

# Catalogue des activités sportives et culturelles du CSA de Dakar

SAISON 2021 – 2022



Mise à jour le 1<sup>er</sup> décembre 2021

*Avec à ce jour près de 60 sections actives, le club sportif et artistique des éléments français au Sénégal club offre un large éventail d'activités aux personnels militaires, familles et amis, participant activement à l'épanouissement sportif et culturel de chacun ainsi qu'au rayonnement des éléments français au Sénégal.*

[RETOUR TABLE DES MATIERES](#)

## Table des matières

LE MOT DU PRÉSIDENT .....	4
ORGANISATION DU CLUB .....	4
ADHÉSION AU C.S.A. DAKAR .....	5
COTISATIONS .....	6
AEROMODELISME .....	7
AIDES AUX DEVOIRS .....	8
AIKIDO GEILLE ET ST EXUPERY .....	9
ANIMALIER .....	10
BABY GYM.....	11
BADMINTON .....	12
BASKET BALL.....	13
BELOTE - TAROT.....	14
BIBLIOTHEQUE GEILLE .....	15
CIRQUE .....	16
COWORKING .....	17
CYCLISME .....	18
COURSE A PIED .....	19
COUTURE GEILLE.....	20
CROCHET .....	21
DANSE AFRICAINE .....	22
DANSE CLASSIQUE – MODERNE JAZZ .....	23
DANSE LATINE / TROPICALE ET COUNTRY.....	24
DESSIN.....	25
ÉQUITATION .....	26
FIGURINES et MAQUETTES .....	27
FITNESS GEILLE .....	28
FOOTBALL.....	29
GOLF .....	30
HUMANITAIRE .....	31
JUDO GEILLE ET ST EXUPERY .....	32
KARATÉ .....	33
KRAV MAGA.....	34
LANGUES ETRANGERES ANGLAIS .....	35
LOCATION VOITURE .....	36
MECANIQUE AUTO .....	37
MOTO .....	38
MOTO CROSS KID .....	39

[RETOUR TABLE DES MATIERES](#)

MUSCULATION CROSS TRAINING – CROSS FIT .....	40
MUSIQUE.....	41
PADDLE .....	42
PEINTURE SUR PORCELAINE .....	43
PÉTANQUE .....	44
PILATES GEILLE.....	45
PLONGÉE SOUS MARINE .....	46
POKER .....	47
ROLLER .....	48
RUGBY .....	49
SCRAPBOOKING .....	50
SURF .....	51
TAEKWONDO .....	52
TENNIS.....	53
VOLLEY-BALL.....	54
WOLOF.....	55
HOME STAGING PROTET .....	56
ARTS CREATIFS – ST EXUPERY .....	57
BIBLIOTHEQUE - ST EXUPERY .....	58
COUTURE – ST EXUPERY .....	59
FITNESS – ST EXUPERY .....	60
MUSCULATION CROSS FIT ST EXUPERY – PROTET .....	61
PILATES – ST EXUPERY .....	62
RAQUETTES – ST EXUPERY .....	63

# LE MOT DU PRÉSIDENT

*A l'orée de cette nouvelle saison, je souhaite bon vent à nos camarades qui ont quitté le club, la bienvenue aux futurs adhérents et remercie les anciens licenciés qui ont choisi de continuer de pratiquer leur passion au sein du club sportif et artistique des éléments français au Sénégal.*

*Ce club est avant tout le vôtre. Avec près de 60 activités proposées pour tous les âges, le CSA des EFS permettra de vous épanouir dans une de vos passions, sportives et/ou culturelles ou de découvrir un nouveau loisir.*

*Il est organisé pour que vos proches puissent également bénéficier de cet éventail d'activités dans un esprit toujours amical.*

*Il contribue à développer certaines idées telles que la SOLIDARITE, le PARTAGE, la CONVIVIALITE et bien sûr une fonction éminemment EDUCATIVE.*

*Tous ces principes seront les fils conducteurs qui animeront mon action à votre service durant l'année à venir.*

*Notre engagement bénévole sera toujours orienté vers l'amélioration des pratiques sportives et culturelles dans le but de mieux vous accueillir et vous satisfaire pour une cotisation raisonnable.*

*En perpétuelle évolution, le CSA inscrit à son catalogue d'activités, au fil de l'eau, tout au long de l'année, de nouvelles disciplines qui voient le jour grâce à l'engagement et au dynamisme de nos animateurs bénévoles. Je ne peux donc que vous inviter à prendre part à la vie du CSA Dakar par votre adhésion ou votre investissement personnel.*

*Bienvenue dans votre club.*


*Bien sportivement et artistiquement.*

*Le commandant Youssef Ben El Mabrouk*

## ORGANISATION DU CLUB

Association loi 1901 affiliée à la Fédération des Clubs de la Défense (FCD) - numéro d'agrément jeunesse et sport : 08314 ET 0010

000 7 27 60 10

Les membres du bureau		
Le président : commandant Youssef Ben El Mabrouk		
Le vice-président : adjudant-chef Hervé Grannec		
La trésorière : Mme Fanny Angibaud		
La secrétaire : Mme Aminata BA		
Le secrétariat		
Contact	Adresse	Horaires d'ouverture
Téléphone : (221) 33.839.60.97 <a href="mailto:secretariat.csa.dakar@gmail.com">secretariat.csa.dakar@gmail.com</a>	Quartier colonel Geille à Ouakam (face à l'hôpital militaire)	<b>Du lundi au jeudi</b> 8h30-12h45 13h15-17h00 <b>Vendredi</b> 8h30-14h30
Rejoignez-nous sur notre page Facebook !		
Permanence trésorerie		
Sur RDV au 78 188 84 59		

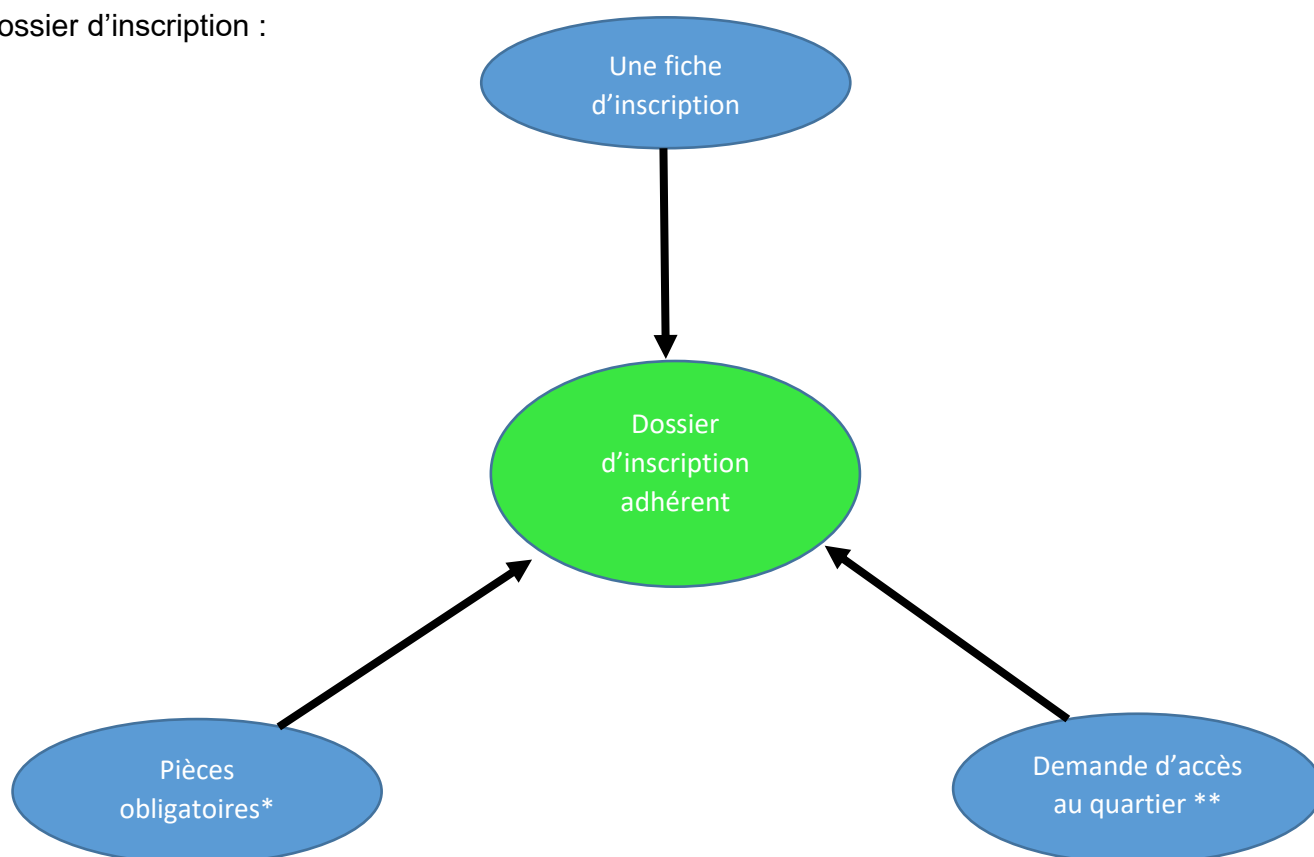
# ADHÉSION AU C.S.A. DAKAR

## Qui peut adhérer ?

Toute personne peut s'inscrire sous réserve de place disponible, une priorité est accordée en fonction de votre situation :

Vous, votre conjoint et enfants mineurs	
Militaire en activité, personnel civil, coopérant et leur famille. Réserviste opérationnel, et citoyen, stagiaire, militaire à la retraite.	Familles de réserviste opérationnel, citoyen et de militaire à la retraite. Extérieurs aux EFS.
<b>PRIORITE 1</b>	<b>PRIORITE 2</b>

Le dossier d'inscription :



\* liste des pièces obligatoires :

- pour les majeurs : certificat médical de non contre-indication à la pratique de chaque activité choisie ;
- pour les mineurs : questionnaire relatif à l'état de santé du mineur hors plongée subaquatique, sport mécaniques si compétition et rugby pour lesquels le certificat médical est obligatoire ;
- règlement par chèque à l'ordre du CSA Dakar ou espèces.

\*\* demande d'accès au quartier :

- Photo d'identité ;
- Copie carte grise et attestation d'assurance ;
- Copie carte d'identité ou passeport ;
- Pour les accompagnateurs, le versement d'une somme de 2 000 FCFA est demandé pour la confection du badge d'accès.

Vous pouvez les trouver au secrétariat du CSA, sur le site intradef des EFS, ainsi que sur la page FACEBOOK du CSA.

## Règlement interne

Chaque adhérent est tenu de se conformer au règlement de service intérieur des EFS et au règlement interne du club.

