

Guide des sports

Ville de Grasse



www.grasse.fr

Bouger, se dépenser, partager : à chacun son sport !

À Grasse, le sport se pratique sous de nombreuses formes. Activités individuelles ou collectives, loisirs ou compétition, pratiques de plein air ou en salle : la diversité des disciplines permet à chacun de trouver une activité adaptée à ses envies, à son âge et à son niveau.

Ce guide des sports rassemble les principales associations et structures sportives de la commune ainsi que les disciplines qu'elles proposent. Il constitue un outil pratique pour découvrir une activité, trouver un club, s'informer sur les lieux de pratique et prendre contact avec les associations.

Que vous soyez débutant, pratiquant régulier ou sportif confirmé, il ne reste plus qu'à choisir votre club et à vous lancer !



DISCIPLINES SPORTIVES

Accrobranches - Automobiles - Arts martiaux	P4 à 7
Athlétisme	P7
Badminton - Basket-ball - Boules	P8 à 9
Boxe - Cyclisme/Cyclotourisme - Échecs	P9
Équitation - Escalade, Montagne - Escrime - Football	P10
Golf - Gymnastique	P11 à 12
Handball - Moto cyclisme, Trial, Enduro, Cross, moto anciennes	P12
Musculation	P12
Natation	P13
Patinage - Pelote basque et provençale - Plongée - Rugby	P13
Ski - Tennis	P14
Tennis de table - Tir - Triathlon - Twirling bâton	P15
Volley-ball	P16

SERVICE DES SPORTS

52, chemin du Grand Chêne - 06130 Grasse
Tél : 04 97 05 54 50 - secretariat.sports@ville-grasse.fr
www.grasse.fr



ACCROBRANCHES

RIVIERA NATURE

Parcours Aventure

Lieu : Chemin de la Malle

06 99 19 19 29

rivieranaturegrasse@gmail.com

www.rivieranature.fr

À partir de 4 ans

AUTOMOBILES

ASSOCIATION SPORTIVE

Automobile de Grasse

04 93 36 69 92

asagrasse06@orange.fr

www.asagrasse.fr

Grasse Loisirs

Pratique du 4x4

Lieu d'entraînement : Plateau de
Roquevignon

06 89 33 09 48

corrado.uzzoli@orange.fr

ARTS MARTIAUX

Aïkido

Académie Grassoise d'Aïkido

Lieu d'entraînement : Salle polyvalente
de Plascassier, 18 chemin du Servan

04 93 77 89 83 / 06 60 60 46 96

aikido.alpesmaritimes@gmail.com

www.alpes-maritimes.aikido.fr

Facebook : AikidoAlpesMaritimes

Aïkikai de Grasse

Lieu d'entraînement : salle Omnisports,
67 avenue de Provence

06 60 37 81 70

tanaikido@gmail.com

aikikai-grasse.odoo.com/en



JIU JITSU - KICK BOXING - BOXE THAI

KRAV MAGA

Open Form

Lieu d'entraînement : 101 avenue Auguste Renoir

04 93 42 45 19

contact@openform.fr

www.openform.fr

JUDO

École Grassoise de Judo

Lieu d'entraînement : 23 bis boulevard Émile Zola

04 93 36 22 12 / 09 81 12 42 16

hpgoby@gmail.com

www.ecolegrassoisedejudo.fr

À partir de 5 ans

Judo Club de Grasse

Lieu d'entraînement : 122 avenue Pierre Sépard

07 69 88 07 48

judo.club.de.grasse@gmail.com

www.judoclubdegrasse.e-monsite.com

À partir de 3 ans

Judo Club du Plan de Grasse

Lieu d'entraînement : Place de la Poste Le Plan

04 93 40 40 19 / 06 07 42 90 04

marc.rossio@wanadoo.fr

www.judoclubduplan.fr

À partir de 3 ans

KARATÉ

Karaté Challenger Grasse

Lieu d'entraînement : Espace Chiris, avenue de Provence

04 93 36 16 17 / 06 14 65 59 66

contact@karate-challenger.fr

www.karate-challenger.fr

À partir de 4 ans



Sempai Grasse Karaté

Lieu d'entraînement : Gymnase
Omnisports
06 83 75 45 07
dperonnet@wanadoo.fr
Facebook : Sempai Grasse Karaté

