## GUIDE des ASSOCIATIONS



Hutrans Méaudre \* en Vercors

# ACTIVITÉS SPORTIVES 3 AUTRES ACTIVITÉS **AUTRES ACTIVITÉS**

DU PLATEAU.....



Comme chaque année au début du mois de Septembre, le Forum des Associations est l'occasion de rencontrer, découvrir, s'inscrire et s'engager dans le milieu associatif.

Que vos envies s'orientent vers des activités culturelles, sportives, artistiques, solidaires ou encore environnementales, vous trouverez sans difficultés l'association qui vous convient au sein du très riche tissu associatif, qui s'adresse aussi bien aux adultes qu'aux enfants.

Tout ceci est possible, grâce à l'action de nombreux bénévoles qui ne comptent pas leurs heures pour faire vivre leur association.

Nous souhaitons ici leur rendre hommage et les remercier pour leur dévouement et leur engagement au quotidien au service des autres, et pour avoir tenu bon et su garder le lien durant cette crise sanitaire qui a mis le fonctionnement associatif à rude épreuve.

Les associations font vivre le partage, la convivialité et la solidarité. Notre tissu associatif participe à la cohésion sociale et fait indéniablement partie de l'identité de notre territoire.

Nous vous donnons rendez-vous le :

#### Samedi 10 septembre à partir de 14h00 sur l'Aire de loisirs de Méaudre

pour notre traditionnel forum des associations afin de rencontrer ensemble cette richesse de notre tissu associatif dont nous pouvons être fier.

Nous vous souhaitons à tous un bel automne.

Sylvie ROCHAS Adjointe



#### SKI AMICAL MÉAUDRAIS







Entrainement sportif du ski alpin et ski nordique dans le but de faire des compétitions.





## ÉCOLE DE SKI FRANÇAIS (ESF MÉAUDRE)









Mini Club Alpin et Mini Club Piou Piou (à partir de 3 ans).







## ÉCOLE DE SKI FRANÇAIS (ESF AUTRANS)







École de ski nordique, ski alpin, snowboard, biathlon.





#### LA FOULÉE BLANCHE









Association pour l'organisation de la Foulée Blanche (Course de Ski de Fond).





#### FOYER DE SKI DE FOND DE MÉAUDRE







**Enfants:** 

Périscolaire: multisports, poterie, théâtre (Toute l'année) École d'athlétisme et sports nature (Printemps & Automne) (Printemps & Automne) Ski classique et skating (Hiver)

Adultes:

Marche nordique (Printemps & Automne) Préparation Physique Générale Ski de fond - Classique et Skating (Hiver) Activité montagne (Sorties ponctuelles)





#### Union sportive Autranaise





06.89.55.60.26



CONTACT@US-AUTRANS-SAUT.FR



RESPONSABLE.FOND.USAUTRANS@GMAIL.COM





06.82.26.05.18



SECTIONALPIN@USAUTRANS.COM

Section Saut : Saut à ski, combiné nordique.

Section Nordique: Ski de fond, Biathlon, Ski roue découverte,

compétititon (Adultes et enfants).

Section Alpin: Ski alpin, Ski Freestyle découverte, compétition (Adultes et enfants).









#### VERCORS TÉLÉMARK





06.72.99.28.89



MAILLARD.HUGUES54@GMAIL.COM

Découverte et pratique du télémark. Tous niveaux, tous âges.







#### INSTITUT XPEO









Exercices énergétiques pour se recharger, se redresser et faciliter les mouvements du quotidien : marcher, courir, skier, etc ainsi que les postures dans le travail.





## VERCORS DÉTENTE







Pratique du Qi Gong.









#### YOGA A SOI







#### Yoga et méditation / Yoga doux à Méaudre

La séance est comme un parcours. Après une série de postures, d'intensité variable, en lien avec le souffle, la séance se termine parun pranayama et une méditation. La pratique est accessible à toutes et tous.

Yoga pour enfants à Autrans

Une invitation à écouter son corps, son souffle, ses pensées...à se mettre en mouvement, s'étirer, respirer en profondeur et apprivoiser la concentration. La pratique du yoga traditionnelle est abordée avec les enfants par le jeu et l'imaginaire.

SALLE DU CLOS AUTRANS





#### LAI MUOI







Arts martiaux/Self-défense Adultes et enfants dès 8 ans.



