

GUIDE DU SPORT LAMBALLE-ARMOR

SEPTEMBRE 2021



lamballe-armor.bzh



Lamballe-Armor
en Penthièvre

REPERES

Le sport pour les plus petits

P2 - de 6 mois à 5 ans

Le sport en famille

p3 - Activités aquatiques

p3 - Activités bien-être

p4 - Athlétisme

p4 - Course à pieds

p4 - Cyclisme

p4 - Danse

p5 - Equitation

p5 - Escalade

p5 - Gymnastique

p5 - Marche

p6 - Multisport

p6 - Pêche sportive

p6 - Renforcement musculaire

p6 - Sports d'adresse

p6 - Sports d'opposition

p7 - Sports de raquette

p7 - Sports de vitesse

p7 - Sports collectifs

p8 - Triathlon

p8 - Twirling

p8 - Sports entreprise

p8 - Sports scolaire

p9 - Les services de

Lamballe Terre & Mer

P9 - Structures privées

p10/11/12 - Cartes de situation des équipements sportifs de Lamballe-Armor

LE SPORT POUR LES PLUS PETITS

DÈS 6 MOIS

Bébés nageurs / CERCLE DES NAGEURS

A partir de = 6 mois

Lieu de pratique = Centre aquatique La Piscine - Lamballe

Infos pratiques = cnl22400@gmail.com

[F/Cercle des nageurs Lamballe](#)

DÈS 2 ANS

Baby-gym / FAMILLES RURALES SAINT-AARON, ANDEL, LA POTERIE, TRÉGOMAR

A partir de = 2 ans

Lieux de pratique = Gymnase Jouan - Lamballe,

Salle polyvalente - La Poterie

Infos pratiques = afrgymballable@gmail.com

<https://frgymssportivelamballe.jimdo.com>

Équitation / ÉQUI-POT'RIDE

A partir de = 2 ans

Lieu de pratique = Centre équestre - La Poterie

Infos pratiques = T. 02 96 31 92 92

[F/Équi Pot rideLamballe Équitation](#)

DÈS 3 ANS

Baby athlé / LAMBALLE ATHLETIC CLUB

A partir de = 3 ans

Lieu de pratique = Salle de motricité de Beaulieu,

Complexe sportif du Penthièvre - Lamballe

Infos pratiques = 06 69 48 11 85

gilopofa@gmail.com

Mini-tennis / TENNIS CLUB LAMBALLAIS

A partir de = 3 ans

Lieu de pratique = Complexe Louis Hingant,

court de Tennis, Salle Ogec - Lamballe

Infos pratiques = T. 06 81 79 69 33

contact@tennis-lamballe.com

[F/Tennis Club de Lamballe](#)

DÈS 4 ANS

Baby judo / JUDO CLUB PAYS DE LAMBALLE

A partir de = 4 ans

Lieu de pratique = Dojo salle Murigneux - Lamballe

Infos pratiques = T. 06 30 68 50 74

gkoch@wanadoo.fr

<http://dojopayslamballe.free.fr/>

Danse modern-jazz / FAMILLES RURALES MAROUÉ, LAMBALLE, NOYAL

A partir de = 4 ans

Lieu de pratique = Gymnase Jouan - Lamballe

Infos pratiques = frmodernjazzlamballe@gmail.com

<https://frmodernjazzlamballe.jimdo.com/>

Gym loisirs, perfectionnement et compétition / FAMILLES RURALES SAINT-AARON, ANDEL, LA POTERIE, TRÉGOMAR

A partir de = 4 ans

Lieu de pratique = Gymnase Jouan - Lamballe

Infos pratiques = afrgymballable@gmail.com

<http://frgymssportivelamballe.jimdo.com>

Piscine / CENTRE AQUATIQUE DE LAMBALLE TERRE & MER

Cf. page 8

Rugby / RUGBY CLUB COTES DE PENTHIEVRE

A partir de = 4 ans

Lieu de pratique = Stade de la Ville Méen - Planguenoual,

Stade - La Poterie

Infos pratiques = T. 06 82 13 96 99

rccp22370@gmail.com

[F/ RCCP- Rugby Club Côte de Penthièvre](#)