Rappel sur quelques points :

- Macaron véhicule obligatoire collé sur le pare-brise ;
- Respect du code de la route ;
- Stationnement strictement limité aux parkings existants ;
- Tout adhérent mineur doit être accompagné d'un adulte ;
- La carte d'accès sera systématiquement présentée à l'entrée des sites.

**Tout manquement à ces règles pourra être sanctionné par un avertissement puis l'exclusion de l'adhérent en cas de récidive.**

Accidents et procédure d'urgence



Brigade nationale des sapeurs-pompiers sénégalais : 18

SOS médecins : 33 889 15 15

Astreinte pompier EFS : 77 569 17 89 / 77 740 47 95

Brigade prévôtale française : 78 634 85 04

Officier de garde : 77 637 48 71

**Tout accident est à signifier immédiatement au secrétariat** (même si l'encadrant ou le responsable d'activité sont déjà informés) par courriel : [secretariat.csa.dakar@gmail.com](mailto:secretariat.csa.dakar@gmail.com) ou au (221) 33.839.60.97.

## COTISATIONS

Population	Adhésion au CSA (dont assurance)		Cotisation section
EFS et coopérants	Adulte	25 000FCFA	Cf. descriptions des activités
	Enfant	20 000FCFA	
	MCD	15 000FCFA	A la diligence des responsables de section
Extérieurs aux EFS	Adulte et enfant	45 000FCFA	Cf. descriptions des activités
Inscription inférieure à 72h	Adulte et enfant	5 000FCFA	A la diligence des responsables de section
Ami et famille inférieur à 4 mois	Adulte et enfant	20 000FCFA	A la diligence des responsables de section

En cas d'arrêt en cours d'année, **aucun remboursement ne pourra être sollicité** (excepté si accident durant l'activité).

# AEROMODELISME

**En quelques mots :** l'activité principale de la section est l'apprentissage de l'aéromodélisme.



**Responsable de la section :** Anderson MATO

**Animateur :** Bruno WEILLER

**Coordonnées :** 78.444 15 35

**Lieux :**

- salle « Hakuna Matata » dans le bâtiment 22 du quartier Geille pour les constructions, sciences connexes et simulateurs de vol ;
- grande paillote du quartier Geille (modèles à voilure fixe ou tournante de petite taille) ;
- Terrains de rugby et de football pour les vols en extérieur.

**Horaires :**

**§-Atelier :**

- mercredi de 14h à 18h et le samedi de 10h à 18h si moniteur disponible ;
- autorisé chaque jour entre 8h et 19h pour ayants-droits EFS si moniteur disponible.

**§- Pilotage au stade de rugby ou de foot :**

- en semaine horaires libres pour ayants-droits EFS selon les disponibilités du stade et si le moniteur est présent ;
- le samedi de 9h à 15h et de 17h au crépuscule si moniteur disponible. Vol de nuit interdit.

**§- Occasionnellement pilotage « indoor »** dans la grande paillote.

**Date de début – fin de saison :** 1<sup>er</sup> septembre 2021 au 31 août 2022

Certificat médical obligatoire : ~~OUI~~ – NON

**Tarifs section : adultes - enfants**

- 35 000 FCFA par adhérent des EFS quel que soit l'âge et la composition de famille ;
- 35 000 FCFA pour les extérieurs quel que soit l'âge et la composition de famille.



# AIDES AUX DEVOIRS

## En quelques mots :

Le but de la section Aide aux Devoirs est :

- d'aider à effectuer les devoirs fournis par l'éducation nationale ;
- de progresser, sans se substituer à l'enseignement.



**Responsables de la section :** Aude HANOTAUX et Aurore KIPPER

**Animateurs :** Mme ROKHAYA et autre à venir.

**Coordonnées :** 78 437 63 42

**Lieux :** quartier colonel Geille, paillote Poker, salle cours de langue du bâtiment 04 et salle loisirs créatifs du bâtiment 30.

## Horaires :

- lundi :
  - o 14h00 à 15h00 en salle cours de langues du bâtiment 04 ;
  - o 17h30 à 18h30 en salle loisirs créatifs.
- mardi de 17h30 à 18h30 à la paillote poker ;
- mercredi de 14h00 à 16h00 en salle cours de langues du bâtiment 04 ;
- jeudi :
  - o de 14h00 à 15h00 en salle cours de langues du bâtiment 04 ;
  - o 17h30 à 18h30 à la paillote poker.
- vendredi :
  - o 14h00 à 15h00 en salle cours de langues du bâtiment 04 ;
  - o 17h30 à 18h30 en salle loisirs créatifs.

**Date de début – fin de saison :** 1<sup>er</sup> septembre 2021 au 30 juin 2022

Certificat médical obligatoire : ~~OUI~~ – NON

## Tarifs section : enfants

15 000 FCFA par mois pour le paiement des cours. Ils doivent être réglés au chef de la section qui paye les professeurs.

[RETOUR TABLE DES MATIERES](#)



# AIKIDO GEILLE ET ST EXUPERY

**En quelques mots :** la section aikido permet aux adhérents de pratiquer un art martial japonais composé de techniques avec armes et à mains nues utilisant la force de l'adversaire ou plutôt son agressivité et sa volonté de nuire.



**Responsable de la section :** Laurent SAEZ

**Animateur :** Ibrahima BA

**Coordonnées :** 78 450 60 02

**Lieux :**

- quartier Geille : bâtiment 30 (ancienne ludothèque) ;
- Saint Exupéry : dojo.

**Horaires :**

- lundi : 17h00 / 19h00 adultes à Geille ;
- mardi : 17h30 / 19h00 adultes à Saint-Exupéry ;
- mercredi : 16h30 / 18h00 enfants à Geille ;
- jeudi : 17h00 / 19h00 adultes à Geille ;
- vendredi :
  - o 16h00 / 17h30 enfants à Saint-exupéry ;
  - o 17h30 / 19h00 adultes à Saint-exupéry.

**Date de début – fin de saison :** 1<sup>er</sup> septembre 2021 au 30 juin 2022.

**Certificat médical obligatoire :**

- pour les adultes : certificat médical ou questionnaire QS SPORT ;
- pour les mineurs : certificat médical ou questionnaire relatif à l'état de santé du sportif mineur.

**Tarifs section : adultes - enfants**

- 10 000 FCFA par adhérent des EFS ;
- 10 000 FCFA pour les extérieurs.

A cela se rajoute la prestation du professeur :

- 60 000 FCFA par trimestre pour les adultes ;
- 30 000 FCFA par trimestre pour les enfants.

# ANIMALIER

**En quelques mots** : la section « animalier » a pour principal objectif la lutte contre la prolifération des chats errants au sein des emprises des EFS. Après un travail de repérage quantitatif et qualitatif, les adhérents feront appel à un vétérinaire conventionné afin de réaliser les opérations de stérilisation et d'effectuer un bilan de santé rapide des chats.



**Responsable de la section** : Sonia BEN EL MABROUK

**Adjoint** : un correspondant par site des EFS concernés par la prolifération des chats sera désigné parmi les volontaires.

**Coordonnées** : 77 412 2436 [clubanimalier.csadakar@gmail.com](mailto:clubanimalier.csadakar@gmail.com)

**Lieux** : emprises des EFS

**Horaires** : du lundi au dimanche de 7h à 18h

**Date de début – fin de saison** : 1<sup>er</sup> septembre 2021 au 31 août 2022

Certificat médical obligatoire : ~~OUI~~ NON

**Tarifs section : adultes - enfants**

- 1 000 FCFA par adhérent des EFS ;
- 1 000 FCFA pour les extérieurs.

# BABY GYM

**En quelques mots :** la section BABY GYM est une activité sportive d'éveil pour les petits idéale pour se défouler et apprendre à maîtriser son corps.



**Responsable de la section :** Nadia DUTHIL

**Adjoint :** Bernard Duthil

**Animateurs :** Bernard Duthil, Claire Ripoche

**Coordonnées :** 77 750 74 07

**Lieux :** dojo dans le bâtiment 22, quartier Geille

**Horaires :**

- Groupe 1, enfants de 10 mois à 2 ans : Mardi 16h00-16h45 ;
- Groupe 2, enfants de 3 ans à 4 ans : Mardi 16h55-17h40.

**Date de début – fin de saison :** 1<sup>er</sup> septembre 2021 au 30 juin 2022

**Certificat médical obligatoire :**

- certificat médical ou questionnaire relatif à l'état de santé du sportif mineur.

**Tarifs section :**

- 15 000 FCFA par adhérent des EFS ;
- 15 000 FCFA pour les extérieurs.

# BADMINTON

**En quelques mots :** permettre aux adhérents débutants et confirmés de pratiquer le badminton.



**Responsable de la section :** Mélanie GENIN

**Adjoint :** Yann LEZINEAU

**Coordonnées :** 78 306 81 76 [csa-badminton.efs@protonmail.com](mailto:csa-badminton.efs@protonmail.com)

**Lieux :** quartier colonel Geille

- gymnase (à confirmer) ou autre : 1 terrain ;
- espace cinéma (plein air) : 3 terrains.

**Horaires :**

ACCES / SAISON	HORAIRES	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Gymnase ANNUELLE	Gymnase (1 terrain)	19H - 21H30	19H - 21H30	18H30 - 21H30	19H - 21H30	13H - 21H30	08H - 18H	08H - 18H
		TOUS (6 max)	TOUS (6 max)	TOUS (6 max)	TOUS (6 max)	TOUS (6 max)	TOUS (6 max)	TOUS (6 max)
Cinéma Base NOV à JUL	Cinéma Base (3 terrains)	07H - 18H	07H - 18H	07H - 18H	07H - 18H	07H - 12H		
		TOUS	TOUS	TOUS	TOUS	TOUS		

Des tournois pourront être organisés le week-end.

**Date de début – fin de saison :** 1<sup>er</sup> septembre 2021 au 30 juin 2022

**Certificat médical obligatoire :**

- pour les adultes : certificat médical ou questionnaire QS SPORT ;
- pour les mineurs : certificat médical ou questionnaire relatif à l'état de santé du sportif mineur.

**Tarifs section : adultes - enfants**

- 5 000 FCFA par adhérent des EFS ;
- 10 000 FCFA pour les extérieurs.

[RETOUR TABLE DES MATIERES](#)

# BASKET BALL

**En quelques mots :** la section permet l'apprentissage et la pratique régulière du basket Ball lors de séances d'entraînement encadrées par un coach confirmé.



**Responsable de la section :** Nicolas GOETZMANN

**Adjointe :** Léa VIX

**Animateurs :** Ousmane BEN ABDALLA DIAGNE

**Coordonnées :** 78 30 12 629

**Lieux :** terrain de basket du quartier colonel Geille

**Horaires :**

- lundi 17h30 à 19h00 ;
- mercredi de 17h00 à 18h30 ;
- jeudi 17h30 à 19h00.

