

Activités sous-marines

CANOM Plongée Sous-Marine

Adresse : Complexe aquatique Ingréo - Boulevard Edouard Herriot – 82000 Montauban

Téléphone : 06 99 70 47 34 - **Email :** contact@canom.info - **Site internet :** www.canom.org

Groupe d'Activités Sous-Marines

Adresse : 31 Rue Gamot - 82000 Montauban

Email : gasm82@orange.fr - **Site internet :** <http://82gasm82.wix.com/gasm> - **Téléphone :** 06 23 05 72 07

Activités taurines

Cercle Taurin Montalbanais

E-mail : impac-poupel@hotmail.fr - **Téléphone :** 06 81 31 22 79

Aéromodélisme

Montauban Air Modèles

Téléphone : 06 28 37 31 16 - **E-mail :** bureau.mam@mail.com - **Site internet :** montauban-air-modeles.fr

Arts du cirque

La Boîte à Malice

Lieux de pratique : Palais des Sports Jacques Chirac – Salle Annie Fratellini - **Téléphone :** 06.71.75.05.01

E-mail : boiteamalice82@gmail.com - **Site internet :** www.boite-a-malice.com

Arts martiaux

Arts Martiaux Montauban 82 judo/jiu jitsu/taïso

Adresse : Maison des Arts Martiaux - 49 rue du Ramiérou - 82000 Montauban

Téléphone : 05 63 63 00 36 - **E-mail :** amm82@hotmail.fr - **Site internet :** amm82.com

Activités proposées : éveil judo, judo enfants/ados, judo adultes, jiu-jitsu et taïso.

Arts Martiaux Montauban 82 karaté

Adresse du siège : Maison des Arts Martiaux - 49, rue du Ramiérou - 82000 Montauban

Téléphone : 05.63.03.67.17 - **E-mail :** ammkarate@yahoo.fr

Site internet : www.amm82.jimdo.com

Activités proposées : karaté, self défense et krav maga

Dojo Montalbanais

Adresse : 4 Rue Gambetta – **Téléphone :** 05.63.63.28.62

Institut Sportif Hagwon

Adresse : Espace Entre'form - 10 rue Gutenberg - 82000 Montauban

Téléphone : 06 66 88 17 86 - **Email :** institut.ish@gmail.com - **Site internet :** www.institut-ish.com

Activités proposées : Taekwondo, MMA, Cross-training, Self-défense féminine

LISTE ASSOCIATIONS SPORTIVES

Judo Montauban

Adresse : 34 rue d'Albert – 82000 Montauban – **Téléphone** : 06 42 46 20 08

E-mail : judomontauban@gmail.com - **Site internet** : www.judo-montauban.com

Activités proposées : judo, baby gym

L'Esprit du Dragon

Téléphone : 07 81 82 20 56 - **E-mail** : sashakostina@yahoo.com

Activités proposées : Shinkyokushin Karaté (dépassement de soi, renforcement musculaire, discipline, technique de karaté) - **Lieux de pratique** : 89 bis avenue Marceau Hamecher - 82000 Montauban

La Fille de Jade

Téléphone : 05 63 66 92 30 - **E-mail** : lafilledejade@icloud.com

Site internet : <http://www.lafilledejade.org> - **Activités proposées** : Qi gong, Méditation, Tai Ji Quan, stages à thème

Montauban-Budo

Adresse : Palais des sports Jacques Chirac 2 rue du Général d'Amade - 82000 Montauban

Téléphones : 06 33 84 96 94 / 05 81 98 52 70 - **E-mail** : montaubanbudo@gmail.com

Site internet : montauban-budo.org

Montauban Kick Boxing

Adresse : Palais des sports Jacques Chirac 2 rue du Général d'Amade - 82000 Montauban

E-mail : montaubankickboxing@gmail.com

Site internet : <https://montaubankickboxing.com/>

Mouvement et Fluidité

Téléphone : 06.76.86.32.82

OC'KICK FIGHTING

Adresse : 22 Rue Chamier – 82000 Montauban – **Téléphone** : 07 83 32 34 12

E-mail : contact-administration@ockf82.fr – **Site internet** : <https://www.ockf82.fr/>

Wing Tsun Montalbanais

Adresse : 28, avenue Chamier - 82000 Montauban - **Téléphone** : 06 70 71 53 86

E-mail : wtdamien@gmail.com - **Site internet**: www.wingtsun-evolution.fr et www.respirmouv.fr

Activités proposées : Arts Martiaux (Wing Tsun Evolution et Inayan Eskrima) / Technique de Respiration Oxygen Advantage / Technique Animal Flow

Associations canines

Centre d'Education Canine de Montauban

Adresse : 2145, route de Saint Antonin - 82000 Montauban - **Téléphone :** 06 72 62 69 07