Zumba / DANSE M MOVE

A partir de = 4 ans

Lieu de pratique = Salle des fêtes, Carré d'Ass' - Planguenoual

Infos pratiques = T.06 23 13 63 05

dancemmove@orange.fr

<http://dancemmove.fr>

DÈS 5 ANS

Découverte multisports / SPORTS DECOUVERTE

A partir de = 5 ans

Lieu de pratique = Gymnase de La Poterie, Gymnase du

Penthièvre - Lamballe, Salle polyvalente, Stade - La Poterie

Infos pratiques = T. 06 95 21 48 47

sportsdecouverte@hotmail.fr

[F/Sports Découverte 22](#)

Football

Cf. page 7

Minibad / LAMBALLE BADMINTON CLUB

A partir de = 5 ans

Lieu de pratique = Gymnase Roger Boulon - Lamballe, Gymnase - La Poterie

Infos pratiques = T. 06 62 86 57 07

lamballe.lbc22@gmail.com

<http://www.lbc22.fr/>

LE SPORT POUR LA FAMILLE

ACTIVITÉS AQUATIQUES

Apnée / REVES D'APNEE - LAMBALLE

Âge = adulte

Lieu de pratique = Centre aquatique La Piscine - Lamballe

Infos pratiques = revesdapnee@gmail.com

<https://revesdapnee.jimdo.com/>

Aquabike / CERCLE DES NAGEURS

Âge = adulte

Lieu de pratique = Centre aquatique La Piscine - Lamballe

Infos pratiques = cnl22400@gmail.com

[F/Cercle des nageurs Lamballe](#)

Aquagym / CERCLE DES NAGEURS

Âge = adulte

Lieu de pratique = Centre aquatique La Piscine - Lamballe

Infos pratiques = cnl22400@gmail.com

[F/Cercle des nageurs Lamballe](#)

Natation / PENTHIEVRE HANDISPORT

A partir de = 8 ans

Lieu de pratique = Centre aquatique La Piscine - Lamballe

Infos pratiques = T. 06 74 49 21 32

Natation initiation, perfectionnement / GYM & EAU

A partir de = 18 ans

Lieu de pratique = Centre aquatique La Piscine - Lamballe

Infos pratiques = T. 02 96 31 22 25

jeanpaul.liliane@orange.fr

Natation initiation, perfectionnement, compétition / CERCLE DES NAGEURS

A partir de = 7 ans

Lieu de pratique = Centre aquatique La Piscine - Lamballe

Infos pratiques = cnl22400@gmail.com

[F/Cercle des nageurs Lamballe](#)

Pêche sous marine / RÊVES D'APNÉE

Âge = adulte

Lieu de pratique = sortie en mer

Infos pratiques = revesdapnee@gmail.com

<https://revesdapnee.jimdo.com/>

Tir sur cible subaquatique / RÊVES D'APNÉE

Âge = adulte

Lieu de pratique = Centre aquatique La Piscine - Lamballe

Infos pratiques = revesdapnee@gmail.com

<https://revesdapnee.jimdo.com/>

ACTIVITÉS BIEN-ETRE

Méditation / ÉCOLE LONG HO - LAMBALLE

A partir de = 16 ans

Lieu de pratique = Gymnase Jouan - Lamballe

Infos pratiques = T. 06 68 84 35 27

ecolelongho@gmail.com

[F/École long ho de lamballe-Ecole Thai Binh Long Ho Mon](#)

Qi-gong / FAMILLES RURALES MAROUÉ, LAMBALLE, NOYAL

Âge = adulte

Lieu de pratique = Maison des associations - Maroué

Infos pratiques = famillesrurales.maroue@gmail.com

Qi-gong / QI-GONG RELAXATION - LAMBALLE

A partir de = 16 ans

Lieu de pratique = Salle polyvalente - La Poterie

Infos pratiques = T. 06 81 22 14 22

QI-Gong / ÉCOLE LONG HO - LAMBALLE

A partir de = 16 ans

Lieu de pratique = Gymnase Jouan - Lamballe

Infos pratiques = 06 68 84 35 27

ecolelongho@gmail.com

[F/École long ho de lamballe-Ecole Thai Binh Long Ho Mon](#)