**Date de début – fin de saison :** 1<sup>er</sup> septembre 2021 au 30 juin 2022

**Certificat médical obligatoire :**

- pour les adultes : certificat médical ou questionnaire QS SPORT ;
- pour les mineurs : certificat médical ou questionnaire relatif à l'état de santé du sportif mineur.

**Tarifs section : adultes - enfants**

L'adhésion à la section Basket pour la saison 2021-2022 est de :

- 10 000 FCFA par adhérent des EFS.
- 10 000 FCFA pour les extérieurs.

Chaque adhérent (EFS et extérieurs) devra s'acquitter d'un abonnement de 45 000 FCFA à l'année.

70 000 FCFA à l'année pour deux enfant inscrits.

A cela s'ajoute 25 000 FCFA pour les adhérents (EFS et extérieurs) participant à la séance du jeudi.

# BELOTE - TAROT

**En quelques mots :** la section BELOTE permet aux adhérents de jouer à différents jeux de cartes tels que la belote, la coinche, le tarot etc.



**Responsable de la section :** Katia BOUNOUARA

**Animateurs :**

- M PITOU Pierre-Marie ;
- MT REBOURS Pierre-Bernard.

**Coordonnées :** 77 774 38 66

**Lieux :** paillote POKER du quartier colonel Geille

**Horaires :** tous les jeudis de 20h00 à 00h00

**Date de début – fin de saison :** 1<sup>er</sup> septembre 2021 au 30 juin 2022

Certificat médical obligatoire : ~~OUI~~ NON

**Tarifs section : adultes - enfants**

- 10 000 FCFA par adhérent des EFS ;
- 10 000 FCFA pour les extérieurs.



# BIBLIOTHEQUE GEILLE

**En quelques mots :** la section BIBLIOTHEQUE permet aux adhérents de pouvoir accéder aux ouvrages mis à leur disposition par la bibliothèque.



**Responsable de la section :** Claire GODARD

**Adjoint :** Alain SOYEZ

**Animateurs :** des bénévoles proposent leurs services chaque nouvelle année et s'occupent des permanences de la bibliothèque.

**Coordonnées :** [csabibliotheque160@gmail.com](mailto:csabibliotheque160@gmail.com)

**Lieux :** bibliothèque du quartier colonel Geille

**Horaires :** du lundi au jeudi de 16h00 à 18h00

**Date de début – fin de saison :** 1<sup>er</sup> septembre 2021 au 30 juin 2022

Certificat médical obligatoire : ~~OUI~~ – NON

**Tarifs section : adultes - enfants**

- 5000 FCFA par adhérent des EFS ;
- 10000 FCFA pour les extérieurs.

[RETOUR TABLE DES MATIERES](#)



# CIRQUE

**En quelques mots :** la section CIRQUE permet aux adhérents de pratiquer les activités du cirque.



**Responsable de la section :** Mme Caroline LAUDE

**Animateurs :** M. Modou Fata Touré, M. Adjil MBEN LAM, M. Mouhamed Moustapha, M. Fara Biram DIOP et Mme Mariétou THIAM.

**Coordonnées :** 77 291 82 14

**Lieux :** salle Dojo au bâtiment 22 du quartier Geille

**Lieux :** salle Dojo au bâtiment 22 du quartier Geille

**Horaires :**

- mercredi 15h00-16h00 et 16h00-17h00 ;
- samedi 14h00-15h00 et 15h00-16h00.

**Date de début – fin de saison :** 1<sup>er</sup> septembre 2021 au 30 juin 2022

**Certificat médical obligatoire :**

- pour les mineurs, certificat médical ou questionnaire relatif à l'état de santé du sportif mineur.

**Tarifs section : enfants**

- 5 000 FCFA par adhérent des EFS ;
- 7 000 FCFA pour les extérieurs.

La prestation de l'animateur est de 30 000 FCFA par trimestre.

# COWORKING

**En quelques mots :** La section Coworking permet aux adhérents de télé-travailler dans un environnement propice à la concentration et à la performance. Cet espace offre également un lieu d'échange d'idées et de partage d'énergie aux personnes qui en ont besoin dans leur travail. Une solution pour sortir du « home office »!



**Responsable de la section :** Raphaëlle Desjardins

**Adjointe :** Claire Michaud

**Coordonnées :** 78 153 6170

**Lieux :** salle cours de langues du bâtiment 04 du quartier Geille

**Horaires :**

- lundi au mercredi de 08h00 à 12h30 ;
- vendredi de 08h00 à 12h30.

**Date de début – fin de saison :** 1<sup>er</sup> décembre 2021 au 31 août 2022.

Certificat médical obligatoire : ~~OUI~~ – NON

**Tarifs section : adultes**

- 33 000 FCFA par adhérent des EFS et extérieurs ;

# CYCLISME

**En quelques mots :** la section cyclisme permet aux adhérents de pratiquer le vélo de course et le VTT à l'extérieur de la base de façon encadré par des passionnés de vélo.



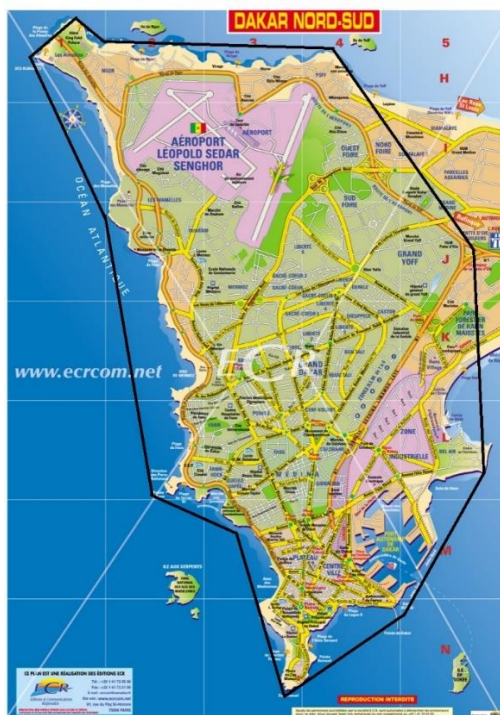
**Responsable de la section :** Guillaume BOUVIER

**Adjoint :** Roland TOALY

**Coordonnées :** 78 547 68 76

**Lieux :** ensemble des routes et pistes de la zone délimitée sur le plan ci-dessous.

Certains week-end des sorties vélo seront organisées en dehors de la presqu'île, encadrées par des notes de service.



**Horaires :**

- du lundi au vendredi de 06h30 à 09h30 ;
- le samedi et dimanche de 06h30 à 12h00.

**Date de début – fin de saison :** 1<sup>er</sup> septembre 2021 au 30 juin 2022.

**Certificat médical obligatoire :**

- pour les adultes : certificat médical ou questionnaire QS SPORT ;
- pour les mineurs : certificat médical ou questionnaire relatif à l'état de santé du sportif mineur.

**Tarifs section : adultes**

- 1 000 FCFA par adhérent des EFS ;
- 1 000 FCFA pour les extérieurs.

[RETOUR TABLE DES MATIERES](#)

# COURSE A PIED

**En quelques mots :** la section course à pied permet aux adhérents la pratique encadrée de la course à pied.



**Responsable de la section :** Echeme EL MHARRAF

**Animateur :** Echeme EL MAHRRRAF

**Coordonnées :** 78 115 60 73

**Lieux :** chemin périphérique et les voies de circulation du quartier Geille.

**Horaires :**

- les lundis à 07h00 ;
- les mardis et jeudis à 17h45 ou 18h00 selon la saison ;
- samedi ou dimanche à 08h00.

**Date de début – fin de saison :** 1<sup>er</sup> septembre 2021 au 30 juin 2022

**Certificat médical obligatoire :**

- pour les adultes : certificat médical ou questionnaire QS SPORT ;
- pour les mineurs : certificat médical ou questionnaire relatif à l'état de santé du sportif mineur.

**Tarifs section : adultes - enfants**

- 10 000 FCFA par adhérent des EFS.
- 15 000 FCFA pour les extérieurs.

# COUTURE GEILLE

**En quelques mots :** la section couture permet aux adhérents de pratiquer la couture au sein de la salle mise à disposition, des machines à coudre ainsi qu'une surjeteuse sont disponibles.



**Responsable de la section :** Audrey LEFORT

**Adjointe :** Stéphanie VAUTRIN

**Animatrices :** Fanny ANGIBAUD, Claire MICHAUD, Marie DUBOIS

**Coordonnées :** 78 444 11 76

**Lieux :** salle loisirs créatifs du bâtiment 30

**Horaires :**

- lundi – mardi – mercredi - jeudi 9H - 12H ;
- mardi ou jeudi 17H30 – 20H ;
- mercredi (enfants) 13h30 – 15h30.

**Date de début – fin de saison :** 1<sup>er</sup> septembre 2021 au 30 juin 2022

Certificat médical obligatoire : ~~OUI~~ – NON

**Tarifs section : adultes - enfants**

- 15 000 FCFA par adhérent des EFS (adulte) et 5000 FCFA par enfant ;
- 25 000 FCFA pour les extérieurs.



# CROCHET

**En quelques mots :** la section crochet permet à ses adhérents d'apprendre et/ou se perfectionner dans la pratique de cette activité.



**Responsable de la section :** Pierre-Yves DUPÉ

**Adjoint :** Julia DUPÉ

**Coordonnées :** 77 798 81 40

**Lieux :** salle peinture sur porcelaine, bâtiment 004

**Horaires :** mardi de 9h00 à 12h00

**Date de début – fin de saison :** 1<sup>er</sup> septembre 2021 au 30 juin 2022

Certificat médical obligatoire : ~~OUI~~ – NON

**Tarifs section : adultes - enfants**

- 10 000 FCFA par adhérent des EFS ;
- 15 000 FCFA pour les extérieurs.

[RETOUR TABLE DES MATIERES](#)

# DANSE AFRICAINE

**En quelques mots :** permettre aux adhérents de s'initier et pratiquer la danse africaine.



**Responsable de la section :** Fabienne CAPDEBOS

**Animateurs :** Marie Jeanne Gomis

**Coordonnées :** 77 838 84 74

**Lieux :** quartier colonel Geille, paillotte poker ou grande paillotte

**Horaires :** mardi de 16h à 18h

**Date de début – fin de saison :** 1<sup>er</sup> septembre 2021 au 30 juin 2022

Certificat médical obligatoire : ~~OUI~~ – NON

**Tarifs section : adultes - enfants**

- 25 000 FCFA/ trimestre par adhérent adulte ;
- 20 000 FCFA/ trimestre par adhérent enfant des EFS ;
- 30 000 FCFA/ trimestre par adulte et 25 000 par enfant pour les extérieurs.