Dojo Kushanku

Lieux d'entraînement : Salle Righetti,
chemin du Lac - Quartier du Plan
07 67 10 77 77
karate-kushanku@hotmail.fr
www.dojo-kushanku.fr
Facebook : Dojo Kushanku

KUNG-FU WUSHU - TAI CHI CHUAN

Kick Boxing - Sanda

École du Tigre Blanc
Lieu d'entraînement : Espace Chiris,
avenue de Provence
04 93 36 86 74 / 06 17 62 98 45
Facebook : Ecole du Tigre Blanc
ecole.tigreblanc@gmail.com
À partir de 3 ans

TAI CHI 06

Disciplines Sportives Chinoise

Lieux d'entraînements : Espace Culturel
Altitude 500
06 10 31 74 18
ldisciplines-sportiveschinoises@hotmail.fr
www.taichi06.fr
À partir de 16 ans

TAEKWONDO

Centre International Master Park Taekwondo

Lieu d'entraînement : salle Omnisports,
avenue de Provence
06 03 08 99 73
elkellali@me.com / elkellali@icloud.com
www.masterpark.fr



Bredon taekwondo

Lieu d'entraînement : Gymnase du collège
Les Jasmins
bredontaekwondoclub@gmail.com
06 12 82 84 92

KRAV MAGA

Krav Maga Mougins

Lieu d'entraînement : Gymnase
Saint-Hilaire
06 84 01 52 85
contact@kravmagamougins.fr
www.kravmagamougins.fr

Abcc krav maga grasse

Lieu d'entraînement : Gymnase Fénélon,
122 avenue Pierre Sémard
04 39 70 67 93
eric.dibianca@wanadoo.fr

ATHLÉTISME

Courir en Pays de Grasse

Lieu d'entraînement : Stade Perdigon,
route de Pégomas
06 11 91 25 09 / 06 10 39 70 53
jean-pierre.costantin@exteriormedia.
fr /gerard-lopez-structure@wanadoo.fr /
cpgathle@gmail.com
www.cpg.athle.org
À partir de 6 ans

COURSE SUR ROUTE

Grasse Athlétic Club

Lieux d'entraînements : Stade Perdigon,
route de Pégomas
04 93 77 87 38 / 06 75 67 26 74
grasseac@orange.fr
www.grasse-athletic-club.athle.fr
À partir de 5 ans

Grasse à New-York GANY

Lieux d'entraînements : Stade Perdigon,
route de Pégomas
manudelgrange@orange.fr



BADMINTON

Badminton Club de Grasse

Lieu d'entraînement : Gymnase
Canteperdrix, avenue du 8 mai 1945
06 51 63 76 43 / 06 70 33 86 48
president@badagrasse.com
contact@badagrasse.com
www.bcg06.ffbad.club
À partir de 7 ans

BASKET-BALL

Union Sportive Grassoise

Lieux d'entraînements : Salle Omnisports,
gymnases Amiral de Grasse, De Croisset,
Canteperdrix et Les Jasmins
06 34 24 72 70 / 06 30 43 40 37
usgrassoise@gmail.com
www.usgrassoise.fr
Facebook : US.Grassoise.Basketball
À partir de 5 ans

BOULES

BOULE LYONNAISE

Ambiance Bouliste Cercle Grassois

Lieu d'entraînement : 4 route d'Auribeau
Quartier St Jacques
04 93 77 94 18
(Ouvert mercredi et samedi de 15h à 19h)

Pétanque et jeu provençal

Amicale Bouliste Saint Joseph
Lieu d'entraînement : 16 chemin
Saint-Joseph
04 93 77 91 00

Grasse Pétanque

Lieu d'entraînement : Boulodrome Gaston
de Fontmichel, 77 chemin du Grand
Chêne
06 12 29 62 83 / 04 93 09 88 28
grassepetanque06@sfr.fr



Sporting Club de Magagnosc

Lieu d'entraînement : Boulodrome
Saint-Laurent, 6 avenue Saint-Laurent
04 93 36 56 30
scm06520@gmail.com
Facebook : Sporting club de Magagnosc