Tai chi chuan / ENTRE TERRE ET CIEL DE PENTHIÈVRE

A partir de = 18 ans

Lieu de pratique = Gymnase Jouan - Lamballe,

Salle - Trégomar

Infos pratiques = T. 06 07 54 64 66

etc22@orange.fr

<http://taichi-etc.fr/>

Tai chi taoïste / TAI CHI TAOISTE - LAMBALLE

Âge = pas de limite d'âge

Lieu de pratique = Salle (20 Boulevard du Haras) - Lamballe

Infos pratiques = T. 02 96 30 89 54

france@taoist.org

<http://www.taichitaoiste.net/index.php>

Viet Tai Chi / PHYSIC HARMONY

A partir de = 16 ans

Lieu de pratique = Salle Éole - Morieux

Infos pratiques = T. 06 63 48 55 75

sylvievtc@gmail.com

Yoga / LA QUINTESENCE

A partir de = 16 ans

Lieu de pratique = Salle Éole - Morieux

Infos pratiques = T. 06 49 58 48 34

monique.goulvestre@sfr.fr

Yoga / PADMA YOGA

A partir de = 14 ans

Lieu de pratique = Carré d'Ass' - Planguenoual

Infos pratiques = T. 06 26 20 95 81

<http://www.padmayoga22.fr>

Yoga Kundalini / TERRE D'ENVOL

A partir de = 16 ans

Lieu de pratique = MJC - Lamballe

Infos pratiques = T. 06 74 25 62 81

libellulodile@gmail.com

<http://www.terre-d-envol.fr/>

ATHLETISME

Athlétisme / LAMBALLE ATHLETIC CLUB

A partir de = 7 ans

Lieu de pratique = Complexe sportif du Penthièvre - Lamballe

Infos pratiques = T. 06 69 48 11 85

gilopofa@gmail.com

COURSE A PIEDS

Course à pieds / JOGGING PAYS DE LAMBALLE

Âge = adulte

Lieu de pratique = Parking de la Ville Gaudu - Lamballe

Infos pratiques = joggingrando22@gmail.com

<http://www.joggingrando.com/>

Course à pieds / LAMBALLE ATHLÉTIC CLUB

A partir de = 7ans

Lieu de pratique = Complexe sportif du Penthièvre - Lamballe

Infos pratiques = T. 06 69 48 11 85

gilopofa@gmail.com

Course à pieds / MORI'TEAM

Âge = ados/adulte

Lieu de pratique = Centre technique - Morieux

Infos pratiques = T. 06 50 16 55 24

julien.richard@gmail.com

Course à pieds / TEAM MÉGA CLUB - LAMBALLE

Âge = 16 ans

Infos pratiques = srenault2@gmail.com

F/Team Méga club

CYCLISME

Cyclisme compétition / TEAM MÉGA CLUB - LAMBALLE

Âge = 16 ans

Infos pratiques = srenault2@gmail.com

F/Team Méga club

Cyclisme compétition / VÉLO SPORT PAYS DE LAMBALLE

A partir de = 6 ans

Lieu de pratique = Stade Saint-Martin - Lamballe,

Infos pratiques = T. 06 45 77 16 39

vspl.lamballe@orange.fr

F/Vélo Sport Pays de Lamballe

Cyclisme (VTT, cyclosportive, cyclostourisme, course) / PENTHIÈVRE VÉLO TEAM - LAMBALLE