Email : cecm.montauban@hotmail.fr - **Site internet :** www.cecmontauban.sitew.com

Activités proposées : Education canine, école des chiots, Agility Détente, obéissance concours

Club Occitan du Lévrier Montalbanais

Lieu de pratique : Cynodrome du Ramier- 2145 route de Saint Antonin - 82000 Montauban

Téléphone : 06 41 17 79 37 - **E-mail :** club.levrier.mtb@gmail.com

Activités proposées : Entraînements, Courses de démonstration de lévriers et Epreuves officielles sur le Cynodrome du Ramier à Montauban (affiliation à la Société Centrale Canine par le biais de la Commission Nationale d'Utilisation des Lévriers).

Athlétisme

Montauban Athlétisme

Adresse : Stade Georges Pompidou – 82000 Montauban - **Téléphone :** 06 70 06 52 50

E-mail : montaubanathletisme1@gmail.com - **Site internet :** montauban.athle.com

Activités proposées : athlétisme compétition, athlé santé, athlé fit, marche nordique, running, découverte (6-10 ans)

Aviation

Aéroclub Montalbanais

Adresse : 300 Rue Maurice Delpouys - 82000 Montauban - **Téléphone :** 05 63 66 47 44

E-mail : contact@aeroclub-montalbanais.fr - **Site internet :** www.aeroclub-montalbanais.fr

Activités proposées : école de pilotage avion, ULM, vols loisirs, vols découverte

Aviron

Union Nautique Montalbanaise

Adresse : 11, avenue de Toulouse - 82000 Montauban - **Téléphone :** 07 66 16 30 12

E-mail : contactavironmontauban.fr - **Site internet :** avironmontauban.fr

Activités proposées : Aviron, Avifit (Activité en salle associant l'aviron et le Fitness)

Badminton

Montauban Badminton Club

Adresse : 49 rue du Ramiérou - 82000 Montauban - **E-mail :** montaubad@gmail.com

Site internet : www.montaubad.com

Lieux de pratique : Salle multisports, Palais des Sports, gymnase Azana

Baseball

Baseball Club Montalbanais Orioles

Lieu de pratique : Stade de Viala Montauban - **Téléphone:** 06 82 52 00 63

E-mail : baseballclubmontalbanais@gmail.com

Basket Ball

Montauban Basket Club

Adresse : 49 Rue du Ramiérou - 82000 Montauban - **Téléphone :** 05 63 03 10 00

Email : contact@montauban-basket-club.fr - **Site internet:** montauban-basket-club.fr

Beach soccer

Montauban Beach Soccer 82

Téléphone : 06 42 11 06 09 - **E-mail :** montauban.beach82@gmail.com

Activités proposées : BEACH (volley, rugby, soccer, tennis)

Lieu de pratique : Sapiac, Ramiérou et Bagatelle

Billard

Académie de Billard de Montauban

Adresse : 22 rue d'Auriol - 82000 Montauban - **Téléphone :** 05 63 63 74 10

Mail: abmontauban82@hotmail.com - **Site internet:** <https://gratuit-3891620.webador.fr/>

Boxe anglaise

Union Sportive Montalbanaise Boxe Anglaise

Adresse : Complexe Sportif Jacques Chirac - **Téléphone:** 06.33.67.73.84

E-mail : usmboxeanglaise.82@gmail.com - **Site internet :** www.usmboxeanglaise.fr

Activités proposées : Boxe Anglaise, Aéroboxe

Breakdance

Kids are the Future

Adresse : Espace Entreform - 10 rue Johannes Gutenberg - 82000 Montauban - **Téléphone :** 06 66 05 47 40

E-mail : contact@kidsarethefuture.fr

Activités proposées : diverses activités autour de la culture Hip-hop (Breaking, beatbox, graffiti, rap, djing). Cours, stages, démonstrations, show, organisation d'événements etc...

Course d'orientation

Montauban Loisirs Orientation

Téléphone : 06 08 06 28 13 - **E-mail :** roch.pierre@wanadoo.fr

Activités proposées : Course d'orientation pédestre ou à VTT

Loisir et/ou compétition : Loisirs et Compétitions

Lieux de pratique : Tarn et Garonne, Occitanie, France

Cyclisme

Espoir Cycliste Montalbanais

Téléphone : 06 25 61 16 61 - **E-mail :** ecmontalbanais@gmail.com

Activités proposées : vélo de route, cyclocross

LISTE ASSOCIATIONS SPORTIVES

Montauban Cyclisme 82

Adresse : Palais des Sports Jacques Chirac - **Téléphone :** 06 09 65 64 54

E-mail : montaubancyclisme82@gmail.com - **Site internet :** montaubancyclisme82.sportsregions.fr

Facebook : Montauban Cyclisme 82

Activités proposées : Cyclisme, de l'école de vélo à l'élite, en Route, VTT et Trial.