# DANSE CLASSIQUE – MODERNE JAZZ

**En quelques mots :** la section DANSE CLASSIQUE ET MODERN JAZZ permet aux adhérents de s'épanouir pleinement dans les activités de la section.



**Responsables de la section :** Anne BOURGEOIS et Aude HANOTAUX

**Animatrices :** Kether HAYDEN et Marianne NIOX

**Coordonnées :** 77 389 42 32 ou 78 437 63 42

**Lieux :** quartier colonel Geille, salle fitness du gymnase

**Horaires :**

- mardi de 16h30 à 19h ;
- vendredi de 15h45 à 19h.

**Date de début – fin de saison :** 1<sup>er</sup> septembre 2021 au 30 juin 2022.

Certificat médical obligatoire : ~~OUI~~ – NON

**Tarifs section : adultes - enfants**

- 20 000 FCFA par adhérent des EFS ou extérieurs pour l'adhésion à la section.
- 20 000 FCFA par mois pour les cours de danse jazz et danse classique ;
- 25 000 FCFA par mois pour les cours de danse classique avec cours de pointes en plus.

# DANSE LATINE / TROPICALE ET COUNTRY

**En quelques mots :** la section Danse latine tropicale et country permet aux adhérents de s'exercer dans différentes danses :

- danse country ;
- danse latine et tropicale : salsa et/ou kizomba (couple obligatoire – Pas de changement de partenaire).



**Responsable de la section :** Corinne GARCIA

**Animateurs :**

- Michel PIERRE ;
- Patrick NANCY.

**Coordonnées :** 78 011 09 28

**Lieux :** la grande paillote ou la paillote « poker » en cas d'indisponibilité de la grande paillote.

**Horaires :**

- danse country : lundi de 18h00 à 19h00 ;
- danses latines et tropicales (salsa et/ou kizomba) :
  - niveau 1 : jeudi de 17h30 à 18h30
  - niveau 2 : jeudi de 18h30 à 19h30

**Date de début – fin de saison :** 1<sup>er</sup> septembre 2021 au 30 juin 2022

Certificat médical obligatoire : ☒ OUI – NON

**Tarifs section : adultes - enfants**

- 5 000 FCFA par adhérent des EFS ;
- 5 000 FCFA pour les extérieurs.

Pour un module 45 000 FCFA / trimestre / personne ou 80 000 FCFA par couple (ou binôme).  
Pour tout module supplémentaire, 12 000 FCFA par personne par mois.

# DESSIN

**En quelques mots :** la section dessin permet aux adhérents de pratiquer le dessin sous la houlette d'un professeur diplômé et d'acquérir de nouvelles techniques.



**Responsable de la section :** Florence BOISPERTUIS

**Adjoint :** Stéphanie VAUTRIN

**Animateurs :** Sylvain DOMINGO

**Coordonnées :** 77 298 81 49

**Lieux :** quartier colonel Geille, salle du comité des fêtes bâtiment 30

**Horaires :** mercredi de 14H00 à 18H00, par créneaux d'une heure par groupe

**Date de début – fin de saison :** 1<sup>er</sup> septembre 2021 au 30 juin 2022

Certificat médical obligatoire : ~~OUI~~ – NON

**Tarifs section : adultes - enfants**

- 12000 FCFA par adhérents des EFS ;
- 12000 FCFA pour les extérieurs.

Chaque cours effectué est ensuite réglé directement au professeur (3000 FCFA / cours).

# ÉQUITATION

**En quelques mots :** la section équestre militaire (SEM) permet aux adhérents de prendre des cours d'équitation, à cheval ou à poney, selon leur âge et leur taille, qu'ils soient des cavaliers débutants ou confirmés.



**Responsable de la section :** Annaëlle WOERLY

**Animateurs :**

- chef de section : maître de manège (militaire en mission de courte durée) ;
- animateur : Amadou DIAO ;
- secrétaire : Mme Amandine PELTRET ;
- trésorière : MP Anne-France BOUVOT.

**Coordonnées :** 78 484 90 66

**Lieux :** tous les cours équitation sont dispensés au sein des infrastructures dédiées du quartier Geille

**Horaires :**

- mardi / jeudi / vendredi : 9h00 – 19h00 ;
- mercredi : 15h00 – 19h00 ;
- samedi : 08h00 – 12h00.

**Date de début – fin de saison :** 1<sup>er</sup> septembre 2021 au 30 juin 2022.

**Certificat médical obligatoire :**

- pour les adultes : certificat médical ou questionnaire QS SPORT ;
- pour les mineurs : certificat médical ou questionnaire relatif à l'état de santé du sportif mineur.

**Tarifs section : adultes - enfants**

	Ayant-droit	Extérieur
Adhésion annuelle CSA	Adulte : 25 000 CFA (36€) Enfant -12 ans : 20 000 CFA (30€)	45 000 CFA (69€)
Adhésion annuelle SEM	20 000 CFA (30€)	40 000 CFA (61€)
Licence FFE 2021-2022	Mineur : 16 500 CFA (25€) / Majeur : 25 000 CFA (36€)	
Forfait au trimestre		
- 1 heure / semaine	80 000 CFA (122€)	130 000 CFA (198€)
- 2 heures / semaine	120 000 CFA (183€)	170 000 CFA (259€)
- 3 heures / semaine	160 000 CFA (244€)	210 000 CFA (320€)
Cours à l'heure	10 000 CFA (11€)	15 000 CFA (15€)
Balade poney en main	2 000 CFA (3€)	

# FIGURINES et MAQUETTES

**En quelques mots :** la section Figurines et Maquettes permet aux adhérents de :

- découvrir la mise en peinture de figurine de toutes matières (résine, plastique injecté) ;
- découvrir le montage et la mise en peinture de maquette de toute nature, à l'exception du bois ;
- découvrir la mise en situation et la création de décors, de scénette ou de diorama pour maquettes et figurines.



**Responsable de la section :** Frédéric COFFINEY

**Animateur :** Estelle THARREAU

**Coordonnées :** 78 634 85 98

**Lieux :** bâtiment 04

**Horaires :** chaque mardi soir, de 17h30 à 19h30

**Date de début – fin de saison :** 1<sup>er</sup> septembre 2021 au 30 juin 2022

Certificat médical obligatoire : ~~OUI~~ – NON

**Tarifs section : adultes – enfants à partir de 13 ans**

- 25 000 FCFA par adhérent des EFS ;
- 20 000 FCFA pour les membres supplémentaires d'une même famille.



# FITNESS GEILLE

**En quelques mots :** la section permet l'amélioration de sa condition physique et son hygiène de vie, dans un souci de bien-être.



**Responsable de la section :** Betty BADE

**Animateurs :**

- adjoint : Maggy EL MHARRAF ;
- animateurs : Moustapha BA, Arame BA.

**Coordonnées :** 78 437 85 02

**Lieux :** gymnase et salle de fitness du quartier Geille

**Horaires :**

- lundi (gymnase), mardi (salle fitness), jeudi (gymnase) de 9h à 10h ;
- mercredi (salle fitness) de 9h à 11h et de 15h à 16h pour les jeunes ;
- vendredi 9h à 10h (salle fitness) et de 10h à 11h (gymnase).

**Date de début – fin de saison :** 1<sup>er</sup> septembre 2021 au 30 juin 2022

**Certificat médical obligatoire :**

- pour les adultes : certificat médical ou questionnaire QS SPORT ;
- pour les mineurs : certificat médical ou questionnaire relatif à l'état de santé du sportif mineur.

**Tarifs section : adultes – enfants**

- 5 000 FCFA pour le tronc commun FITNESS Geille ;
- 70 000 FCFA par adhérent adulte des EFS et EXTERIEURS ;
- 60 000 FCFA par adhérent jeune des EFS et EXTERIEURS.

# FOOTBALL

**En quelques mots :** la section football permet aux adhérents la pratique encadrée du football sur un terrain en herbe au sein du Quartier Geille.



**Responsable de la section :** Emmanuel ROUSSET

**Adjoint :** Anouar REJEB

**Coordonnées :** 77 191 58 69

**Lieux :**

- terrain de football du quartier Geille ;
- vestiaire ;
- local paillote jouxtant le terrain de football.

**Horaires :**

- U7 : mercredi de 16h00 à 17h30 ;
- U9 : mercredi de 16h00 à 17h30 ;
- U11 : mercredi de 17h30 à 19h30 ;
- U13 : mercredi de 17h30 à 19h30 ;
- U15 : mardi et vendredi de 17h30 à 19h30, pour les entrainements et les matchs ;
- U17 : mardi et vendredi de 17h30 à 19h30, pour les entrainements et les matchs ;
- séniors : lundi et jeudi de 17h00 à 19h30, pour les entrainements et les matchs ;
- vétérans : vendredi de 19h30 à 21h30 ;
- féminines : lundi de 18h00 à 20h00, pour les entrainements et les matchs ;
- tournois : samedi de 08h00 à 17h00.

**Date de début – fin de saison :** 1<sup>er</sup> septembre 2021 au 30 juin 2022

**Certificat médical obligatoire :**

- pour les adultes : certificat médical ou questionnaire QS SPORT ;
- pour les mineurs : certificat médical ou questionnaire relatif à l'état de santé du sportif mineur.

**Tarifs section : adultes - enfants**

- 20.000 FCFA par adhérent des EFS ;
- 30.000 FCFA pour les extérieurs ;
- 10.000 FCFA pour le personnel militaire en mission de courte durée ;
- 10.000 FCFA pour le personnel de recrutement local.

[RETOUR TABLE DES MATIERES](#)



# GOLF

**En quelques mots :** l'activité principale de la section est l'apprentissage et la pratique régulière du golf.



**Responsable de la section :** Georges NGUYEN

**Coordonnées :** 78 193 42 83

**Lieux :** terrain de rugby du quartier Geille

**Horaires :** tous les lundis et jeudis de 17h15 à 18h30 suivant effectif

**Date de début – fin de saison :** 1<sup>er</sup> septembre 2021 au 30 juin 2022

**Certificat médical obligatoire :**

- pour les adultes : certificat médical ou questionnaire QS SPORT ;
- pour les mineurs : certificat médical ou questionnaire relatif à l'état de santé du sportif mineur.

**Tarifs section : adultes - enfants**

La cotisation à la section pour la saison 2021-2022 est de 25 000 FCFA.

# HUMANITAIRE

**En quelques mots :** la section HUMANITAIRE « cœur et partage » permet aux adhérents de découvrir différentes associations sur Dakar et d'offrir leur aide si besoin, de participer à des actions pour récolter des fonds pour soutenir les associations (atelier de loisirs créatifs, organisation de marché, collecte de dons...).