#### ACADÉMIE D'AIKISHINTAISO







06.95.03.91.47



KEUSSI@GMAIL.COM



ANNACASTELNUOVO@GMAIL.COM

L'Aikishintaiso est une discipline reposant sur les concepts japonais d'harmonie Ai, énergie Ki, esprit Shin, mouvement du corps Taiso. Elle alterne postures, marches, mouvements, méditations créant un langage structuré ayant pour objet la recherche de l'équilibre psychosomatique.





#### SVETASANGHA YOGA







SVETASANGHA@GMAIL.COM

Pratique du Yoga, Méditation et Bols Tibétains.



#### SPORT - NATURE ET YOGA







FRANCOIS.QUERINI@ORANGE.FR

Cours de yoga hebdomadaire.



#### YOGA IYENGAR







Cours de yoga iyengar

Cours de yoga collectif ou individuel sur démande. L'enseignement est basé sur la pratique approfondie des asanas et du pranayama. Le tout s'effectue dans la recherche de rigueur, de l'intensité, de l'alignement et de la précision.



SALLE D'ACTIVITÉ DE L'ÉCOLE PRIMAIRE AUTRANS

#### YOGI JIO









Le Kundalini Yoga permet à chacun(e) d'entre nous de renforcer son corps physique mais surtout de mieux se connaître, de mieux gérer son stress et de développer son intuition. Un pratique qui s'adapte à tous et à tous les niveaux.







#### LE MÉAUDRE RÉEL





Course de danse écossaises pour enfants (à partir de 6 ans) et pour adolescents.







#### GYMNASTIQUE FÉMININE





Gymnastique d'entretien de renforcement musculaire et assouplissements.



#### LOV'IN POLE





06.51.28.31.74





Cours de Pole Danse pour adolescents et adultes (débutants et intermédiaires).



#### **SOUKA'MALICES**





06.87.51.85.01



Adultes: cours de danses africaines. **Enfants**: cours de percussions.



#### VERCORS FITNESS







Activités physiques (Zumba, Pilates, Streching, Yoga aérien «Fly Yoga»).





#### CROSS TRAINING DU VERCORS







Cours de fitness collectifs et individuelles. Nutritionniste sportif.









#### TENNIS CLUB AUTRANS







TENNISCLUBAUTRANS@GMAIL.COM

Pratique du tennis, cours, stages et tournois pour adultes, jeunes et enfants à partir de 3 ans.





#### VERTACO RUGBY





06.48.07.19.46



VERTACORUGBY@GMAIL.COM



Rugby de loisirs à partir de 16 ans.





#### **VERCORS SPIRIT**







Club école de snowkite.



9





## FOOTBALL CLUB 4 MONTAGNES







#### Club de football

Terrain synthétique. Enfants, U15-U17 et séniors.



#### PÉTANQUE PLATEAU DU VERCORS PPV







Initiation à la pétanque pour les jeunes et club de pétanque affilié à la fédération.





## A.C.C.A Association Communale de Chasse Agréée

MÉAUDRE







**AUTRANS** 







Découverte de la chasse et gestion de la faune sauvage. Dès 16 ans.

#### AAPPMA «LA TRUITE DU PLATEAU»

Association agréée de pêche et de protection du milieu aquatique. Pratique de la pêche.

#### **CUMA**





Coopérative d'Utilisation du Matériel Agricole.

#### **SOLORMA**







Chants du monde et technique vocale.



SALLE DES ACTIVITÉS ÉCOLE ÉLÉMENTAIRE AUTRANS

#### CHORALE « LA CLÉ DES CHANTS»









Chorale adultes et enfants.

Chansons françaises, du monde... Chants du Moyen-âge, de Noël...



SALLE DES FÊTES MÉAUDRE

#### CHORALE « LES QUATRE TEMPS»





#### Chants chorales.

L'ensemble vocal «Les Quatre Temps» (anciennement Que Lou Di Lam) est présent sur le plateau depuis plus de 30 ans. Il aborde des oeuvres du répertoire classique mais aussi de la chanson française ou du monde.





#### TROUP'AKADA





Cours de percussion. Brésilienne, Samba, Olodum, Véraduro, Rap...



#### - M 4 M (École de Musique Itinérante des 4 Montagnes)









École de Musique Itinérante des 4 Montagnes.

Enseignement musical sur Autrans-Méaudre. Éveil musical, piano, flûte à bec, quitare, clarinette d'autres disciplines sur les autres communes.