Randonneurs Sans Frontières

Téléphones : 06 63 03 78 66 et 06 95 21 33 00 - **E-mail :** louis.romand@wanadoo.fr

Véloce Club Montalbanais

Adresse : 68, avenue Gambetta - 82000 Montauban - **Téléphone :** 06 79 69 78 04

E-mail : vc-montalbanais@orange.fr - **Site internet :** www.veloce-club-montalbanais.com

Activités proposées : Cyclotourisme, Pratique du vélo sous toutes ses formes – route-VTT

VTT82 Léo Lagrange

Téléphone : 06 72 31 22 28 - **E-mail :** vtt82leolagrange@hotmail.fr

Site internet : vtt82leolagrange.com

Danses

Art'Monny - Les Ateliers de Dhélia

Adresse : 65, rue Léon Cladel - 82000 Montauban - **Téléphone :** 06 08 40 43 87

E-mail : lesateliersdedhelia@gmail.com - **Site internet :** www.ateliers-dhelia.fr

Activités proposées : Danse, Théâtre, Musique

Accro Rock

Adresse : 1067 chemin de Gimbelet 82000 MONTAUBAN – **Téléphone :** 05 63 02 18 49

Site internet : <https://www.accrorock.com/>

Activités proposées : Rock, salsa, bachata, kizomba, lindy, quick step, ...)

Centre Chorégraphique Montalbanais

Adresse : 8 place Charles Capéran 82000 MONTAUBAN – **Téléphone :** 05.63.66.38.82 / 06.11.08.03.55

Site internet : <https://www.ccm-danse.fr/>

Country Evasion Montauban

Adresse : Route de St Martial 82000 Montauban – **E-mail :** countryevasionmontauban82@gmail.com

Drissdanse

Adresse : 115, avenue de Falguières – 82000 Montauban - **Téléphone :** 06 15 45 07 98

E-mail : sbdriss@orange.fr - **Site internet :** www.drissdanse.fr

Activités proposées : bachata, dancehall kids, afro dancehall, danse classique, danse de salon, éveil (4/5 ans), hip hop, initiation (5/6 ans), lindy hop, modern jazz, rock, salsa, street dance

LISTE ASSOCIATIONS SPORTIVES

Les Pom-Pom Girls de Montauban

Téléphone : 07 86 16 33 34 - **E-mail** : pen.ppg82@live.com

Lieu de pratique : Stade de Sapiac

Montauban Couleur Tango

Téléphone : 06 83 86 58 04 - **E-mail** : montauban-couleur-tango@orange.fr

Site internet : <http://couleur-tango.fr/>

Activités proposées : danses argentines

Montauban Dance Club

Téléphone : 06 84 57 54 53 ou 05 63 20 51 34 - **E-mail** : jean-daniel.maury0850@orange.fr

Site internet : www.montaubandanceclub.fr

Activités proposées : Danses de Société en cours collectifs.

Lieu de pratique : Salle Polyvalente du Ramiérou (895, rue du Ramiérou à Montauban)

Echecs

Echiquier Club Montalbanais

Adresse : Maison de la Culture - 2 Rue du Collège - 82000 Montauban

Email : echiquierclubmontalbanais@gmail.com

Activités proposées : jeu d'échecs, parties amicales ou en compétition.

Ecole d'échecs : initiation, étude de la théorie, préparation à la compétition

Equitation

USM Equitation

Adresse : Pôle Equestre Montalbanais - Chemin de Garrisson – 82000 Montauban

Téléphone : 06 78 28 29 15 - **Email** : jj.deshaies@gmail.com

Activités proposées : équitation / concours de sauts d'obstacles / stage de perfectionnement

Escalade

Espace Grimpe

Adresse : Climzone - 110, Avenue de Belgique - 82000 Montauban - **Téléphone** : 05 63 02 59 22

E-mail : contact@espacegrimpe.com - **Site internet** : www.espacegrimpe.com

Escrime

Montauban Escrime Club

Adresse : Palais des Sports Jacques Chirac - 2, rue du Général d'Amade - 82000 Montauban

Téléphone : 06 62 96 65 42 - **E-mail** : montaubanescrime@gmail.com - **Site internet** : escrime-montauban.fr

LISTE ASSOCIATIONS SPORTIVES

Football

Jeunes Espoirs Montalbanais

Lieux de pratique : Complexe Sportif de Port Canal - Stade du Saulou

Téléphone : 06 62 29 99 68 (*Secrétaire*) - 06 87 36 01 33 (*Secrétaire Adjointe*) - **E-mail :** 537932@footoccitanie.fr