BOXE

BOXE ANGLAISE

Boxing Club de Grasse

Lieu d'entraînement : 2 allée des Bains
04 93 60 35 87 / 06 27 65 31 86
06 61 17 22 77
bcg06130@hotmail.fr
Facebook : Boxing Club Grasse

BOXE FRANÇAISE

Sport Impact

Lieu d'entraînement : ZI du Carré
06 17 65 70 82
jp.sportimpact@free.fr

CYCLISME/CYCLOTOURISME

Amicale Cyclotouriste Grassoise

Lieu de rendez-vous : Cours Honoré
Cresp
06 88 70 20 38 / 06 29 95 24 59
albert.olive@laposte.net

Union Cycliste Grassoise

Lieu de rendez-vous : Cours Honoré
Cresp
06 20 76 04 30
thomas_desroches@hotmail.fr

ÉCHECS

Grasse Échecs

Lieu d'entraînement : Immeuble Crabalona
(face à l'école), 50/62 route de Cannes
06 10 65 15 09
grasse-echecs@orange.fr
www.grasse-echecs.com



ÉQUITATION

Club Hippique de Grasse

Lieu d'entraînement : 168 route de Cannes

04 93 70 55 41

jahanjm@wanadoo.fr

www.clubhippiquedegasse.com

À partir de 4 ans

ESCALADE - MONTAGNE

Groupe Montagne Altitude 500

Lieux d'entraînement : Gymnases Amiral de Grasse et Saint-Hilaire

06 20 63 64 22

bureau@gma500.fr

www.gma500.fr

À partir de 7 ans

ESCRIME

Cercle d'Escrime Pays de Grasse

Lieu d'entraînement : Salle d'arme intercommunale, 2 rue Martine Carol

04 93 36 50 07

cercledescrimepaysdegasse@gmail.com

www.cercledescrimepaysdegasse.fr

À partir de 5 ans

FOOTBALL

Racing Club de Grasse

Lieux entraînement : Stades de La Paoute, Jean Girard et Chilette

04 93 70 62 74

administratif@rcgrasse.fr

www.rcpaysdegasse.fr

À partir de 5 ans



GOLF

Golf Country Club de Saint Donat

Lieu d'entraînement : 270, route de Cannes

04 93 09 76 60

info@golfsaintdonat.com

www.golfsaintdonat.com

À partir de 6 ans

Golf du Claux Amic

Lieu d'entraînement : 1 route des 3 Ponts

04 93 60 55 44

reservation@claux-amic.com

www.claux-amic.com

GYMNASTIQUE

Entente Gymnique Grasseise

Lieu d'entraînement : Gymnase Perdigon, route de Pégomas

04 93 09 80 00

entente-gym-grasse@orange.fr

www.gym-grasse.fr

À partir de 18 mois

PGHB Gym

Remise en forme (adultes)

Lieu d'entraînement : Salle Omnisports

04 93 09 18 33

nico.duchene@orange.fr

HYGI MOUV Gymnastique

Volontaire de Grasse

Cours de gymnastique, pilate et marche nordique

Lieux d'entraînements : Salle Omnisports, gymnases Amiral de Grasse et De Croisset, salles polyvalentes de Saint-Antoine, Le Plan et Saint-Jacques

06 07 27 09 85

jean-henri.merli@orange.fr

www.hygimouv.com

À partir de 16 ans (accompagné)



Coach sportif diplômé « Sport Santé »

Maintien et remise en forme adaptées aux pathologies de chacun.

Lieux d'entraînement : en extérieur
aslsaintjacques@gmail.com

HANDBALL

pays de grasse handball ASPTT

Lieux d'entraînements : Gymnases
Canteperdrix et Tocqueville à Grasse,
06 89 98 36 61

www.pghb-asptt.com

paysdegrassehbasptt@gmail.com

À partir de 4 ans

MOTO CYCLISME - TRIAL

ENDURO

Cross - moto anciennes

Amical Motor Club de Grasse

Lieu d'entraînement : Roquevignon

06 60 57 72 05 / 04 93 70 26 57

amcgrasse@gmail.com

Facebook : AMC Grasse

MUSCULATION

Salle municipale de musculation

« Grasse Nord »

Lieu d'entraînement : Allée des Bains

04 97 05 57 05

Salle municipale de musculation

« Les Fleurs de Grasse »

