

am.lousson@wanadoo.fr



PARTAGE FRANCO-ITALIEN

Notre comité organise des manifestations tout public dans notre région et en Italie pour ainsi mettre en avant la culture franco-italienne.

Nous vous proposons un loto en janvier, une journée champêtre en juin baptisée « Serge Socias » en souvenir d'un homme dévoué à Coudoux.

Nous participons activement à la vie du village avec le Téléthon, le Carnaval et d'autres manifestations proposées comme les commémorations, les journées à thème.

Contactez M. Jacques Olivier Poetto.

06 07 56 67 66

jopoetto@hotmail.fr



NATURE

LES VALLONS

Notre association a pour but premier de soutenir le Comité Communal Feux de Forêt (CCFF) de Coudoux, en participant activement à la surveillance et à la protection de nos massifs. Pour cela nous sommes formés à la conduite tout-terrain, à l'extinction de feux naissants, au repérage cartographique, aux communications radio, mais aussi aux premiers secours. Diverses missions sont aussi à notre actif comme le support aux pompiers au centre de Vaccination via le CCFF ; l'encadrement de manifestations communales telles que les Estivales, le carnaval, la marche aux lampions, les courses pédestres et la participation au Téléthon. Bien sûr les moments de convivialité rythment l'année afin de maintenir la cohésion et l'esprit d'équipe qui nous caractérisent.

Contactez M. Sylvain Bornes.

06 30 52 25 85

jayats31@gmail.com



NATURE PASSION

Marche Nordique les lundis de 9h à 11h, jeudis de 14h à 16h et les samedis de 9h30 à 11h30.

Sur 4 villages : Coudoux, Ventabren, Velaux, La Fare les oliviers.

Contact :

Damien : 06 27 50 36 32

naturepassion13@gmail.com



LES SENTIERS VERTS

Randonnées pédestres.

2 dimanches par mois, 2 mercredis ar mois, 1/2 journée le dimanche par mois, week-ends et séjour.

Contacteur M. Patrick Moya.

06 14 71 38 44

patrick.moya@laposte.net



CENTRE COMMUNAL DES FEUX DE FORÊT

Sensibilisation, prévoyance et surveillance du massif forestier de la commune.

Contacteur M. Jean-Marie Chion.

06 81 98 43 56



SOCIÉTÉ DES CHASSEURS DE COUDOUX

Maintien de l'activité chasse par la gestion de la faune et de la flore. Entretien des collines.

Contacteur M. Marc Rey.

06 36 28 76 21

societechasecoudoux@hotmail.fr



TERRE EN PARTAGE

Cette association a pour but de créer du lien social intergénérationnel, de participer à la transition énergétique et au développement durable, d'améliorer l'impact sur la santé grâce à sa production jardinière saine, de favoriser le plaisir de semer, produire et partager, d'organiser des rencontres conviviales ouvertes à ses adhérents et à l'extérieur.

Contacteur M. Patrick Manet.

06 07 81 20 59

manet.patrick@free.fr



VIE SOCIALE

AVVEC

Association Vivre, Vieillir et Communiquer. Organisation du festival Brassens, chorale. Pôle bien être (sophrologie, pilates, yoga). Rencontres enfants/seniors en partenariat avec les écoles (maternelle et primaire).

Contacteur M. Jean-Luc Maho.

07 60 11 68 00

jlmaho29@gmail.com

www.avvec.asso-web.com/



FORUM CITOYEN

Participation et implication à la vie citoyenne des Coudoucens.

Contacteur M. Bouchet.

04 42 52 05 50

boucheth@club-internet.fr



DON DU SANG

Votre don est un acte **citoyen, solidaire et libre** qui permet de répondre à des besoins quotidiens de manière bénévole.

Contacteur Mme Jocelyne Roux.

jocelyne.roux30@gmail.com



SEL EN PROVENCE

Changer le monde grâce au troc (échanger quelque chose contre autre chose). Elle répond à diverses aspirations citoyennes et correspond à de nouvelles expériences sociales.

Le SEL (système d'échange local) veut transformer l'échange en lien social, une démarche qui a toute sa façon d'être à l'heure actuelle.

Contactez M. Patrick Manet.

06 07 81 20 59

manet.patrick@free.fr



LA COLLINE GOURMANDE

Organisation du rallye pédestre gourmand « La Colline Gourmande de Flo ». Manifestation qui a pour but de soutenir financièrement le Centre Ressource : Centre de Mieux-Être et d'Accompagnement Thérapeutique destiné aux personnes touchées par le cancer et leur entourage.

L'intégralité des bénéfices a été reversée à l'Association Ressource depuis la première édition de la randonnée gourmande (2012).

Contactez Mme Dominique Herrera.

06 60 54 54 46

laCollinegourmande13111@gmail.com



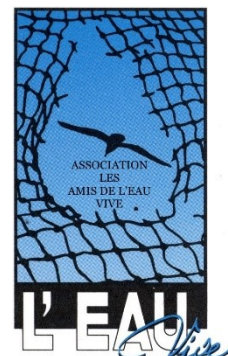
L'EAU VIVE

Accueil des enfants et jeunes quand la séparation a été jugée temporairement ou plus durablement, indispensable pour leur protection.

Contactez Mme Danielle Olanda.

06 32 87 96 09

danielleolanda@gmail.com



CAMPAGNE CÉZANNE

Animations de quartier, organisation d'Halloween, Noël, Participation au téléthon...

