caluire et cuire

Guide du Sport Santé et du Sport Bien-Être

EDITO

Caluire et Cuire s'engage depuis de nombreuses années en multipliant les initiatives et dispositifs spécifiques en faveur du sport pour tous, de même qu'elle mène au quotidien un travail collectif exigeant, avec le tissu sportif qu'elle soutient indéfectiblement. Un engagement reconnu notamment par l'obtention d'un 3e laurier en tant que commune labellisée "Ville active et sportive".

La Ville est mobilisée pour que chacun, porteur de handicap ou non, quel que soit son âge, sa condition physique, son niveau de pratique, puisse avoir accès à un choix d'activités adaptées. C'est l'objet de ce guide, qui recense l'offre en "sport-santé" et "sport bien-être" proposée par les clubs sportifs caluirards ainsi que l'ensemble des équipements sportifs municipaux en libre accès.

Bien à vous,



Philippe COCHET
Maire
de Caluire et Cuire



Damien COUTURIER
Adjoint délégué
au sport et aux
associations sportives



Evelyne GOYER
Adjointe déléguée
à la santé
et aux réseaux de soins

Qu'est-ce que le sport bien-être ?



Le sport bien-être pour tous englobe l'ensemble des activités physiques et/ou sportives vécues comme un "loisir", générant du mieux-être, du bien-être, de la détente et du plaisir, sans recherche de performances

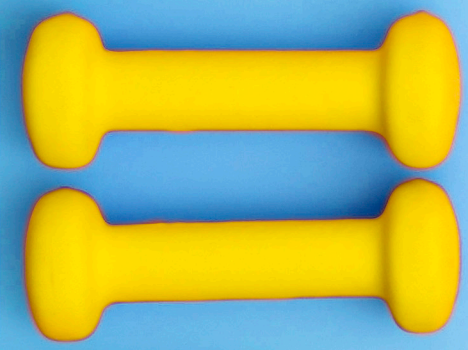
Qu'est-ce que le sport santé ?



"Relève de la pratique du sport santé, toute pratique d'activités physiques ou sportives qui contribuent au bien-être et à la santé physique, mentale et sociale du pratiquant, conformément à la définition de la santé retenue par l'Organisation mondiale de la santé, ainsi qu'à la prévention des maladies."

Modification de l'article L. 212-14 du code du sport, intervenue via la promulgation de la LOI n° 2022-296 du 2 mars 2022 visant à démocratiser le sport en France

L'Activité Physique Adaptée (APA)



"On entend par activité physique adaptée au sens de l'article L. 1172-1, la pratique dans un contexte d'activité du quotidien, de loisir, de sport ou d'exercices programmés, des mouvements corporels produits par les muscles squelettiques, basée sur les aptitudes et les motivations des personnes ayant des besoins spécifiques qui les empêchent de pratiquer dans des conditions ordinaires.
Les activités physiques adaptées sont dispensées par des personnes qualifiées, dans des conditions prévues par décret."

Article D. 1172-1 du Code de la Santé Publique



Le sport sur ordonnance :

Dans le cadre du parcours de soins des patients atteints d'une affection de longue durée (ALD), le médecin traitant peut prescrire une activité physique adaptée à la pathologie, aux capacités physiques et au risque médical du patient.
Cette pratique adaptée doit être encadrée par un professionnel (professionnels de santé paramédicaux, enseignants en APA, éducateurs sportifs diplômés) et se base sur les aptitudes et les motivations des personnes ayant des besoins spécifiques qui les empêcheraient de pratiquer dans des conditions ordinaires.
Le sport sur ordonnance ne fait pas l'objet d'un remboursement par l'Assurance maladie. Toutefois, certaines mutuelles proposent des remboursements.