Montauban Football Club Tarn et Garonne

Lieu de pratique : Complexe Jean Verbeke - 2145b Route de Saint Antonin – 82000 Montauban

Téléphone : 05 63 20 53 84 - **E-mail :** montaubanfctg@orange.fr - **Site internet :** <https://montaubanfctg.fr/>

Activités proposées : Football à 11, Football à 8, Football à 5, Foot loisirs, Futsal, Sport Adapté

Olympique Montalbanais

Lieux de pratique : Terrain Courbet / Terrain de la Vitarelle / Terrain Issanchou / Terrain Capou

Téléphone : 06 51 91 51 40 - **E-mail :** olympiquemontalbanais@gmail.com

Site internet : www.olympiquemontalbanais.com

Football américain

USM Football Américain Les Gerfauds

Lieu de pratique : Stade de la Vitarelle - 935, route de la Vitarelle - 82000 Montauban

Téléphone : 06 48 48 92 62 - **E-mail :** contact@gerfauds-montauban.com

Site internet : <https://www.gerfauds-montauban.com/>

Activités proposées : Football Américain et Flag football

Golf

Association Sportive Golf de Montauban Les Aiguillons

Lieu de pratique : Golf des Aiguillons - 4187, route de Molières - 82000 Montauban

Téléphone : 07 67 29 13 93 - **E-mail :** as.golf.aiguillons@gmail.com

Site internet : <https://golflaiguillons.wordpress.com>

Activités proposées : Golf, initiation, cours, animation

AS Union Sportive Montalbanaise Golf de Montauban L'Etang

Adresse : Golf de L'Etang - 849, route de l'Aveyron – 82000 Montauban - **Téléphone :** 06 48 82 11 06

E-mail : secretariat@asusmgoldfemontaubanlestang.fr - **Site internet :** asusmgoldfemontaubanlestang.fr

Gymnastique

Avenir Montalbanais

Adresse : Palais des Sports Jacques Chirac et gymnase Ingres - **Téléphone :** 06 71 55 87 31

E-mail : avenir.montalbanais@aol.fr - **Site internet :** <https://www.avenirmontalbanais.fr>

Activités proposées : gymnastique, baby gym (2 à 6 ans)

LISTE ASSOCIATIONS SPORTIVES

Gymnastique Libre Montalbanaise

Lieu de pratique : Palais des Sports Jacques Chirac et salle polyvalente du Ramiérou

Téléphone : 05 63 66 00 19 / 06 86 93 55 11 - **E-mail** : glmontauban82@laposte.net

Site internet : glm82.free.fr

Activités proposées : Gymnastique d'entretien (exercices cardiovasculaires, renforcement musculaire, étirements et relaxation)

Gymnastique Volontaire Montauban

Lieu de pratique : salle de gymnastique Collège Ingres, palais des sports Jacques Chirac, salle polyvalente du Ramiérou - **Téléphone** : 06 74 29 59 31 - **E-mail** : ida.marie.moser@orange.fr

Activités proposées : gymnastique d'entretien

Montauban GR82

Lieu de pratique : Complexe Jacques Chirac et gymnase Michelet - **Téléphone** : 06 34 78 50 75

E-mail : montaubangr82@free.fr - **Site internet** : <http://montaubangr82.fr/>

Activités proposées : gymnastique rythmique FFGYM

Mouvement et Fluidité

Téléphone : 06 76 86 32 82 - **E-mail** : mouvementetfluidite@gmail.com

Site internet : mouvementetfluidite.blogspot.com

Activités proposées : qi gong, tai chi de l'éventail, méditation

Vaillante Olympique Montalbanaise section gymnastique

Lieu de pratique : 223 rue de Palisse – 82000 Montauban - **Téléphone** : 05 63 63 41 50

E-mail : vaillante-olympique-montalbanaise@wanadoo.fr

Site internet : www.vomontauban.com

Activités proposées : gymnastique GAF et GAM, gym loisir ados, gym éveil 3/5 ans et bébé gym 15 mois/36 mois.

Haltérophilie

Haltérophilie Club Montalbanaise

Lieu de pratique : Palais des Sports Jacques Chirac - **Téléphone** : 05 81 98 42 20

E-mail : hcmontalbanaise@sfr.fr - **Site internet** : www.halterophilie-montauban.com

Activités proposées : haltérophilie, musculation, handisport, fitness et cardio

Handball

Union Sportive Montalbanaise Handball

Adresse : Gymnase Louis Sabatié - **Téléphone** : 06 14 69 63 91 - **E-mail** : 6182001@ffhandball.net

Site internet : us-montauban-handball.clubeo.com

Handisport

Club Montauban Handisport

Lieu de pratique : Gymnase Jean-Jaurès (Villebourbon) pour l'école handisport

Piscine Ingréo pour la natation

Salle Multisports de la Fobio pour le rugby à XIII fauteuil

Entreform co-working pour la boccia

Téléphone : 06 15 90 56 65 / 06 70 17 79 53 - **E-mail :** pandasmh@gmail.com

Activités proposées : boccia (dérivé de pétanque), l'école handisport multisport (pour les mineurs), apprentissage de la natation et rugby à XIII fauteuil.