Âge = adulte

Infos pratiques = penthièvre.veloteam@gmail.com

F/ PENTHIÈVRE VÉLO TEAM - GENESPOIR

Cyclotourisme / AMICALE CYCLOTOURISTE DE PLANGUENOUAL

Âge = Adulte

Infos pratiques = T. 02 96 32 75 74

Cyclotourisme / CLUB CYCLO AARONNAIS

Âge = Ados, adulte

Lieu de pratique = Parking rue Martinet - Saint-Aaaron

Infos pratiques = T. 06 80 41 19 92

jeancharles.talbourdet@orange.fr

Cyclotourisme / ENTENTE CYCLOTOURISTE DE LAMBALLE

Âge = adulte

Lieu de pratique = plan d'eau de la Ville Gaudu - Lamballe

Infos pratiques = T. 06 88 77 98 90

ectl@wanadoo.fr

<http://club.quomodo.com/ectlamballe>

Cyclotourisme / TEAM MÉGA CLUB - LAMBALLE

A partir de = 16 ans

Infos pratiques = srenault2@gmail.com

F/Team Méga club

VTT compétition / VÉLO SPORT PAYS DE LAMBALLE

A partir de = 6 ans

Lieu de pratique = terrain VTT rue Saint-Sauveur - Lamballe

Infos pratiques = T. 06 45 77 16 39

vspl.lamballe@orange.fr

F/Vélo Sport Pays de Lamballe

VTT / ENTENTE CYCLOTOURISTE DE LAMBALLE

Âge = adulte

Lieu de pratique = plan d'eau de la Ville Gaudu - Lamballe

Infos pratiques = T. 06 88 77 98 90

ectl@wanadoo.fr

<http://club.quomodo.com/ectlamballe>

DANSE

Danse bretonne / M.J.C. LAMBALLE

A partir de = 14 ans

Lieu de pratique = MJC - Lamballe

Infos pratiques = T. 02 96 31 96 37

mjc.lamballe@wanadoo.fr

Danse de salon / DYNAMIC DANCE LAMBALLE

Âge = adulte

Lieu de pratique = Salle Louis Fourchon - Maroué

Infos pratiques = T. 06 60 42 30 88

dynamicdance22@gmail.fr

<http://www.dynamic-dance-lamballe.com/>

F/Dynamic Dance Lamballe

Danse de salon / ÉMERAUDE DANSE - LAMBALLE

Âge = Adulte

Lieu de pratique = Salle polyvalente - La Poterie

Infos pratiques = T. 06 88 16 42 74

Danse en ligne / DYNAMIC DANCE LAMBALLE

Âge = adulte

Lieu de pratique = Salle Louis Fourchon - Maroué

Infos pratiques = T. 06 60 42 30 88

dynamicdance22@gmail.com

[http://www.dynamic-dance-lamballe.com/
F/Dynamic Dance Lamballe](http://www.dynamic-dance-lamballe.com/F/Dynamic-Dance-Lamballe)

Line Dance / FEELING DANCE LAMBALLE

A partir de = 15 ans

Lieu de pratique = Salle Louis Fourchon - Maroué,

Gymnase Jouan - Lamballe

Infos pratiques = T. 06 12 15 56 01

Danse modern-jazz / FAMILLES RURALES MAROUÉ, LAMBALLE, NOYAL

A partir de = 4 ans

Lieu de pratique = Gymnase Jouan - Lamballe

Infos pratiques = frmodernjazzlamballe@gmail.com

<https://frmodernjazzlamballe.jimdo.com/>

Hip hop / M.J.C. LAMBALLE

A partir de = 8 ans

Lieu de pratique = MJC - Lamballe

Infos pratiques = T. 02 96 31 96 37

mjc.lamballe@wanadoo.fr

Zumba / DANSE M MOVE

A partir de = 4 ans

Lieu de pratique = Salle des fêtes, Carré d'Ass' - Planguenoual

Infos pratiques = T. 06 23 13 63 05

dancemmove@orange.fr

<http://dancemmove.fr/>

ÉQUITATION

Équitation / ÉQUI-POT'RIDE

A partir de = 2 ans

Lieu de pratique = Centre équestre - La Poterie

Infos pratiques = T. 02 96 31 92 92

[F/Équi-Pot'ride Lamballe Équitation](http://Equi-Pot'ride-Lamballe-Equitation)

ESCALADE

Escalade / LES ALPINISTES ARMORICAINS - LAMBALLE

A partir de = 8 ans

Lieu de pratique = Gymnase Jouan - Lamballe

Infos pratiques : club@ls-alpinistes-armoricains.fr

<http://www.les-alpinistes-armoricains.fr/>

GYMNASTIQUE

Gym cardio / GYM & EAU - LAMBALLE

Âge = 18 ans

Lieu de pratique = Gymnase Jouan, Salle municipale -

Lamballe, Salle polyvalente - La Poterie

Infos pratiques = T. 02 96 31 22 25

jeanpaul.liliane@orange.fr

Gym douce / GYM & EAU - LAMBALLE

Âge = 18 ans

Lieu de pratique = Gymnase Jouan, Salle municipale -

Lamballe, Salle polyvalente - La Poterie

Infos pratiques = T. 02 96 31 22 25

jeanpaul.liliane@orange.fr

Gym douce / FAMILLES RURALES SAINT-AARON, ANDEL, LA POTERIE, TRÉGOMAR

Âge = adulte

Lieu de pratique = Salle Polyvalente - Saint-Aaron

Salle - La Poterie,

Infos pratiques = T. 06 33 43 59 42

famillesrurales.st.aaron@gmail.com

Gymnastique sportive (loisirs, perfectionnement et compétition) / FAMILLES RURALES SAINT-AARON, ANDEL, LA POTERIE, TRÉGOMAR