**Responsable de la section :** Florence BOISPERTUIS

**Adjointes :** Séverine Pelard et Malicia Plaquin

**Coordonnées :** 77 298 81 49

**Lieux :** les adhérents au CSA HUMANITAIRE sont amenés à se déplacer au sein des différentes associations à Dakar et/ou à participer à l'atelier création salle 14 bâtiment 30.

**Horaires :**

- jours variables selon organisation avec les associations extérieures ;
- lundi de 14h à 17h pour l'atelier création.

**Date de début – fin de saison :** 1<sup>er</sup> septembre 2021 au 30 juin 2022

Certificat médical obligatoire : OUI – NON

**Tarifs section : adultes - enfants**

- 5 000 FCFA par adhérent des EFS ;
- 5 000 FCFA pour les extérieurs.

# JUDO GEILLE ET ST EXUPERY

**En quelques mots :** la section JUDO permet aux adhérents de pratiquer le judo et ses disciplines associées (Taiso-Ju-jitsu) dans les lieux ou dojos qui leurs sont attribués. L'enseignement du judo respectera la nomenclature de la fédération française de judo.



**Responsable de la section :** Bernard DUTHIL

**Adjointes :** Nadia DUTHIL (Geille), Joëlle DELEARD (St Exupéry)

**Animateurs :** Bernard DUTHIL, Tidiane DIALLO.

**Coordonnées :** 77 637 15 25

## **Lieux :**

- salle fitness du quartier colonel Geille et dojo occasionnellement ;
- dojo de la cité Saint Exupéry.

## **Horaires :**

- Quartier Geille :
  - o enfants de 3 à 6 ans : lundi 16h45-17h30 et mercredi 17h00-17h45 ;
  - o enfants de 7 à 12 ans : lundi 17h30-19h00 et mercredi 17h45-19h00 ;
  - o plus de 12 ans : lundi 17h30-19h00, mercredi 17h45-19h00 et exceptionnellement suivant disponibilité des professeurs le samedi 16h00-18h00 au dojo.
- Cité Saint Exupéry :
  - o enfants de 3 à 6 ans : mercredi 13h00-14h00 ;
  - o enfants de 7 à 12 ans : mardi 16h45-17h45 ;
  - o plus de 12 ans : jeudi 16h00-17h00.

**Date de début – fin de saison :** 1<sup>er</sup> septembre 2021 au 30 juin 2022

## **Certificat médical obligatoire :**

- pour les adultes : certificat médical ou questionnaire QS SPORT ;
- pour les mineurs : certificat médical ou questionnaire relatif à l'état de santé du sportif mineur.

## **Tarifs section : adultes – enfants :**

EFS :

- enfants de 3 à 6 ans : 40 000 FCFA ;
- enfants de 7 à 12 ans : 60 000 FCFA ;
- plus de 12 ans : 70 000 FCFA.

Adhérents extérieurs :

- enfants de 3 à 6 ans : 50 000 FCFA ;
- enfants de 7 à 12 ans : 70 000 FCFA ;
- plus de 12 ans : 80 000 FCFA.

[RETOUR TABLE DES MATIERES](#)

# KARATÉ

**En quelques mots :** la section Karaté permet aux adhérents d'apprendre, se perfectionner ou tout simplement de pratiquer le karaté Shotokan avec des professeurs sénégalais dans le dojo du quartier Geille.



**Responsable de la section :** Sonia BEN EL MABROUK

**Animateur :** Maître El Hadji Oumar NDIAYE : 3<sup>ème</sup> dan.

**Coordonnées :**

- Sonia : 77 412 2436 [clubkarate.csadakar@gmail.com](mailto:clubkarate.csadakar@gmail.com)

**Lieux :** dojo du quartier colonel Geille

**Horaires :**

- lundi :
  - o de 17h à 18h pour les 4-6 ans ;
  - o de 18h à 19h pour les 7-14 ans ;
  - o de 19h à 20h pour les plus de 14 ans et/ou ceintures marron et plus.
- mardi :
  - o de 18h à 19h pour les 7-14 ans ;
  - o de 19h à 20h pour les plus de 14 ans et/ou ceintures marron et plus.
- jeudi :
  - o de 17h à 18h pour les 4-6 ans ;
  - o de 18h à 19h pour les 7-14 ans ;
  - o de 19h à 20h pour les plus de 14 ans et/ou ceintures marron et plus.

**Date de début – fin de saison :** 1<sup>er</sup> septembre 2021 au 30 juin 2022

**Certificat médical obligatoire :**

- pour les adultes : certificat médical ou questionnaire QS SPORT ;
- pour les mineurs : certificat médical ou questionnaire relatif à l'état de santé du sportif mineur.

**Tarifs section : adultes - enfants**

- Enfants :
  - o 110 000 FCFA par adhérent des EFS.
  - o 120 000 FCFA pour les extérieurs.
- Adultes :
  - o 130 000 FCFA par adhérent des EFS.
  - o 140 000 FCFA pour les extérieurs.

# KRAV MAGA

**En quelques mots :** la section KRAV MAGA propose aux adhérents de tous profils, aptes médicalement et âgés d'au moins 16 ans d'appréhender rapidement des techniques d'autodéfense simples et efficaces régies par les principes de la légitime défense, de développer l'esprit de combativité en cherchant à dépasser ses propres limites, d'accroître ses capacités physiques et mentales afin de gérer des situations de stress et de faire face à des menaces de tous types.



**Responsable de la section :** Stéphane LACOUR

**Adjoint :** Nicolas COFFARO

**Animateurs :**

- M. Nicolas COFFARO
- M. Stéphane LACOUR

**Coordonnées :** 77 637 12 80

**Lieux :** gymnase du quartier colonel Geille

**Horaires :** tous les mercredis de 17h00 à 18h30

**Date de début – fin de saison :** 1<sup>er</sup> septembre 2021 au 30 juin 2022

**Certificat médical obligatoire :**

- pour les adultes : certificat médical ou questionnaire QS SPORT ;
- pour les mineurs : certificat médical ou questionnaire relatif à l'état de santé du sportif mineur.

**Tarifs section : adultes - enfants**

- 20 000 FCFA par adhérent des EFS ;
- 25 000 FCFA pour les extérieurs.

[RETOUR TABLE DES MATIERES](#)



# LANGUES ETRANGERES ANGLAIS

**En quelques mots :** La section Langue Etrangère - Anglais permet aux adhérents d'apprendre l'anglais de façon ludique avec des professeurs agréés dans le quartier Geille.



**Responsable de la section :** Sonia BEN EL MABROUK

**Animateur/instructeur :**

- Marlène FISCHER ;
- Abdoulaye THIOUB.

**Coordonnées :** Sonia 77 412 2436 [clubanglais.csadakar@gmail.com](mailto:clubanglais.csadakar@gmail.com)

**Lieux :** salle cours de langues bâtiment 04 et ludothèque bâtiment 30 du quartier colonel Geille

**Horaires :**

- lundi :
  - o de 18h à 19h pour les 11 – 14 ans ;
  - o de 19h à 20h pour les adultes ou ados.
- mercredi :
  - o de 16h à 17h pour les 4 – 6 ans ;
  - o de 17h à 18h pour les 11 – 14 ans ;
  - o de 18h à 19h pour les 11 – 14 ans.
- Jeudi :
  - o de 16h à 17h pour les 4 – 6 ans ;
  - o de 17h à 18h pour les 7 – 10 ans ;
  - o de 18h à 19h pour les adultes ou ados.
- Vendredi :
  - o de 15h30 à 16h30 pour les 7 – 10 ans ;
  - o de 16h30 à 17h30 pour les 7 – 10 ans ;
  - o de 16h30 à 17h30 et 17h30 à 18h30 pour les 7 – 10 ans.

De nouveaux créneaux pourraient s'ouvrir en cas de besoins supplémentaires.

**Date de début – fin de saison :** 1<sup>er</sup> septembre 2021 au 30 juin 2022.

Certificat médical obligatoire : ~~OUI~~ – NON

**Tarifs section : adultes - enfants**

- enfants :
  - o 110 000 FCFA par adhérent des EFS ;
  - o 120 000 FCFA pour les extérieurs.
- adultes :
  - o 120 000 FCFA par adhérent des EFS.
  - o 130 000 FCFA pour les extérieurs.

[RETOUR TABLE DES MATIERES](#)

# LOCATION VOITURE

**En quelques mots :** permettre aux adhérents de louer les véhicules disponibles à des prix très avantageux.



Le club sportif et artistique de Dakar propose des véhicules à la location

**A la journée :**

- 4X4 7 places : 30 000 FCFA
- Monospace 7 places : 25 000 FCFA
- Berlines 5 places : 20 000 FCFA

Tarifs dégressifs en fonction de la durée.

**Renseignements et réservation :** 33 839 60 97  
[secretariat.csa.dakar@gmail.com](mailto:secretariat.csa.dakar@gmail.com)

**Responsable de la section :** Hervé GRANNEC

**Animateur :** Charles BASSENE

**Coordonnées :** 33.839.60.97

**Lieux :** quartier Geille

**Horaires d'ouverture du secrétariat CSA :**

- du lundi au jeudi de 9h00-12h30 et 13h30-16h30 ;
- vendredi de 9h00-12h30.

**Date de début – fin de saison :** 1<sup>er</sup> septembre 2021 au 30 juin 2022.

Certificat médical obligatoire : ~~OUI~~ – NON

**Tarifs section : adultes titulaires du permis B**

- personnel des EFS : 5 000 FCFA ;
- la section n'est pas ouverte aux extérieurs.



# MECANIQUE AUTO

**En quelques mots :** la section MECANIQUE AUTO permet aux adhérents du CSA DAKAR d'intervenir sur leurs véhicules personnels, dans un cadre sécurisé et un esprit d'entraide.



**Responsable de la section :** Steve FRANCHETTE

**Animateurs :** le personnel du DMMT est membre de droit.

**Coordonnées :** 77 558 10 32

**Lieux :** la section MECANIQUE AUTO met à disposition de ses adhérents les ateliers du DMMT au quartier Protêt.

**Horaires :** samedi de 8h30 à 12h00 tous les 15 jours

**Date de début – fin de saison :** 1<sup>er</sup> septembre 2021 au 30 juin 2022

Certificat médical obligatoire : ~~OUI~~ – NON

**Tarifs section : adultes - enfants**

- 20 000 FCFA par adhérent des EFS ;
- la section n'est pas ouverte aux extérieurs.

# MOTO

**En quelques mots :** la section Moto permet aux adhérents de :

- s'initier à l'entretien et à la conduite des motocyclettes de cylindrée > 125 cm<sup>3</sup> ;
- découvrir la conduite de mini motos et les règles de circulation pour les plus jeunes ;
- préparer les candidats à l'examen du permis de conduire moto sénégalais ;
- programmer des sorties moto en groupe ;
- proposer toute autre manifestation en lien avec l'activité et participant à la cohésion de la section.