Jeux de boules

Association Bouliste Montalbanaise

Lieu de pratique : boulodrome du Marché Gare - **Téléphone :** 06 74 59 01 76

Email : abmlyonnaisemontauban@gmail.com - **Site internet:** www.blogpetanque.com/ABM-Lyonnaise

Activité proposée : boule lyonnaise

Association Sports et Loisirs du Fau

Lieu de pratique : terrains derrière l'église du Fau - **Téléphone :** 06 79 78 71 92

E-mail : petanquedufau@gmail.com ou jean-francois.ghignet@bbox.fr

Activités proposées : Pétanque et Jeu Provençal

Association Sportive Montauban Pétanque

Lieux de pratique : Boulodrome Marché Gare et cours Foucault - **Téléphone :** 06 71 50 82 15

E-mail : meurice.michel48@orange.fr

Activités proposées : Pétanque et jeux provençal

Boule St Martialaise

Lieux de pratique : Terrain de pétanque extérieur de Saint Martial - 3401 route de Saint Martial à Montauban

Téléphone : 06 74 43 60 24 - **E-mail :** boulesaintmartialaise82@gmail.com

Activités proposées : pratique de la pétanque et du jeu provençal.

Pétanque du Clos de Lauzun

Lieux de pratique : Boulodrome du Marché Gare et Cours Foucault - **Téléphone :** 06 87 34 59 75

Email : clos.lauzun82@orange.fr - **Site internet :** <http://club.sportsregions.fr/closlauzun>

Activités proposées : Pétanque et jeu provençal

Union Sportive Montalbanaise Boule Lyonnaise

Lieux de pratique : Boulodrome Jean Marc (Quai Adolphe Poulit) et boulodrome couvert du Marché Gare

E-mail : mmeutrope@free.fr - **Téléphone :** 06 84 44 08 65

Activités : Pratique du sport boule Lyonnaise. Epreuves traditionnelles en équipe de 1 à 4 joueurs. Epreuves sportives individuelles de tirs et de points.

LISTE ASSOCIATIONS SPORTIVES

Union Sportive Montalbanaise Pétanque

Lieux de pratique : boulodrome et cours Foucault - **E-mail** : usmpetanque82@gmail.com

Activités proposées : pétanque et jeu provençal

Lutte

Club des Lutteurs Montalbanais

Lieu de pratique : Palais des sports Jacques Chirac - **Téléphone** : 06 35 56 42 88

E-mail : clm82.montauban@gmail.com

Activités proposées : lutte libre, lutte féminine, lutte gréco-romaine, école de Lutte, baby Lutte, wrestling training, gymnastique d'entretien et beach wrestling (période estivale).

Mölkky

Les Tontons Mölkkyeurs

Lieux de pratique : Boulodrome du Marché Gare et cours Foucault – **Téléphone** : 06 66 94 15 12

E-mail : gegeesteve@gmail.com

Multisports

ASPTT Montauban Omnisport

Téléphone : 05 63 03 25 55 - **E-mail** : montauban@asptt.com

Site internet : <https://montauban.asptt.com/>

Activités proposées : cyclisme, gymnastique volontaire, marche nordique, randonnée pédestre, montagne, VTT

Loisir et/ou compétition : Loisir uniquement

Lieu de pratique : la gymnastique dans la salle des arts martiaux du Palais des Sports Jacques Chirac et la nature pour les autres activités

Ça Monte en Bas

Adresse : 1 Rue des Oules – 82000 Montauban - **Téléphone** : 05 63 73 03 30

E-mail : mgdl@cmeb82.fr - **Site internet** : www.cmeb82.fr

Activités proposées : Gymnastique Posturale/Zumba/Randonnées/Pilates/Renforcement Musculaire/Yoga

Lieux de pratique : Gymnase Jean Jaurès à Villebourbon – Palais des Sports Jacques Chirac – Salle des Fêtes de Gasseras.