A partir de = 4 ans

Lieu de pratique = Gymnase Jouan - Lamballe

Infos pratiques = afrgymblamballe@gmail.com

<https://frgymssportivelamballe.jimdo.com/>

Gym Tonic / FAMILLES RURALES SAINT-AARON, ANDEL, LA POTERIE, TRÉGOMAR

Âge = adulte

Lieu de pratique = Salle Polyvalente - Saint-Aaron

Infos pratiques = T. 06 63 43 59 42

famillesrurales.st.aaron@gmail.com

Pilates / FAMILLES RURALES MAROUÉ, LAMBALLE, NOYAL

Âge = adulte

Lieu de pratique = Salle Louis Fourchon - Maroué

Infos pratiques = famillesrurales.maroue@gmail.com

Pilates / M.J.C. LAMBALLE

Âge = adulte

Lieu de pratique = MJC - Lamballe

Infos pratiques = T. 02 96 31 96 37

mjc.lamballe@wanadoo.fr

Taïso / JUDO CLUB PAYS DE LAMBALLE

A partir de = 12 ans

Lieu de pratique = Dojo Salle Murigneux - Lamballe

Infos pratiques = T. 06 30 68 50 74

gkoch@wanadoo.fr - <http://dojopayslamballe.free.fr/>

MARCHE

Marche nordique / JOGGING PAYS DE LAMBALLE

Âge = adulte

Lieu de pratique = différents points de départ

Infos pratiques = joggingrando22@gmail.com

<http://www.joggingrando.com/>

Marche / MORI'TEAM - MORIEUX

Âge = ados/adulte

Lieu de pratique = Centre technique - Morieux

Infos pratiques = T. 06 50 16 55 24

julien.richard@gmail.com

Randonnée / JOGGING PAYS DE LAMBALLE

Âge = adulte

Lieu de pratique = différents points de départ

Infos pratiques = joggingrando22@gmail.com

<http://www.joggingrando.com/>

Randonnée / MILLE PATTES PATRIMOINE ET DECOUVERTE

Âge = adulte

Lieu de pratique = différents points de départ

Infos pratiques = T. 02 96 31 22 32

lemillepattes-22400@laposte.net

Randonnée / U.S.P. RANDO

Âge = adulte

Lieu de pratique = départ Mairie de Planguenoual

Infos pratiques = T. 02 96 32 77 78

MULTISPORTS

Découverte multisports / SPORTS DÉCOUVERTE

Âge = enfants à partir de 5 ans, ados, adulte

Lieu de pratique = Gymnase du Penthievre - Lamballe,

Gymnase, Salle polyvalente, Stade - La Poterie

Infos pratiques = T. 06 19 75 58 13

sportsdecouverte@hotmail.fr

<F/Sports Découverte 22>

PÊCHE SPORTIVE

Pêche, environnement / LA GAULE LAMBALLAISE

A partir de = 8 ans

Lieu de pratique = 8 rue Saint-Jacques - Lamballe

Infos pratiques = T. 09 86 74 87 38

aappma.lamballe@gmail.com

<http://www.federation-peche22.com/AAPPMA-de-Lamballe.html>

RENFORCEMENT MUSCULAIRE

Renforcement musculaire / KRAV MAGA LAMBALLE

A partir de = 15 ans

Lieu de pratique = Salle de motricité de Beaulieu - Lamballe

Infos pratiques : T. 06 64 94 43 54

<F/Krav Maga Lamballe>

SPORTS D'ADRESSE

Boule bretonne / LAMBALLE BOULE BRETONNE

A partir de = 12 ans

Lieu de pratique = Boulodrome Jean Pansart, Boulodrome plan d'eau - Lamballe

Infos pratiques = T. 06 98 24 86 92

Golf / GOLF CLUB LA CRINIÈRE - MORIEUX

A partir de = 6 ans

Lieu de pratique = Golf de la Crinière - Morieux

Infos pratiques = T. 02 96 32 72 60

ascrinier@gmail.com

<https://www.ascrinier.fr/>

Palets / PALETS CLUB DU PENTHIEVRE

A partir de = 7 ans

Lieu de pratique = Boulodrome - Meslin

Infos pratiques = T. 06 84 69 27 19

<F/Association Palet Club du Penthievre>

Pétanque / PÉTANQUE LAMBALLAISE

A partir de = 6 ans

Lieu de pratique = Espace Murigneux, Espace Marie-Ange