**Responsable de la section :** Jean-Marie LARCHÉ

**Adjoint :** Thomas Harbonnier

**Animateur :** Ibrahima Cissoko

**Coordonnées :** 77 244 58 63

**Lieux :** parking de la place d'Armes (répertorié 0360 sur le plan de masse) pour les entraînements à la maniabilité.

Voies de circulation de la zone technique. Ces voies seront temporairement fermées à la circulation en dehors des horaires de service des EFS et ce, durant les créneaux de fonctionnement de la section.

Voies de circulation du quartier Colonel Geille pour les entraînements à la conduite sur route.

Ces entraînements, nécessaires à la formation, seront obligatoirement encadrés par des titulaires du permis de conduire A.

Local répertorié 090 sur le plan de masse destiné au stationnement et à la maintenance des matériels.

**Horaires :** les jours et horaires de la section Moto sont les suivants :

- mardi de 08h00 à 12h00 – maintenance / entretien ;
- mercredi de 13h00 à 18h30 – formation à la conduite ;
- jeudi de 08h00 à 12h00 – maintenance / entretien ;
- vendredi de 13h00 à 18h30 – maintenance / entretien ;
- samedi de 09h00 à 12h00 – formation à la conduite.

**Date de début – fin de saison :** 1<sup>er</sup> septembre 2021 au 30 juin 2022.

Certificat médical obligatoire : ~~OUI~~ – NON

**Tarifs section : adultes - enfants**

- 10 000 FCFA par adhérent ;
- 5 000 FCFA pour les missionnaires de courte durée.

[RETOUR TABLE DES MATIERES](#)

# MOTO CROSS KID

**En quelques mots :** l'activité principale de la section kid moto est l'apprentissage de celle-ci pour des enfants âgés de 5 à 12 ans ayant le sens de l'équilibre (savoir-faire du vélo sans roulettes).



**Responsable de la section :** Cyrille LE PALUD

**Animateurs :**

- Florian RUSSEIL ;
- Alain VERPOEST.

**Coordonnées :** 77 390 56 22

**Lieux :** le circuit du Moto Club des EFS au quartier Geille

**Horaires :** le mercredi et le vendredi de 16H30 à 18H30

**Date de début – fin de saison :** 1<sup>er</sup> septembre 2021 au 30 juin 2022.

**Certificat médical obligatoire si compétition :**

- pour les adultes : certificat médical ou questionnaire QS SPORT ;
- pour les mineurs : certificat médical ou questionnaire relatif à l'état de santé du sportif mineur.

**Tarifs section :**

- cotisation à la section MOTO ENFANT :
  - o Ayant droit : 275 000 FCFA ;
  - o Non ayant-droit : 325 000 FCFA.
- remise de 20% à partir du 3<sup>ème</sup> motard de la même famille inscrit ;
- séance supplémentaire : 5 000 FCFA/séance.

# MUSCULATION CROSS TRAINING – CROSS FIT

**En quelques mots :** la section muscu/cross fit permet aux adhérents de pouvoir bénéficier de l'accès au gymnase dans lequel se trouve un large panel de matériels de remise en forme (cardio, machines, poids...) ainsi qu'à des cours cross fit coaché en intérieur ou en extérieur les mardis et jeudis de 17h15 à 18h30.



**Responsable de la section :** Romain RIBEIRA DUMORTIER

**Adjoint :** Romain ANGIBAUD

**Animateurs :**

- M. RUSSEIL ;
- M. LUCAS.

**Coordonnées :** 78 444 0861

**Lieux :** gymnase du quartier colonel GEILLE

**Horaires :**

- du lundi au samedi de 9h à 20h30 ;
- le dimanche de 15h à 18h.

**Date de début – fin de saison :** 1<sup>er</sup> septembre 2021 au 30 juin 2022

**Certificat médical obligatoire :**

- pour les adultes : certificat médical ou questionnaire QS SPORT ;
- pour les mineurs : certificat médical ou questionnaire relatif à l'état de santé du sportif mineur.

**Tarifs section : adultes - enfants**

- 50 000 FCFA par adhérent des EFS à la salle de muscu ou 70 000 FCFA pour ceux qui veulent bénéficier de la salle + les cours cross fit ;
- 100 000 FCFA pour les extérieurs adhérents à la salle de muscu ou 120 000 FCFA pour l'accès à la salle + les cours cross fit ;
- 30 000 FCFA pour les MCD adhérent à la salle de muscu ou 40 000 FCFA pour l'accès à la salle + les cours cross fit.

# MUSIQUE

**En quelques mots : la section MUSIQUE permet aux adhérents de :**

- pratiquer la musique avec leurs instruments ou ceux de la section dans les locaux mis à leur disposition ;
- se perfectionner grâce aux cours prodigués par les professeurs sélectionnés par la section à des tarifs privilégiés.



**Responsable de la section :** Marie DUBOIS

**Adjoint :** M. Sébastien GIL

**Animateurs :** M. Mamadou M Elmakhtar NDOYE (professeur de guitare), M. Aziz DIOP (professeur Batterie et percussions), M. Thierno PAYE (professeur de piano), M. Malick BARRY (professeur de trompette), Gaëtan EPO SOSSO (professeur de chant).

**Coordonnées :** 78 474 85 56

**Lieux :** la section MUSIQUE met à disposition de ses adhérents les différents sites suivants :

- salle batterie/percussions du bâtiment 22 du quartier Geille ;
- salle de trompette et chant (n°2) dans le bâtiment 30 du quartier Geille ;
- salle de piano (n°3) dans le bâtiment 30 du quartier Geille ;
- salle de guitare (n°5) dans le bâtiment 30 du quartier Geille.

**Horaires :** les jours et horaires pour la pratique de la section MUSIQUE sont les suivants :

- chant : le mercredi de 13h30 à 14h30 et le jeudi de 16h à 20h ;
- piano : du lundi 9h00 au samedi 19h00 ;
- guitare : du lundi 9h00 au vendredi 19h00 ;
- batterie/percussions : du lundi 08h00 au samedi 19h00 ;
- trompette : du lundi 8h00 au samedi 19h00.

**Date de début – fin de saison :** 1<sup>er</sup> septembre 2021 au 30 juin 2022

Certificat médical obligatoire : ☒ OUI – ☐ NON

**Tarifs section : adultes - enfants**

- 15 000 FCFA par adhérent des EFS ;
- 25 000 FCFA pour les extérieurs.



# PADDLE

**En quelques mots :** la section PADDLE permet aux adhérents :

- de pratiquer une activité nautique en groupe afin de gagner en sécurité ;
- obtenir des renseignements sur les différents matériels et leur entretien ;
- d'avoir à disposition des paddles gonflables disponibles pour les sorties du CSA ou à titre personnel ;
- d'avoir des conseils afin d'améliorer sa technique de rame lors de sorties groupées ;
- de découvrir les bolongs du Siné Saloum lors de week-ends découvertes ;
- d'acquérir du matériel via le CSA à des tarifs préférentiels.



**Responsable de la section :** Geoffrey BOISPERTUIS

**Animateur :** Geoffrey BOISPERTUIS

**Coordonnées :** 77 198 78 09

**Lieux :** la section CSA PADDLE met à disposition de ses adhérents les infrastructures de l'entreprise de Arnaud Ferté suivantes :

- club Corse sur la petite corniche ;
- M. SEYE OUMAR ;
- accès au club RIP CURL pour la location du matériel ainsi qu'un accès négocié à la piscine du SUNSET PARADISE.

**Horaires :** les jours et horaires pour la pratique de la section PADDLE sont les suivants :

- tous les jours de 7h00 à 19h15.

**Date de début – fin de saison :** 1<sup>er</sup> septembre 2021 au 30 juin 2022

**Certificat médical obligatoire :**

- pour les adultes : certificat médical ou questionnaire QS SPORT ;
- pour les mineurs : certificat médical ou questionnaire relatif à l'état de santé du sportif mineur.

**Tarifs section : adultes - enfants**

- 10 000 FCFA par adhérent des EFS ;
- 12 000 FCFA pour les extérieurs.



# PEINTURE SUR PORCELAINE

**En quelques mots :** la section permet l'apprentissage de la technique de peinture sur porcelaine.



**Responsable de la section :** Julie SAUVAGE

**Animateurs :**

- Isabelle GRANNEC ;
- Sandrine BOURDAT.

**Coordonnées :** 77 481 78 64

**Lieux :** salle de peinture sur Porcelaine bâtiment 30

**Horaires :**

- lundi de 9h à 12h ;
- jeudi de 9h à 12h / 14h à 17h / 17h à 20h ;
- vendredi de 15h à 18h.

**Date de début – fin de saison :** 1<sup>er</sup> septembre 2021 au 30 juin 2022

Certificat médical obligatoire : OUI – NON

**Tarifs section : adultes – enfants**

- 30 000 FCFA par adhérent des EFS ;
- 60 000 FCFA pour les extérieurs.

[RETOUR TABLE DES MATIERES](#)

# PÉTANQUE

**En quelques mots :** permettre aux adhérents de participer à des tournois hebdomadaires de pétanque dans une ambiance amicale et conviviale.



**Responsable de la section :** Gaëlle LARCHÉ

**Animateurs :** Hervé GRANNEC, Nelly PREMEL, Sébastien PLAT et Jean-Marie LARCHÉ.

**Coordonnées :** 77 425 92 82

**Lieux :**

- bâtiment 054 et 055 – paillotes pétanque ;
- terrains de pétanque du quartier Geille référencés 318 et 359.

**Horaires :**

- mercredi de 17h30 à 23h00 pour les tournois hebdomadaires ;
- le Week-end ou jours fériés pour les tournois annuels.

**Date de début – fin de saison :** 1<sup>er</sup> septembre 2021 au 30 juin 2022

Certificat médical obligatoire : ~~OUI~~ – NON

**Tarifs section : adultes - enfants**

- 10 000 FCFA pour les permanents et extérieurs ;
- 3 000 FCFA pour le personnel en mission de courte durée.

# PILATES GEILLE

**En quelques mots :** la méthode pilâtes permettant le développement de muscles profonds, l'amélioration de la posture, l'équilibre musculaire et l'assouplissement articulaire.



**Responsable de la section :** Anne BOURGEOIS

**Animateur :** Tara Schneider Appriou

**Coordonnées :** 77 389 42 32

**Lieux :** dojo et salle de fitness du quartier colonel Geille

**Horaires :**

- mardi de 9h à 10h au dojo ;
- jeudi de 17h à 19h à la salle fitness.