Contactez Mme Juliette Andrevon.

04 42 52 15 30

juliette.andrevon@outlook.fr

LA CROIX ROUGE

Elle est devenue un acteur majeur de l'économie sociale et solidaire dans les secteurs humanitaire, sanitaire, social, médicosocial et de la formation.



SECOURS CATHOLIQUE

Équipe de Coudoux :

Contactez M. Marcel Torres

06 04 50 11 31

marcel.torres1@cegetel.net

www.secours-catholique.org



FÊTE

COMITÉ D'ANIMATION DE COUDOUX

Animations du village par l'organisation de fêtes et d'événements, notamment les fêtes de Noël, Pâques, Fête votive de la Saint-Michel.

Si vous voulez faire partie du comité d'animation, veuillez nous contacter à :

animation-culture@coudoux.fr



ASSOCIATION des FESTIVITÉS de COUDOUX

Cette association a pour but de pérenniser le Carnaval annuel et tout son côté festif.

Contactez M. Eric Armand.

07 71 08 63 72

comitecarnavalcoudoux@gmail.com



ENFANCE

L'ATELIER DES BAMBINS

Proposer et organiser des activités manuelles, d'éveil et de socialisation aux enfants confiés à leur Assistante Maternelle Agréée. Permettre aux assistantes maternelles de se rencontrer et d'échanger dans un lieu qui leur est dédié.

06 79 94 45 09

anne.elodie@gmail.com / latelierdesbambins@gmail.com



M.A.M LES FRIPOUILLES

Garde d'enfants dans une villa avec jardin, adaptée pour recevoir 12 enfants de 0 à 3 ans.

07 77 78 73 19

fripouilles.mam@gmail.com



TOUT SIMPLEMENT PARENTS

Association indépendante des parents d'élèves des écoles maternelle et élémentaire de Coudoux.

Contactez Mme Laetitia De Comeiras.

06 11 27 46 94

tsp.coudoux@gmail.com



TSP

Tout Simplement Parents

LE SPOT

Pour tous les jeunes de 11 à 18 ans, le Spot est ouvert tous les Mercredis après-midi, organise des soirées/repas un Vendredi sur deux et organise des sorties culturelles et sportives tous les après-midi durant les vacances. Il propose aussi 3 séjours durant les vacances scolaires. Nombreuses journées et week-end à thème tout au long de l'année.

Contactez M.Olivier Legras.

06 58 97 96 89



SENIORS

ASSOCIATION DES ANCIENS COMBATTANTS ET VICTIMES DE GUERRE

Devoir de mémoire pour les nouvelles générations.

Cérémonies patriotiques.

Resserrement des liens entre les anciens et les nouveaux
adhérents.

Contactez M. Claude Paoli.

06 18 60 84 62

claudepaoli41@sfr.fr



CLUB DES SENIORS : ENTRAIDE

2 après-midis par semaine au Club :

Lundi et Jeudi, 14-17h

Possibilité de ramassage par petit bus pour
personnes à mobilité réduite.

2 Lotos par mois. Sorties à la journée, voyage
Sabardu.

Contactez Mme Anne-Marie Lousson.

06 08 89 01 47

am.lousson@wanadoo.fr



DIVERS

PAROISSE

Place de l'Église.

Permanences Téléphoniques :

Mardi : 8h15-12h / 13h30 - 16h30

Mercredi : 8h15 - 12h

Vendredi : 8h15-12h / 13h30 - 15h

04 42 52 00 61



AMICALE DES SAPEURS POMPIERS DE COUDOUX



Contacteur M. Wetzler Sébastien.

04 42 52 03 54

amicalebva@gmail.com

MSP (Maison de Santé Pluriprofessionnelle de Coudoux)

L'association a pour but de promouvoir la santé des coudoucens au travers d'actions de prévention et de dépistage, et d'optimiser la prise en charge des patients grâce à une meilleure coordination des professionnels de santé qui la composent.

Contact : 06 62 61 39 17

msh.amspc@gmail.com





COUDOUX



M O N V I L L A G E

DEMANDES DE SUBVENTIONS

COMMUNAL

Les dossiers seront adressés aux associations en fin d'année et sont à retourner avant le 31 décembre au bureau des associations.

secretariat-maire@coudoux.fr

CONSEIL DÉPARTEMENTAL DES BOUCHES-DU-RHÔNE

Hôtel du département, Direction de la vie locale, de la vie associative, de la politique de la ville et du logement, service de la vie associative.

52 Avenue Saint-Just, 13256 Marseille Cedex 20

Tel : 04 91 21 39 39 ou 04 91 21 25 67

Site & contact : www.cg13.fr (rubrique mode de vie)

CONSEIL RÉGIONAL

Conseil Régional Provence-Alpes-Côte d'Azur

27 Place Jules Guesde

13481 Marseille Cedex 20

Tel : 04 91 57 50 57

Site & contact : www.cr-paca.fr



Vie Associative

Nicole Crespy
Adjointe au Maire
Déléguee aux Associations
adjoint-culture@coudoux.fr



Monique Ollivier
Secrétariat Mairie
04 42 52 74 90
secretariat-maire@coudoux.fr



Sandra Bordeau
Communication
04 42 52 74 91
animation-culture@coudoux.fr

www.coudoux.fr