Lieu d'entraînement : 50 route de Cannes

04 93 40 85 93



NATATION

Les Dauphins de Grasse

Lieu d'entraînement : Piscine Harjès,
avenue Saint-Exupéry
04 93 36 91 61
(16h-19h30 et le samedi 9h-11h)
www.dauphinsdegrasse.com
dauphinsdegrasse@gmail.com
À partir de 5 ans

PATINAGE

Patinage Pays de Grasse

Lieu d'entraînement : Esplanade
du Fronton du Plan de Grasse
patinagepg@gmail.com

PELOTE BASQUE

ET PROVENÇALE

Union Sportive Planoise - Grasse Pelotari Club

Lieu d'entraînement : Le Trinquet,
10 chemin du Lac
04 93 40 81 41 / 06 60 95 15 25
www.grassepelotariclub.fr
grassepelotariclub@gmail.com
À partir de 7 ans

PLONGÉE

Estérel Plongée

Lieu d'entraînement : Piscine Harjès
06 62 18 87 93 / 06 70 39 05 34
club.esterelplongee@gmail.com

RUGBY

Rugby Olympique de Grasse

Lieux d'entraînement : Stades Perdigon
et Plascassier
04 93 70 72 55
rugbyolympiquegrasse@gmail.com
www.rugby-grasse.fr
À partir de 6 ans



Ruby tourist

Lieu d'entraînement : Stade de Plascassier
06 15 01 40 00
rubytouristgrasse@gmail.com
Facebook : Ruby Tourist

Rugbytots

Lieux d'entraînement : Stade Perdigon
et Plascassier
06 87 82 31 10 / 06 87 42 58 71
paysdegrasse@rugbytots.fr
Facebook : Rugbytots Pays de Grasse

SKI

Ski Club de Grasse

Lieu d'entraînement : Roquevignon
06 17 71 68 53
contact@skiclubdegrasse.com
www.skiclubgrasse.fr

TENNIS

Association Sports et Loisirs

Lieu d'entraînement : Tennis de
La Chênaie, 2 route d'Auribeau
06 83 53 45 73 / 06 11 46 22 39
christinefilippi06@gmail.com
aslsaintjacques@gmail.com
www.tenup.fft.fr
À partir de 4 ans
Pratique de tennis fauteuil et tennis
adapté dès 3 ans

All in tennis padelcountry club de Grasse

Lieu d'entraînement : 190 route de
Cannes
04 93 70 22 86 / 04 93 77 91 84
Allintenniscountryclub@gmail.com

Tennis Altitude 500 Grasse

Lieu d'entraînement : Tennis Altitude 500
route Napoléon
04 93 36 87 60 / 06 95 28 46 32
tennisaltitude500grasse@gmail.com
www.tennisaltitude500grasse.fr
À partir de 5 ans



TENNIS DE TABLE

Grasse Tennis de table

Lieu d'entraînement : Gymnase
Saint-Exupéry
06 10 20 28 03
grassetennisdetable@gmail.com
www.grassetennisdetable.fr

TIR

Avenir de Grasse

Lieux d'entraînements : Espace Chiris
et Allée des Bains
04 93 36 51 59
avenirdegrasse1@orange.fr
www.avenirdegrasse.fr