Le Sport Santé en club à Caluire et Cuire



Gym Volontaire du Vernay
37 avenue Général de Gaulle
www.gymcaluirevernay.fr

Gym d'entretien / Gym douce / Fitness



Centre Social
16 rie Paul Painlevé
csccaluire.fr

Gym douce / Activité physique adaptée / Relaxation



ALC Basket
Gymnase Lachaise
alcaluirebasket.fr

Sport santé
Basket santé



Cap Seniors
Gymnase Geoffray
www.ville-caluire.fr

Gym douce/ Marche/ Yoga



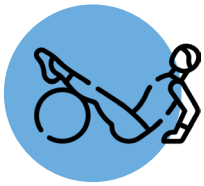
Clef
Jardin d'Emy et 37 av. Général de Gaulle
www.clefpeissel.fr

Gym douce / Gym adaptée pour les séniors



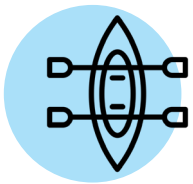
Gym Volontaire
Métropolis, école de Montessuy
www.gvcaluire3c.fr

Gym d'entretien / Gym douce
Gym posturale / Pilates
Gym dynamique / Etirements



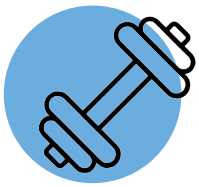
JAAC
10 impasse du collège
www.jacaluire.org

Activités physiques adaptées APA Form+, dans le cadre du programme Atouform de la FSCF (renforcement musculaire, pilates, yoga / stretching / relaxation)



Cercle de l'Aviron de Lyon
Berges de Saône
www.avironlyon.com

Entrainement adapté
aux personnes touchées par le cancer, l'obésité, le diabète, les cardiopathies



Alegria
67 avenue Général de Gaulle
www.alegria-club.fr

Salle musculation adaptée aux séniors

Du Sport pour tous

Parc des Sports Pierre Bourdan

- 1 terrain de football
- 1 terrain de football en stabilisé
- 1 piste d'athlétisme
- 1 plateau sportif (2 terrains de basket, 1 terrain de handball
- 1 terrain de beach-volley



Berges de Saône



Stade Ferret

1 parcours d'initiation au vélo



Fort de Montessuy

- Terrains de pétanque en libre accès (1200m² 40x30)
- 1 skatepark
- 1 city stade



Gymnase Lassag

Métropolis

Gymnase Lachaise

Gymnase Sénard

Pi

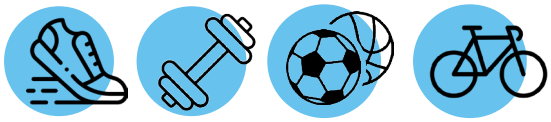
Squar

2 cou

Complexes sportifs
(libre accès)

Gymnases et piscine
(clubs et associations)

Voie Verte
3800 m
2 stations vitalité
1 city stade



Parc des Sports de la Terre des Lièvres
1 terrain de football 5/5



Gymnase Geoffray

Gymnase Cuzin

scine municipale
sabelle Jouffroy

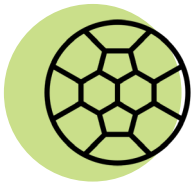
Saint Clair
1 terrain de football 5/5
et 2 paniers de basket
Parc des berges du Rhône
1 city stade
1 skatepark (à venir)



re Corbel
rts de tennis



Le Sport Bien-Être en club à Caluire et Cuire



Lyon Caluire Handball
Gymnase Lachaise
www.lyoncaluirehandball.fr

Hand fauteuil
Hand fit



Caluire Rugby League
Terre des Lièvres
www.caluirerugbyleague.com

Prévention des chutes - Silver XIII Équilibre



FCL Hockey
Stade Henri Cochet
lyonhockey.com

Créneaux vétérans



Caluire Sporting Club
Terre des Lièvres
caluiresportingclub.com

Foot en marchant (séniors)



ALC Judo
Stade Henri Cochet
alcjudo.free.fr

Taïso (préparation/ échauffement permettant l'entretien cardio-respiratoire, l'endurance, les capacités psychomotrices...)



ASC Aïkido
Stade Henri Cochet
www.asc-aikido.com

AïkiTaïso (respiration, assouplissements, renforcement musculaire profond, Taï-Sabaki, mouvements du corps, relâchement, relaxation.)