Club Athlétic Biracais

Téléphone : 06 23 90 16 99 - **E-mail** : cabirac.officiel@gmail.com

Activités proposées : course à pied, cours cardio training, yoga, zumb'attack

Club Sportif et Artistique du 17ème RGP Montauban

Adresse : Quartier Doumerc, 42 avenue du 10ème Dragons - **Téléphone** : 05 63 21 73 91

E-mail : csa17rgp@orange.fr

Activités proposées : Club Omnisports de la Défense (27 activités sportives et 08 activités culturelles)

Loisir et/ou compétition : Loisir et compétition en fonction des activités

Lieux de pratique : Quartier Doumerc et Quartier Guibert

LISTE ASSOCIATIONS SPORTIVES

Fédération Associative Carreyrat Tescou

Lieu de pratique : Salle Polyvalente du Carreyrat - **Téléphone** : 06 29 11 23 04

E-mail : elodie.daure@hotmail.fr - **Site internet** : www.carreyrat.fr

Activités proposées : sportives, culturelles, festives : danse, danse douce, zumba, speed ball, badminton, gymnastique entretien, gymnastique dynamique, gymnastique douce, couture, informatique, espagnol

Maison des Jeunes et de la Culture

Adresse : 23, Rue des Augustins - 82000 Montauban - **Téléphone** : 05 63 63 87 13

E-mail : secretariat@mjcmontauban.com - **Site internet** : www.mjcmontauban.com

Activités proposées : Danses : hip-hop, Dance hall, break dance, modern'jazz, Danse Sévillane, capoeira, danse afro

Bien être : yoga de l'énergie, gym d'entretien, gym Pilates, fitness, sophrologie, yoga lyengar, atelier ancrage, atelier relaxation, stretching, barre au sol, gym enfants, Téhima, Fitconcept

Séjours sportifs pour les 12-17 ans (ski, VTT, canyoning...) pendant les vacances scolaires. Mini-séjours pour les 6/11 ans

Seniors Actifs Montalbanais

Adresse : Maison des Associations - 10 rue Jean Carmet - 82000 Montauban - **Téléphone** : 06 11 52 30 01

E-mail : seniorsactifs82@gmail.com - **Site internet** : seniorsactifs82.fr

Activités proposées : Activités ludiques de plein (swin golf, Mölkky, pétanque) Aquagym, Bowling, Danse en ligne, Danse africaine, Do in, Gym d'entretien, Gym douce, Gym Pilates, Loisirs créatifs, Marche, Photographie, Ping-pong, Qi gong, Randonnée ½ journée et journée, Relaxation, Self-défense, Stretching, Tai-chi, Yoga, Yoga sur chaise

Lieux de pratique : Salles de sports et de centre social de la ville de Montauban, Complexe aquatique Ingréo, Bowling Futuropôle, Club de tennis de table, Plaines de jeux du Ramiérou, Boulodrome

Shark'Aventures

Téléphone : 06 12 53 45 83 - **E-mail** : contact@sharkaventures.com

Site internet : www.sharkaventures.com

Activités de pleine nature et d'aventures ouvertes à tous : Roller, VTT, Via ferrata, Parcours Aventures, Escalade, Spéléo, Parcours et course d'Orientation, Tir à l'arc, Rafting, Canyoning, Descente en Canoë, Kayak, Ski, Snow-Board, Raquette à neige, Construction d'igloo, Chien de traîneau, Baseball, construction de cabane, Vol en Montgolfière, Raid multi sport, cocktails multi activités...

Université Populaire

Adresse : 1 bis place du 22 septembre - 82000 Montauban - **Téléphones** : 05 63 03 34 98 et 07 89 06 53 08

E-mail : unipopmontauban@gmail.com - **Site internet** : www.universite-populaire-82.fr

Activités proposées : yoga, qi gong, pilates

Natation

Montauban Natation 82

Adresse : Complexe Aquatique Ingréo - Boulevard Edouard Herriot - 82000 Montauban

Téléphone : 09 64 49 83 60 - **E-mail** : 82montaubannatation@gmail.com

Site internet : www.mn82.fr

Activités proposées : Compétition natation course et natation artistique, loisir, perfectionnement,

LISTE ASSOCIATIONS SPORTIVES

formation secourisme, BNSSA, BPJEPS et Sport Santé

Sport Culture Montalbanais

Lieu de pratique : Complexe Aquatique Ingréo – **Téléphone :** 06 21 20 74 66 - **E-mail :** scm82@free.fr

Activités proposées : Natation, randonnée pédestre

Padel

Association Tennis Montauban

Adresse : 2145, route de St Antonin - 82000 Montauban - **Téléphone :** 05 63 03 30 38

E-mail : contact@atm-tennis-padel.com - **Site internet :** <http://club.fft.fr/atm>