**Date de début – fin de saison :** 1<sup>er</sup> septembre 2021 au 30 juin 2022

**Certificat médical obligatoire :**

- pour les adultes : certificat médical ou questionnaire QS SPORT ;
- pour les mineurs : certificat médical ou questionnaire relatif à l'état de santé du sportif mineur.

**Tarifs section : adultes - enfants**

- 10 000 FCFA par adhérent des EFS ;
- 10 000 FCFA pour les extérieurs.
- 5 000 FCFA par cours (45 000 FCFA les 10 séances).

# PLONGÉE SOUS MARINE

« les capitaines » ou « siket mbao » en wolof

**En quelques mots :** la section « plongée » a pour but de faire découvrir et pratiquer la plongée sous-marine à ses adhérents dans des conditions de sécurité et tarifaires optimales. Elle soutient un partage et dialogue dans tous les domaines de la plongée en relation avec les clubs référencés. Elle regroupe les plongeurs scaphandriers et plongeurs en apnée.



**Responsable de la section :** David LAMBERT

**Adjoints :** Clément Lefort, David Duriez

## **Animateurs :**

- Nautilus Club Diving. Philippe et Hilda Hausart : 77 637 14 22 ;
- Barracuda Club. Franck Chabert : 78 381 78 89 ;
- Oceanium de Dakar. Rodwan El Ali 78 108 85 85.
- Coordonnées : 77 836 07 29 [csaplongeelescapitaines@gmail.com](mailto:csaplongeelescapitaines@gmail.com)

## **Lieux :**

- Nautilus Club Diving sur la plage sous la « maison Abaka » ;
- Barracuda Club – sur le grand parking face au restaurant « La Madrague » ;
- Oceanium de Dakar, route de la corniche EST 26.

## **Horaires :**

Les jours et horaires pour la pratique dans le cadre d'une activité CSA avec la pratique de la plongée sont dépendantes des capacités des clubs, des conditions météo...

**Date de début – fin de saison :** 1<sup>er</sup> septembre 2021 au 30 juin 2022

## **Certificat médical obligatoire :**

- pour les adultes : certificat médical ;
- pour les mineurs : certificat médical.

## **Tarifs section : adultes – enfants à partir de 10 ans**

- 5 000 FCFA par adhérent des EFS ;
- la section n'est pas ouverte aux extérieurs.

# POKER

**En quelques mots :** la section POKER permet aux adhérents de pratiquer le jeu de cartes Poker.



**Responsable de la section :** Jean CHEVRETEAU

**Adjointes :** Cédric DUBOIS et Mouzaïr MAECHA

**Coordonnées :** 78 444 16 52

**Lieux :** Paillote « POKER » (bâtiment 141)

**Jours et horaires :** tous les vendredis de 19h à samedi 3h

**Date de début – fin de saison :** 1<sup>er</sup> septembre 2021 au 30 juin 2022

Certificat médical obligatoire : ~~OUI~~ – NON

**Tarifs section : adultes**

- 10.000 FCFA par adhérent des EFS ;
- 10.000 FCFA pour les extérieurs.

# ROLLER

**En quelques mots :** la section Roller permet aux adhérents de progresser au niveau de la motricité, du sens de l'équilibre et le muscle au niveau des jambes.



**Responsable de la section :** Lin ROUSSEL

**Animateurs :**

- Babacar NDIAYE ;
- Daouda DIALLO.

**Coordonnées :** 78 195 79 70

**Lieux :**

- parking en face de la grande paillotte ;
- skate Park ;
- circuit temporaire sur le quartier Geille ;
- conteneur N°1 (à côté des conteneurs rouges face au parking de la grande paillotte).

**Horaires :**

- lundi : 16h00 à 17h00 ; 17h00 à 18h00 ;
- vendredi : 16h00-17h00 ; 17h00-18h00.

**Date de début – fin de saison :** 1<sup>er</sup> septembre 2021 au 30 juin 2022

**Certificat médical obligatoire :**

- pour les adultes : certificat médical ou questionnaire QS SPORT ;
- pour les mineurs : certificat médical ou questionnaire relatif à l'état de santé du sportif mineur.

**Tarifs section : adultes - enfants**

L'adhésion à la section Roller pour la saison 2021-2022 est de :

- 5 000 FCFA par adhérent des EFS.
- 5 000 FCFA pour les extérieurs.

A cela se rajoute la prestation des professeurs à l'année :

- 45 000 FCFA par adhérent des EFS.
- 50 000 FCFA pour les extérieurs.



# RUGBY

**En quelques mots :** la section RUGBY permet aux adhérents du CSA DAKAR de pouvoir pratiquer le rugby.



**Responsable de la section :** Jérôme LESELLE et Arnaud MOISAN

**Animateurs :** Olivier DRIVET

- Catégorie U8 / U10 : DIALLO Thierno / GILGER Cyril ;
- Catégorie U12 : CHEVREUX Didier / TOKA Mathieu ;
- Catégorie U14 / U16 : TREGUY Loic / DRIVET Olivier / MOISAN Arnaud ;
- Catégorie U15 / U18 (filles) : WASNI Rim ;
- Catégorie U18 : PARACUELOS Manu / THUREAU Francis ;
- Catégorie Senior : PANIAGUA Cédric.

Arbitre : GONDRY Christophe

**Coordonnées :** 77 332 78 78

**Lieux :** Terrain de rugby du quartier Geille.

**Horaires :**

- enfants :
  - o mercredi de 16h00 à 20h00 ;
  - o vendredi de 16h00 à 20h00 ;
- adultes :
  - o mardi et jeudi : 19h00 à 21h00 pour les entrainements ;
  - o vendredi : 19h00 à 21h00 (feminin) pour les entrainements ;
- adultes et enfants :
  - o samedi et dimanche : 12h00 à 20h00, pour les matchs (en fonction calendrier FSR) et occasionnellement 08h00 à 18h00 pour les tournois école de rugby.

**Date de début – fin de saison :** 1<sup>er</sup> septembre 2021 au 30 juin 2022.

Certificat médical obligatoire : OUI – ~~NON~~

**Tarifs section : adultes - enfants**

- 20 000 FCFA pour le personnel des EFS ;
- 20 000 FCFA pour le personnel extérieur ;
- 5 000 FCFA pour le personnel militaire en mission de courte durée ;
- 1 000 FCFA pour le personnel de recrutement local ;
- 1 000 FCFA pour les joueurs sénégalais.

[RETOUR TABLE DES MATIERES](#)

# SCRAPBOOKING

**En quelques mots :** la section Scrapbooking permet aux adhérents d'introduire des photographies dans un décor en rapport avec le thème abordé, dans le but de les mettre en valeur par une présentation plus originale qu'un simple album photo.



**Responsable de la section :** Lin ROUSSEL

**Animateur :** Julie CHARLIN

**Coordonnées :** 78 195 79 70

**Lieux :** quartier colonel Geille, salle de loisir créatif (bâtiment 30)

**Horaires :** le vendredi de 9h à 12h

**Date de début – fin de saison :** 1<sup>er</sup> septembre 2021 au 30 juin 2022

Certificat médical obligatoire : ☒ OUI – ☐ NON

**Tarifs section : adultes - enfants**

- 25 000 FCFA par adhérent des EFS ;
- 25 000 FCFA pour les extérieurs.

# SURF

**En quelques mots :** la section SURF a pour but de faire pratiquer ou découvrir le surf aux adhérents.



**Responsable de la section :** François ROSATI

**Animateurs :** l'école de surf « RIP CURL SURFEUR »

**Coordonnées :** 78 143 45 93

**Lieux :** la section SURF s'appuie sur l'école de surf « RIP CURL SURFEUR » à la corniche Ouest des Almadies.

**Horaires :**

- mercredi de 14h30 à 16h00 ;
- samedi de 09h30 à 12h00 ;
- dimanche 11h00 à 13h00.

**Date de début – fin de saison :** 1<sup>er</sup> septembre 2021 au 30 juin 2022

**Certificat médical obligatoire :**

- pour les adultes : certificat médical ou questionnaire QS SPORT ;
- pour les mineurs : certificat médical ou questionnaire relatif à l'état de santé du sportif mineur.

**Tarifs section : adultes - enfants**

Cotisation section SURF : 1 000 FCFA.

Ados et adultes cours : séance de 2h

- 15 000 FCFA la séance individuelle avec le prêt du matériel ;
- Ados et adultes cours collectifs : 10.000 FCFA avec le prêt du matériel ;
- 80 000 FCFA les dix séances avec ou sans prêt du matériel.

# TAEKWONDO

**En quelques mots :** la section Taekwondo permet aux adhérents de non seulement pratiquer un art martial mais aussi d'acquérir une manière d'entraîner son esprit et d'atteindre la maîtrise de soi par des mouvements de combat.



**Responsable de la section :** Charlotte MATO

**Animateurs :** M. Pascal DIOUP et M. Mamadou BA

**Coordonnées :** 78 378 75 97

**Lieux :** dojo du bâtiment 22, quartier Geille

**Horaires :**

- mercredi : 17h00 – 21h00 ;
- vendredi : 17h00 – 21h00 ;
- samedi : 9h30 – 12h00.

**Date de début – fin de saison :** 1<sup>er</sup> septembre 2021 au 30 juin 2022

**Certificat médical obligatoire :**

- pour les adultes : certificat médical ou questionnaire QS SPORT ;
- pour les mineurs : certificat médical ou questionnaire relatif à l'état de santé du sportif mineur.

**Tarifs section : adultes - enfants**

L'adhésion à la section

- 10 000 FCFA par adhérent des EFS ;
- 10 000 FCFA pour les extérieurs ;

Cotisation à la section

- 96 000 FCFA pour les enfants dont 2 passages de ceinture compris ;
- 106 000 FCFA pour les adultes dont 2 passages de ceinture compris.

# TENNIS

**En quelques mots :** la section Tennis permet aux adhérents de pratiquer le tennis dans les installations du quartier Geille.



**Responsable de la section :** Julien OLIVES

**Adjoints :** Isabel OLIVES, David DEL, Remi LE GUEN.

**Animateurs :** Omar GUEYE, Amadou NDIAYE, Cherif DIALLO, Eugène DIATTA.

**Coordonnées :** 77 131 56 06

**Lieux :** l'activité tennis se déroule sur les 5 terrains du quartier Geille, et à la paillote « tennis » située à côté du terrain 1.

## **Horaires :**

- pour les adhérents EFS et les animateurs :
  - o du lundi au vendredi de 7h à 20h. Uniquement sur les terrains 3, 4 et 5 de 7h à 9h, Les terrains 1 et 2 sont en effet exclusivement réservés au sport militaire pendant ce créneau ;
  - o les samedis et dimanche de 8h à 20h.

- pour les adhérents extérieurs : du lundi au samedi de 9h à 20h.