MAISON DES ASSOCIATIONS AUTRANS



SALLE DE LA CURE AUTRANS







FIFMA (FESTIVAL INTERNATIONAL DU FILM DE MONTAGNE D'AUTRANS)







Festival dédié aux films de montagne avec compétition de films documentaires. Nombreux évènements satellitaires : festitrail, rencontres littéraires, activités outdoor, exposititions...





#### LA FOURNÉE BLANCHE







L'association a pour objet de permettre la connaissance et la valorisation du patrimoine Autranais, notamment du four à pain à vocation communale. Différentes animations de mai à octobre :

> Cuisson de pain, tartes, pizzas, quiches sucrées-salées... Possibilités d'animation pour d'autres associations, les écoles...

## ATELIER CRÉATIF «PETITES FÉES»





06.71.00.57.50



HELENEROCHAS@GMAIL.COM

Cours de poterie, peinture, croquis.





#### POTERIE D'AUTRANS





06.79.79.37.90



FLORIAN@POTERIF-GRENOBLE\_FR

Cours et stages de poterie toute l'année. Adultes et enfants. Stages week-end et stages vacances.



Atelier de poterie - Les Ronins Autrans



HTTP://WWW.POTERIE-GRENOBLE.FR/

Art muz

#### ART'MUZ





06.22.16.80.90



CONTACT@ARTMUZ.FR

Cours de comédie musicale et théâtre pour enfants, adolescents et adultes (à partir de 4 ans).



VILLARD DE LANS (COMÉDIE MUSICALE)



SALLE DU CLOS AUTRANS (THÉÂTRE)



HTTPS://WWW.ARTMUZ.FR/

#### Théâtre et Cie



ROCHET FRÉDÉRIC



06.31.29.01.61



VERCORSTHEATRE@GMAIL.COM

Théâtre, impro et comédie musicale.



SALLE DU CLOS AUTRANS





#### LES PIONNIERS DU VERCORS





Section Autrans-Méaudre en Vercors

#### FNACA - UMAC

MÉAUDRE



GAILLARD RAYMOND



04.76.95.22.82





GOUY JEAN-CLAUDE



06.43.26.36.74

Anciens combattants d'Algérie.

#### COMITÉ DU JUMELAGE MÉAUDRE-LOCMARIA







Échanges culturels entre la commune de Méaudre et la commune Locmaria (Belle-île-en-mer).

#### OFFICE DE TOURISME INTERCOMMUNAL

MÉAUDRE

**AUTRANS** 

LANC EN VERCORC

SAINT-NIZIER-DU-MOUCHEROTTE



04.76.95.20.68



**04.76.95.30.70** 



04.76.95.42.62



04.76.53.40.60



ACCUFIL-MFAUDRF@AUTRANS-MFAUDRF.COM



ACCUEIL-AUTRANS@AUTRANS-MEAUDRE.COM



INFO@LANSENVERCORS.COM



STNIZIER.TOURISME@VERCORS.ORG

#### ASSOCIATION DRABONS ET CHIEURES





Bibliothèque de Méaudre

Prêt de livres, CD, DVD Horaires d'ouverture :

Lundi 16h30, Mercredi de 17h00 à 18h30 et Samedi de 10h00 à 11h30



#### Spéléo, Section Patrimoine et Vannerie

Le Lavoir Méaudre

<u>Spéléo</u>: Inititation, sorties, stages (tout public)

<u>Section patrimoine</u>: Expositions et animations,

Réunion tous les 1er mercredis du mois

Vannerie: Atelier, confection et réalisation d'objets en osier.



## ASSOCIATION L'OISEAU LIRE











#### Bibliothèque d'Autrans Horaires d'ouverture :

Lundi 16h30 à 18h00 (17h00 à 18h30 pendant les vacances d'été), Mercredi et Samedi de 17h00 à 18h30.





#### Vendredi «Coup de coeur»

Cinéma Le Clos à Autrans Tous les vendredis à 20h30, un film «coup de coeur» vous est présenté.



#### LA SOUPAPE AUTRANS







Association des parents d'élèves

Soutien aux projets pédagogiques des enseignants, animations, sorties, spectacles pour les enfants des écoles d'Autrans.



**@LASOUPAPEAUTRANS** 



#### APE MÉAUDRE









Association des parents d'élèves

L'association a pour but d'organiser diverses manifestations pour récolter des fonds qui serviront à soutenir financièrement la vie scolaire et périscolaire des écoles maternelles et primaires de Méaudre, et de venir en aide ponctuellement aux familles en difficultés qui ne pourraient participer financièrement à la concrétisation des projets des écoles maternelles et primaires du village.