TRIATHLON

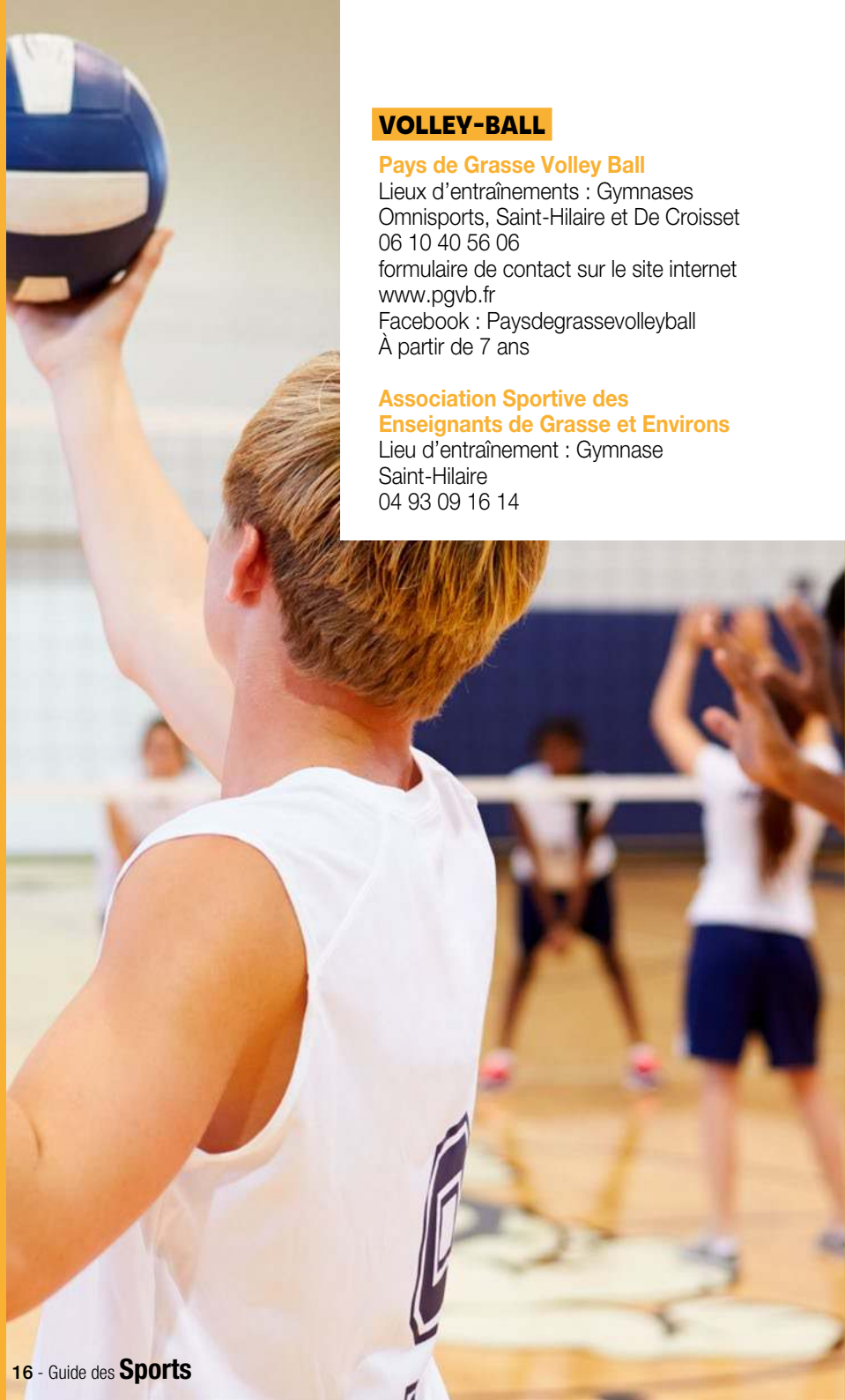
Triathlon du Pays Grassois

Lieux d'entraînements : Course à pied
au stade Perdigon, natation aux piscines
Harjès et Altitude 500, vélo sur rdv
06 38 60 30 60
triathlondupaysgrassois@gmail.com
www.triathlondupaysgrassois.jimdoweb.com
À partir de 7 ans

TWIRLING BÂTON

Union Sportive du Plan de Grasse

Lieux d'entraînements : Salles Les
Jasmins et Omnisports
06 74 91 06 25
sabinejerome@yahoo.fr
www.twirlingbaton-plandegrasse.com
À partir de 3 ans



VOLLEY-BALL

Pays de Grasse Volley Ball

Lieux d'entraînements : Gymnases
Omnisports, Saint-Hilaire et De Croisset
06 10 40 56 06
formulaire de contact sur le site internet
www.pgvb.fr
Facebook : Paysdegrassevolleyball
À partir de 7 ans

Association Sportive des Enseignants de Grasse et Environs

Lieu d'entraînement : Gymnase
Saint-Hilaire
04 93 09 16 14



Guide^{des} sports

Ville de Grasse

SERVICE DES SPORTS

52, chemin du Grand Chêne

06130 Grasse

Tél. 04 97 05 54 50

www.grasse.fr