Sauf dispositions spécifiques, les adhérents non EFS n'ont pas accès le dimanche.

**Cours collectifs enfants** : les cours collectifs des enfants, destinés aux élèves du primaire (11 ans max), consistent en deux cours par semaine parmi quatre créneaux ouverts :

- lundi, mardi, mercredi, vendredi : 16h00 à 17h00 ;

**Mini Tennis** : des cours de « mini-tennis », destinés au 3-5 ans, ont lieu le jeudi de 16h00 à 17h00.

**Cours individuels ou en groupe (de 2, 3 ou 4 joueurs)** : les horaires des cours individuels ou de groupe sont convenus entre adhérent et animateur.

**Date de début – fin de saison :** 1<sup>er</sup> septembre 2021 au 30 juin 2022.

## **Certificat médical obligatoire :**

- pour les adultes : certificat médical ou questionnaire QS SPORT ;
- pour les mineurs : certificat médical ou questionnaire relatif à l'état de santé du sportif mineur.

## **Tarifs section : adultes - enfants**

- 15 000 FCFA pour les enfants jusqu'à 15 ans inclus ;
- 25 000 FCFA par adhérent des EFS de 16 ans et plus ;
- 25 000 FCFA pour les enfants extérieurs jusqu'à 15 ans inclus ;
- 40 000 FCFA par adhérent extérieur de 16 ans et plus.

# VOLLEY-BALL

**En quelques mots :** la section volley-ball permet aux adhérents la pratique encadrée du volley ball



**Responsable de la section :** Olivier SAULIA

**Adjoint :** Amanda TAHARAGI

**Animateurs :** Olivier SAULIA, Amanda TAHARAGI

**Coordonnées :** 78 437 81 57

**Lieux :** plateau de sport du quartier GEILLE

**Horaires :**

- Mardi de 17 h 00 à 19 h 30 ;
- Vendredi de 17 h 00 à 19 h 30.

**Date de début – fin de saison :** 1<sup>er</sup> septembre 2021 au 30 juin 2022

**Certificat médical obligatoire :**

- pour les adultes : certificat médical ou questionnaire QS SPORT ;
- pour les mineurs : certificat médical ou questionnaire relatif à l'état de santé du sportif mineur.

**Tarifs section : adultes - enfants**

- 10 000 FCFA par adhérent des EFS ;
- 15 000 FCFA pour les extérieurs.



# WOLOF

**En quelques mots :** la section WOLOF permet aux adhérents d'apprendre le Wolof à leur rythme.



**Responsable de la section :** Maëlla GIL

**Adjoint :** Sébastien GIL

**Animateurs :** Moussa DIALLO

**Coordonnées :** 77 190 87 24

**Lieux :** salle Gallieni et salle loisirs créatifs (bâtiment 30)

**Horaires :**

- niveau 1 « débutant » le mercredi de 17h à 18h en salle Gallieni ;
- niveau 2 « confirmé » le jeudi de 18h à 19h en salle loisirs créatifs.

**Date de début – fin de saison :** 1<sup>er</sup> septembre 2021 au 30 juin 2022

**Certificat médical obligatoire :** OUI – NON

**Tarifs section : adultes - enfants**

- le prix de l'heure est de 18 000 FCFA à répartir selon le nombre de participants ;
- une quote-part de 90 000 FCFA, par apprenant, devra être versée à titre d'avance.

# HOME STAGING PROTET

**En quelques mots :** la section home staging des EFS permet, par un ensemble de techniques et d'outils, de valoriser un meuble ou un objet.



**Responsable de la section :** Aude HANOTAUX et Armelle HARDY

**Coordonnées :**

Aude Hanotaux 78 437 63 42

Armelle Hardy 77 673 57 50

**Lieux :** salle home staging au quartier Protet

**Horaires :** mardi de 8h30 à 14h00

**Date de début – fin de saison :** 1<sup>er</sup> septembre 2021 au 30 juin 2022.

Certificat médical obligatoire : ~~OUI~~ – NON

**Tarifs section : adultes - enfants**

L'adhésion à la section pour la saison 2021-2022 est de 20 000 FCFA par adhérent des EFS ou extérieurs.

[RETOUR TABLE DES MATIERES](#)

# ARTS CREATIFS – ST EXUPERY

**En quelques mots :** l'activité principale de la section est la réalisation d'objets de décoration.



**Responsable de la section :** Sylvie LARGETEAU

**Adjointe :** Peggy Lelue

**Coordonnées :** 77 639 54 86

**Lieux :** local nord du bâtiment 0052 – quartier Maréchal

**Horaires :**

- vendredi de 09h00 à 13h00 au profit des adultes ;
- mercredi de 10h30 à 12h00 au profit des enfants de moins de 16 ans accompagnés d'un de leurs tuteurs légaux.

**Date de début – fin de saison :** 1<sup>er</sup> septembre 2021 au 30 juin 2022.

Certificat médical obligatoire : ~~OUI~~ – NON

**Tarifs section : adultes - enfants**

- 10 000 FCFA par adhérent des EFS ;
- 10 000 FCFA pour les enfants de moins de 16 ans.

# BIBLIOTHEQUE - ST EXUPERY

**En quelques mots :** la section BIBLIOTHEQUE permet aux adhérents de pouvoir accéder aux ouvrages mis à leur disposition par la bibliothèque.



**Responsable de la section :** Bernadette SAULIA

**Adjoint :** Ophélie POTIER

**Coordonnées :** 78 165 96 82

**Lieux :** bibliothèque de Saint Exupéry

**Horaires :**

- lundi de 17 h 00 à 18 h 00 ;
- mercredi de 15 h 00 à 16 h 00 ;
- samedi de 11 h 00 à 12 h 00.

**Date de début – fin de saison :** 1<sup>er</sup> septembre 2021 au 30 juin 2022.

Certificat médical obligatoire : ~~OUI~~ – NON

**Tarifs section : adultes - enfants**

- 10 000 FCFA par adhérent des EFS.

# COUTURE – ST EXUPERY

**En quelques mots :** la section COUTURE propose à ses adhérents des activités de couture.



**Responsable de la section :** Ophélie POTIER

**Coordonnées :** 78 115 75 70

**Lieux :** la salle polyvalente de la cité Saint Exupéry

**Horaires :** jeudi de 9H à 18H

**Date de début – fin de saison :** 1<sup>er</sup> septembre 2021 au 30 juin 2022

Certificat médical obligatoire : ~~OUI~~ – NON

**Tarifs section : adultes - enfants**

- 10000 FCFA par adhérent des EFS.



# FITNESS – ST EXUPERY

**En quelques mots :** la section permet l'amélioration de sa condition physique et son hygiène de vie, dans un souci de bien-être.



**Responsable de la section :** Déborah BENYAMINA

**Animateurs :** Assan DIOP

**Coordonnées :** 77 165 88 05

**Lieux :** dojo ou en extérieur dans la cité Saint Exupéry

**Horaires :**

- lundi de 09h00 à 10h30 ;
- mardi de 18h00 à 19h00 ;
- vendredi de 09h00 à 10h30.

**Date de début – fin de saison :** 1<sup>er</sup> septembre 2021 au 30 juin 2022

**Certificat médical obligatoire :**

- pour les adultes : certificat médical ou questionnaire QS SPORT ;
- pour les mineurs : certificat médical ou questionnaire relatif à l'état de santé du sportif mineur.

**Tarifs section : adultes - enfants**

- 10 000 FCFA par adhérent des EFS ;
- 15 000 FCFA pour les extérieurs.

# MUSCULATION CROSS FIT ST EXUPERY – PROTET

**En quelques mots :** permettre aux adhérents de bénéficier des infrastructures et du matériel mis à leur disposition pour leurs séances de musculation ou cross fit.



**Responsable de la section :** Jean-François CHABOT

**Coordonnées :** 77 335 82 04

**Lieux :** salles de musculation de Protet et Saint Exupéry

**Horaires :** du lundi au dimanche de 07h00 à 20h00

**Date de début – fin de saison :** 1<sup>er</sup> septembre 2021 au 30 juin 2022

**Certificat médical obligatoire :**

- pour les adultes : certificat médical ou questionnaire QS SPORT ;
- pour les mineurs : certificat médical ou questionnaire relatif à l'état de santé du sportif mineur.

**Tarifs section : adultes - enfants**

- 20 000 FCFA par adhérent des EFS ;
- 25 000 FCFA pour les extérieurs.

# PILATES – ST EXUPERY

**En quelques mots :** la méthode pilâtes permettant le développement de muscles profonds, l'amélioration de la posture, l'équilibrage musculaire et l'assouplissement articulaire.



**Responsable de la section :** Floriane MESSINA

**Animateurs :** Floriane MESSINA

**Coordonnées :**

**Lieux :** dojo de la cité Saint Exupéry

**Horaires :**

- lundi de 17h30 à 18h30 et de 18h30 à 19h30 ;
- jeudi de 17h30 à 18h30 et de 18h30 à 19h30.

**Date de début – fin de saison :** 1<sup>er</sup> septembre 2021 au 30 juin 2022.

**Certificat médical obligatoire :**

- pour les adultes : certificat médical ou questionnaire QS SPORT ;
- pour les mineurs : certificat médical ou questionnaire relatif à l'état de santé du sportif mineur.

**Tarifs section : adultes - enfants**

- 5 000 FCFA par adhérent des EFS ;
- X 000 FCFA par cours ;
- La section ne prend pas d'adhérents extérieurs.

# RAQUETTES – ST EXUPERY

**En quelques mots :** la section RAQUETTES de Saint-Exupéry permet aux adhérents de pratiquer les sports de raquette.



**Responsable de la section :** Théodore POTIER

**Animateurs :** Grégory ANNETTE

**Coordonnées :** 77 341 05 55

**Lieux :**

- Patio de Saint-Exupéry ;
- 1 table de ping-pong ;
- 1 court de badminton ;
- 2 courts de tennis.

**Horaires :**

- lundi : 06h30 à 22h00 ;
- mardi : 06h30 à 22h00 ;
- mercredi : 06h30-22h00 ;
- jeudi : 06h30-22h00 ;
- vendredi : 06h30 à 22h00 ;
- samedi : 07h00 à 22h00 ;
- dimanche : 07h00 à 22h00.

**Date de début – fin de saison :** 1<sup>er</sup> septembre 2021 au 30 juin 2022

**Certificat médical obligatoire :**

- pour les adultes : certificat médical ou questionnaire QS SPORT ;
- pour les mineurs : certificat médical ou questionnaire relatif à l'état de santé du sportif mineur.

**Tarifs section :**

- 10 000 FCFA pour les adhérents adultes des EFS ;
- 20 000 FCFA pour les adhérents adultes extérieurs des EFS.