#### UTO-PIC





Espace de travail partagé à Villard de Lans, Autrans et Lans en Vercors + événements mensuels pour les professionnels (Apéro-pic) sur divers thématiques (entrepreneuriat, communication, développement personnel...)









#### ACTIV'ADOS







ACCUEILENFRANCEJEUNESSE@VERCORS.ORG

**Animation jeunesse CCMV** 

Accueil des ados dès 11 ans (animations, sorties, stages, séjours, soirées...)







#### **AAMAMA**







Association des assistantes maternelles agrées de Méaudre et de Autrans. Activités quotidiennes toute l'année avec le RAM de Lans-en-Vercors et la ludothèque.

#### RAM P'TIT PATAPAM







Association des assistantes maternelles agrées de Méaudre et de Autrans. Activités quotidiennes toute l'année avec le RAM de Lans-en-Vercors et la ludothèque.

#### LES BOUT'CHOUX



04.76.95.23.84



LES-BOUTCHOUX@ORANGE.FR

Structure multi-accueil pour les enfants de 3 mois à 6 ans.



422 ROUTE DE LA TUITRE, LES GONNETS MÉAUDRE

#### ÇA FAIT TILT







Mise en relation entre structures d'accueil enfance avec projets pédagogiques (écoles, crèches, structures périscolaires...) et intervenants bénévoles locaux.



#### ASSOCIATION «LES MIAULANDS»

Association des jeunes de Méaudre. Dès 16 ans. Rassemblements, sorties, chantiers....



## Au fil du Méaudret







Sensibiliser les enfants à l'écosystème et la biodiversité de nos rivières du Vercors. Toute l'année sur Autrans-Méaudre en Vercors.







#### **VERTECO**







Animations, ateliers, conférences sur les thématiques de transition écologique







#### JEUX M'AMUSE







Ludothèque itinérante proposée par la CCMV.

Des séances d'animations et de prêts de jeux encadrés par une profesionnelle. Programme sur le site internet de la CCMV. Pour toute la famille.





#### ENTREZ DANS LE JEU







Ludothèque.

Accueil des enfants de 0 à 10 ans accompagnés de leurs parents ou assistante marternelle. Animation autour de jeux ou jouets.



Salle de la Marie Méaudre RDC



SALLE D'ACTIVITÉS ÉCOLE AUTRANS

#### AIMER VERCORS





Association humanitaire pour les enfants de Madagascar.

#### APEV AUTRANS







Aide aux parents d'enfants victimes.

#### GAPAC MÉAUDRE







**Groupement des Acteurs Professionnels de l'Artisanat** et du Commerce de Méaudre

Défense des commerçants, organisation d'actions de valorisation et de communications professionnels locaux.

#### UC2A AUTRANS





Union des commerçants et artisans d'Autrans Créer du lien entre les commerçants, défense des droits communs, lien entre municipalité et commerçants, organisation d'évènements.

#### HIPPOK'HAN









Méditation animal - Hippothérapie - Randonnées anes - Autres activités avec chiens/ânes et chevaux.







#### MÉAUDRE ANIMATION





Association locale pour pérenniser les animations du village de Méaudre.



#### **AUTRANS ANIMATION VILLAGE**



Organisateur de la Foire à l'Ancienne.



#### ART RÉCUP





Association organisatrice du festival Art'Récup.





#### OUIZ RADIO







#### Web radio du Vercors

Ouiz Radio est une web radio qui a pour objectif d'aller à la rencontre des habitants encourant les évènements de la vie locale, faire le lien sur les territoires du Vercors et ses habitants, de permettre aux citoyens et aux institutions de s'impliquer dans la création de contenus radiophoniques et la programmation.



## UAD (Université Inter-Ages du Dauphiné)







ZYDORCZAK@OUTLOOK.COM







Enseignement de langues, d'informatique, de française, conférences...





#### MÉAUDRE VEILLE AU GRAIN



Représenter la population auprès des instances municipales. Transmettre, communiquer, informer.

#### CLUB DU MÉAUDRET









Rencontres et activités ludiques sportives conviviales pour le 3è âge.



#### CLUB DU CLARET







Association représentant les aînés ruraux de la commune déléguée d'Autrans. Pétanque, informatique, gym douce, cartes, randonnées, sorties, voyages...