Padel Tolosa Montauban

Adresse : 11 rue Karl Marx – 82000 Montauban - **Téléphone :** 06 70 47 34 77

E-mail : padeltolosamontauban@gmail.com - **Site internet :** www.padeltolosa.fr

Parapente

Les Ailes du Tarn-et-Garonne

Adresse : 250 rue Maurice Delpouys - 82000 Montauban - **E-mail :** atgparapente@gmail.com

Site internet : <https://www.atgparapente82.com/>

Parkour

Montauban Parkour Freerunning Progression

Téléphone : 06 42 30 09 35 - **E-mail :** mpfp82000@gmail.com - **Site internet :** <https://www.acrobatips.com/>

Plongée sous-marine

CANOM

Adresse : 65 Avenue Marceau Hamecher 82000 Montauban **Téléphone :** 06 99 70 47 34

E-mail : canom.infos@gmail.com

Randonnée pédestre

Club de Loisirs Léo Lagrange

Téléphone : 06 70 92 90 28 - **E-mail :** contact@club-de-randonnées-leo-lagrange-montauban.fr

Activités proposées : Randonnées pédestres

Mieux Vivre au Ramier

Téléphone : 06 76 63 57 46 - **E-mail :** mieuxvivreauramier82000@gmail.com

Site internet : www.randoplaisirramier.com

Roller artistique

Roller Club Artistique Montalbanais

Lieu de pratique : Gymnase Ingres - **Téléphone** : 06 32 95 86 71

E-mail : rcamontalbanais@gmail.com

Rugby

Racing Club Montalbanais

Adresse : 11 rue Pierre de Coubertin - 82000 Montauban - **Téléphone** : 06 59 65 43 25

E-mail : racingmontauban82@gmail.com - **Site internet** : racingmontauban-edr.fr

Union Sportive Montalbanaise Rugby

Adresse : 15 rue du Chanoine Belloc - 82000 Montauban - **Téléphone** : 06 30 16 90 88

E-mail : michel.ambal@wanadoo.fr / secretariat@usmsapiac.fr - **Site internet** : www.usmsapiac-asso.fr

Activités proposées : rugby à 5, 6, 8, 10 et 15

Lieux de pratique : Plaine des jeux du Ramiérou et stade de Sapiac

Sambo

Vaillante Olympique Montalbanaise section sambo

Adresse : 223 rue de Palisse – 82000 Montauban - **Téléphone** : 05 63 63 41 50

E-mail : vaillante-olympique-montalbanaise@wanadoo.fr et sambovom82@gmail.com

Site internet : www.vomontauban.com

Activités proposées : sambo sportif, sambo combat, sambo défense, baby sambo 3/5 ans, sambo cardio training sport santé

Deux lieux de pratique : gymnase de Palisse (223 rue de Palisse à Montauban) et salle de combat de Montbeton au lieu-dit Croix de Segaud, n° 800 chemin de Montagne.

Sauvetage sportif

Association Montalbanaise de Sauvetage et de Secourisme

Adresse : 65 avenue Marceau Hamecher - 82000 Montauban

Téléphone : 06 60 62 15 15 - **E-mail** : amss82@ffss.fr - **Site internet** : www.amss82.com

Lieux de pratique : Ingréo Montauban

Savate boxe française

Boxing Club Montalbanais

Lieu de pratique : Manège Ingres - Rue François Arago – 82000 Montauban

Téléphone : 06 07 13 05 99 - **Email** : boxingclubmontalbanais@gmail.com

Activités proposées : Savate - Boxe française - Savate Forme

Scoutisme

Scoutisme Unioniste Montalbanais

Téléphone : 06 14 17 81 42 - **E-mail** : president.sum@gmail.com - **Site internet** : www.scoutsum.fr

Activités proposées : Pratique du scoutisme (campisme, constructions, débrouillardise, randonnées, jeux...) et activités physiques et sportives de plein air selon les principes exposés par son fondateur Lord Baden Powell.

Skateboard

Roulez Jeunesse

Lieu de pratique : Hall 82 - **Téléphone** : 06 29 56 90 85

E-mail : roulezjeunesse82@gmail.com - **Site internet** : www.roulezjeunesse82.fr

Ski

Ski Club Montalbanais

Lieux de pratique : Peyragudes, Luchon, Superbagnères, Porté-Puymorens

Téléphone : 06 22 45 49 53 - **E-mail** : skiclub.montalbanais@gmail.com

Site internet : <http://www.skiclubmontalbanais.com>

Activités proposées : ski alpin, randonnées, snowboard, ski de fond, raquettes, montagne

Sports de contact

Montauban Kick Boxing

Adresse : Palais des Sports Jacques Chirac - 2 rue du Général d'Amade - 82000 Montauban