FCL Arts Martiaux
Stade Henri Cochet
www.fclartsmartiaux.fr

Canne défense:
Self-defence Séniors
Handi karaté



Gym Boxing Club
Gymnase Lachaise
www.gymboxingclub.fr

Créneaux vétérans



Gym Passion
Salle Geoffray, école de l'Oratoire, Métropolis ou école de Montessuy
gympassion-caluire.hubside.fr

Gym douce / Renforcement musculaire / Cardio / Zumba / Danse



Gym Volontaire du Vernay
37 avenue Général de Gaulle
www.gymcaluirevernay.fr

Gym d'entretien / Gym douce / Fitness



Gym Volontaire Plateau de Montessuy
18 place Gutemberg
gvpmcaluiremontessuy@gmail.com

Gym d'entretien / Gym douce
Gym posturale / Etirements
Pilates



Centre Social
16 rie Paul Painlevé
csccaluire.fr

Gym douce / Activité physique adaptée / Relaxation



Voie corporelle
15 rue Bissardon
voiecorporelle.fr

Pilates Qi Gong



Hêtre Soi
37 Avenue General De Gaulle

Relaxation / Qi Gong



Cap Seniors
Gymnase Geoffray
www.ville-caluire.fr

Gym douce/ Marche/ Yoga



Souffle de Sérénité
15 Rue Bissardon
yogalyonkaivakya.wordpress.com

Yoga



Energie Vitalité Sérénité
37 Avenue General De Gaulle
https://energie-vitale-shiatsu.com/

Gym



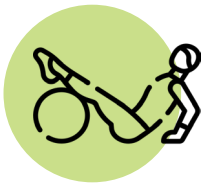
Clef
Jardin d'Emy et 37 av. Général de Gaulle
www.clefpeissel.fr

Gym douce / Gym adaptée pour les séniors / Gym douce séniors / Yoga / Marche



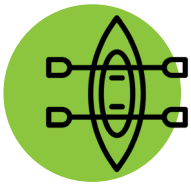
Gym Volontaire
Métropolis, école de Montessuy
www.gvcaluire3c.fr

Gym d'entretien / Gym douce
Gym posturale / Pilates
Gym dynamique / Etirements



JAAC
10 impasse du collège
www.jacaluire.org

Gym douce / rythmique / artistique + pilates + cardio + renfo + Yoga + Zumba



Cercle de l'Aviron de Lyon
Berges de Saône
www.avironlyon.com

Entrainement adapté
aux personnes touchées par le cancer, l'obésité, le diabète, les cardiopathies

Aviron Union Nautique de Lyon
Berges de Saône
www.aunlyon.com

Renforcement musculaire
Randonnées

ASC Natation
Piscine Isabelle Jouffroy
www.ascaluirenatation.com

Aquaforme

Piscine Municipal Isabelle Jouffroy
310 avenue Elie Vignal
www.ville-caluire.fr

Aquagym, Aquabike

Alegria
67 avenue Général de Gaulle
www.alegria-club.fr

Salle musculation adaptée aux séniors

Aquavia
15, avenue du Général Leclerc
voiecorporelle.fr

Kiné / Balnéo / Aquagym / Yoga / Pilates

Académie de Danse «L'art d'une passion»
72 rue de Margnolles
www.ecole-danse-caluire.fr

Yoga / Pilates

Groupement bouliste
Boulodrome R. Schelle
50 Avenue Marc Sangnier

Boules santé

caluire et cuire

www.ville-caluire.fr

AMICALE LAÏQUE ALC SINCE 1926 CALUIRE BASKET

AS LYON-CALUIRE HANDBALL

A.S. CALUIRE NATATION

alegria

AIKIDO 合気道 AS.CALUIRE

Aviron Union Nautique Lyon

Association des Centres sociaux et culturels de Caluire et Cuire



CALUIRE Rugby League

CALUIRE SPORTING CLUB

CERCLE DE L'AVIRON LYON

Clef Peissel

Energie Vitale Shiatsu

FC LYON HOCKEY 1864 - 1893

FCL ARTS MARTIAUX SPORTS ACADEMY

Gym Passion CALUIRE

GV Gymnastique volontaire CALUIRE Centre - Cuire - St Clair 3C

GV Vernay Fédération Française EPGV

JUDO - JUJITSU CALUIRE

JAAC Jeanne d'Arc Alouettes de Caluire

Voie corporelle PILATES et PLUS...

Groupement bouliste
Hêtre Soi
Souffle de Sérénité