## AGOPOP MAISON DES HABITANTS







Activités socioculturelles, PIJ, animations jeunesse, animations famille, initiatives habitants.

Badminton, Volley loisirs, Volley compétition, Yoga kundalini, Danse expression corporelle, Eveil expression corporelle, Circuit training, CLAS.







#### TRIBAL TROLL







Organisation d'évènements socio-culturels autour du Troll Ball (sport médieval fantastique).

#### CUISINE SOLIDAIRE EN VERCORS







es alimentaires

Collecte, transformation et distribution de denrées alimentaires aux personnes défavorisées.







#### A.D.M.R AIDE À DOMICILE EN MILIEU RURAL







Aide à la personne par les actes de la vie quotidienne. Entretien du logement, aide à la toilette, courses, promenades, aide aux reoas et accompagnement social.



#### LES OURS DE VILLARD DE LANS







Inititiation à la pratique du hockey sur glace. Apprentissage des fondamentaux : équilibre, propulsion, freinage, rotation et impulsion. À partir de 4 ans (âge limite 8 ans).





#### VILLARD DE LANS VERCORS PATINAGE







CHABERT ARLETTE 04.76.95.99.77 CS.VILLARD-DE-LANS@WANADOO.FR



Pratique du patinage à partir de 3 ans. Initiation, loisir, perfectionnement, compétitition.





#### Fun Gliss





Faire découvrir et pratiquer aux enfants différentes activités liées à l'environnement du Vercors (sans compétition). Saut à ski, télémark, ski de randonnée, hors-piste, snowboard, randonnées, fabrication de cabanes...



#### Comité de ski du Dauphiné Télémark









YACINE.BAZOGE@HOTMAIL.FR

Pratique du ski Télémark loisirs et compétitons.



23



#### LES VERCONTEURS





06.81.25.26.13



Faire vivre la tradition orale, la transmission des contes et histoires, intervention dans les écoles, bibliothèques, séjours enfants, spectacles adultes...



#### VERCORS SCIENCES







06.17.46.29.95



VERCORS.SCIENCES@GMAIL.COM

Découverte des sciences par une approche expérimentale et ludique au travers d'activités diverses sur les thèmes de la biologie, la chimie, la physique, la mécanique, l'électronique ou la programmation... Ateliers ponctuels ou réguliers.





#### LES VERTACCUEILLANTS





VERTACCUEILLANTS@GMAIL.COM

Accueillir dans les familles des migrants, réfugiés, demandeurs d'asile ou de titre de séjour.





#### BRIDGE CLUB DES 4 MONTAGNES









Tournois de Bridge.







#### Danse en Vercors





Cours de danse Classique, Jazz, Hip-hop, et Ragga DanceHall. Tous niveau, dès 4 ans + Pilates.





#### ROC AND CO







06.75.35.02.93



Activité d'escalade pour petits et grands (à partir de 7 ans). Sorties adultes en falaise ou en accès au gymnase.

LANS-EN-VERCORS, VILLARD-DE-LANS, CORRENÇON-EN-VERCORS





#### Aikido Club des 4 Montagnes







Pratique de l'Aïkido, art martial japonais se composant de techniques avec sabre, bâton et à mains nues en utilisant la force de l'adversaire. Ouvert à tous (adolescents et adultes)





#### Association Nationale du Cheval du Vercors de Barraquand







Elle a pour but d'oeuvrer pour la sauvegarde, la reconnaissance et la valorisation de ette race locale.

Ce cheval du Vercors de Barraquand est rustique et polyvalent dans toutes les disciplines équestres...



#### LE CERCLE DES NAGEURS







Natation artistique, natation enfants apprentissage et perfectionnement), natation sportive jeunes (compétition) et adultes. Activités aquaforme (aquapilate, aquabike, aquatraining, aquapole, aquafit).



#### VERCORS VTT





#### École de VTT

Enseignement du VTT: pilotage, maniabilité, en cross-country et en enduro à partir de 3 ans, adulte compris. Pratique au choix en loisir ou en compétition. Entrainement hebdomadaires, stages et séjours durant les vacances scolaires, classe VTT au collège.





**ÉDITION 2022 / 2023** 

#### Mairie d'Autrans-Méaudre en Vercors

Mairie d'Autrans 04.76.95.32.22 mairieannexe@autrans-meaudre.fr Mairie de Méaudre 04.76.95.20.16 mairie@autrans-meaudre.fr