Téléphone : 06 60 68 05 82 - **E-mail** : montaubankickboxing@gmail.com

Site internet : <https://montaubankickboxing.com>

Activités proposées : Kickboxing / K1 / Full contact

Oc'Kick Fighting Montauban

Adresse : 22 avenue Chamier - 82000 Montauban - **Téléphone** : 07 83 32 34 12

Email : contact-administration@ockf82.fr - **Site internet** : www.ockf82.fr

Activités proposées : Kick Boxing, Muay-Thai, K1, Pancrace, MMA, Contact défense, Lady Boxing, Section KIDS

Sports de montagne

Club Alpin Français de Montauban

Adresse : Palais des sports Jacques Chirac, 2 rue du Général d'Amade - 82000 Montauban

Téléphone : 07 83 13 00 93 - **E-mail** : secretaireffcam82@hotmail.com

Site internet : <https://clubalpin82.ffcam.fr>

Activités proposées : Activités montagne (randonnées, alpinisme, ski de randonnée, escalade, canyon, via ferrata, VTT, spéléo, raquettes, cartographie)

Sports de pagaie

3 Rivières Pagaies

Lieux de pratique : Principalement à Port Canal à Montauban - **Téléphone** : 06 86 17 12 13

E-mail : dd.canoe@orange.fr et 3rivièrespagaies@gmail.com

Site internet : www.assoconnect3rivièrespagaies.com

Sport scolaire

Union Sportive des Ecoles Primaires

Adresse du siège : 709, boulevard Alsace Lorraine - 82000 Montauban - **Téléphone** : 07 86 94 12 48

E-mail : useplaligue82@orange.fr - **Site internet** : www.ligue82.org

Activités proposées : athlétisme, football, basket ball, pelote basque, handball, orientation, gymnastique, kin ball.

Union National du Sport Scolaire

Adresse : Collège Ingres – 4, place du Maréchal Leclerc – BP 833 – 82008 Montauban Cedex

Téléphone : 06 86 49 90 42 - **E-mail** : unss82@ac-toulouse.fr - **Site internet** : www.unss.org

Activités proposées : 20 activités sportives

Tennis

Association Tennis Montauban

Adresse : 2145, route de St Antonin -2000 Montauban - **Téléphone** : 05 63 03 30 38

E-mail : contact@atm-tennis-padel.com - **Site internet** : <http://club.fft.fr/atm>

Tennis de table

Union Sportive Montalbanaise Tennis de Table

Adresse : 22 Avenue Chamier - 82000 Montauban - **Téléphone** : 06 23 56 44 66

E-mail : usmtennisdetable@gmail.com

Tir à l'arc

Les Archers Montalbanais

Lieu de pratique : Le Ramier - 1900, chemin de La Tauge à Montauban

Téléphone : 07 82 31 71 04 - **E-mail** : archersmontalbanais@gmail.com

Site internet : <http://archersmontalbanais.com>

Activités proposées : Apprentissage et pratique du tir à l'arc en salle et en extérieur. Pratique du tir sur parcours nature.

Tir sportif

Association Sportive des Tireurs Montalbanais

Lieu de pratique : Stand de tir du Ramier -1900 chemin de Tauge - 82000 Montauban (accès soumis à autorisation)

Téléphone : 05 63 20 03 56 - **Email** : astm82@orange.fr - **Site internet** : www.assotir82leramiermontauban.fr

Triathlon

Comité d'Organisation du Triathlon de Montauban

Téléphone : 06 75 52 46 46 - **E-mail** : yannick.pedrono@agpm.fr - **Site internet** : <https://triathlonmontauban.fr/>

Activités proposées : enchainement natation, vélo, course à pied (Triathlon, et ou Duathlon)

Triathlon Club Montalbanais

Lieux de pratique : Stade Georges Pompidou, Ingréo... - **Téléphone** : 06 95 60 84 05

E-mail : montaubantri@gmail.com - **Site internet** : www.triathlon-club-montalbanais.fr

Activités proposées : triathlon, natation, vélo, course à pied, swim run, duathlon

Twirling

Twirling Montalbanais

Lieu de pratique : Gymnase Michelet à Montauban - **Téléphone** : 06 46 31 64 71

E-mail : twirling.montalbanais@gmail.com

Activités proposées : TWIRLING – GYMNASIQUE – JONGLAGE - DANSE

Volleyball

Montauban Volleyball 82

Adresse : Palais des Sports Jacques Chirac - 2, rue du Général d'Amade – 82000 Montauban

E-mail : contact@montaubanvolley82.fr - **Site internet** : <https://www.montaubanvolley82.fr/>

Dernière mise à jour : 13/11/2025

Malgré toutes les précautions prises, il est possible que nous ayons fait des erreurs ou omission, le cas, échéant, merci de nous le signaler afin de faire les modifications nécessaires.