Riot - Lamballe

Infos pratiques = T. 06 19 23 91 20

petanquelamballaise@laposte.net

<http://club.quomodo.com/petanquelamballaise>

Tir à l'arc / COMPAGNIE DES ARCHERS du PENTHIEVRE

A partir de = 11 ans

Lieu de pratique = Espace Murigneux - Lamballe, pas de tir

à l'arc - La Poterie

Infos pratiques = T. 06 77 91 39 54

lydielemarchand@live.fr

<https://archersdupenthievre.jimdo.com/>

Tir à l'arc / PENTHIEVRE HANDISPORT - LAMBALLE

A partir de = 11 ans

Lieu de pratique = Espace Murigneux - Lamballe

Infos pratiques = T. 06 74 49 21 32

SPORTS D'OPPOSITION / ARTS MARTIAUX

Aikido / AIKIDO JO

A partir de = 9 ans

Lieu de pratique = Dojo Espace Murigneux et salle des

Augustins - Lamballe

Infos pratiques = T. 06 09 34 46 14

contact@aikidojo.penthievre.fr

Capoeira / M.J.C. LAMBALLE

A partir de 8 ans jusqu'à 14 ans

Lieu de pratique = Espace Murigneux - Lamballe

Infos pratiques = T. 06 88 86 19 95

bambarte.bzh@gmail.com

Taïso / JUDO CLUB PAYS DE LAMBALLE

A partir de = 12 ans

Lieu de pratique = Dojo Salle Murigneux - Lamballe

Infos pratiques = T. 06 30 68 50 74

gkoch@wanadoo.fr - <http://dojopayslamballe.free.fr/>

Full-contact , Kick-Boxing , K1 / BOXING CLUB LAMBALLAIS

A partir = 6 ans

Lieu de pratique = Espace Murigneux - Lamballe

Infos pratiques = T. 06 73 86 19 98

jeremief23@gmail.com

<F/Boxing club lamballais>

Gouren / M.J.C. LAMBALLE

A partir de = 8 ans

Lieu de pratique = Salle Mathurin Méheut - Lamballe

Infos pratiques = T. 02 96 31 96 37

mjc.lamballe@wanadoo.fr

Judo / JUDO CLUB PAYS DE LAMBALLE

A partir de = 4 ans

Lieu de pratique = Dojo salle Murigneux - Lamballe

Infos pratiques = T. 06 30 68 50 74
gkoch@wanadoo.fr
<http://dojopayslamballe.free.fr/>

Jujitsu, Self défense / JUDO CLUB PAYS DE LAMBALLE

A partir de = 12 ans
Lieu de pratique = Dojo Salle Murigneux - Lamballe
Infos pratiques = T. 06 30 68 50 74
gkoch@wanadoo.fr
<http://dojopayslamballe.free.fr/>

Karate / TAISHO ASAHI DOJO KARATE-DO - LAMBALLE

A partir de = 15 ans
Lieu de pratique = Gymnase du Penthievre,
Dojo Espace Murigneux - Lamballe
Infos pratiques = T. 06 34 02 65 57
nicolas.saintilan@gmail.com

Kick Boxing / KICK BOXING LAMBALLAIS

A partir de = 10 ans
Lieu de pratique = Espace Murigneux - Lamballe
Infos pratiques = T. 06 74 40 28 64
davidfelahi@orange.fr

Krav maga (self-défense) / KRAV MAGA LAMBALLE

A partir de = 15 ans
Lieu de pratique = Salle de motricité de Beaulieu - Lamballe
Infos pratiques = T. 06 64 94 43 54
F/KravMagaLamballe

Kung-fu / ÉCOLE LONG HO-LAMBALLE

A partir de = 16 ans
Lieu de pratique = Gymnase Jouan - Lamballe
Infos pratiques = T. 06 68 84 35 27
ecolelongho@gmail.com
F/Écolelonghoהלamballe-EcoleThaiBinhLongHoMon

Self Défense / ÉCOLE LONG HO-LAMBALLE

A partir de = 16 ans
Lieu de pratique = Gymnase Jouan - Lamballe
Infos pratiques = ecolelongho@gmail.com
F/Écolelonghoהלamballe-EcoleThaiBinhLongHoMon

SPORTS DE RAQUETTE

Badminton / LAMBALLE BADMINTON CLUB

A partir de = 8 ans
Lieu de pratique = Gymnase Roger Boulin - Lamballe,
Gymnase - La Poterie,
Infos pratiques = T. 06 62 86 57 07
lamballe.lbc22@gmail.com
<http://www.lbc22.fr/>

Squash / TENNIS CLUB LAMBALLAIS

Âge = adulte
Lieu de pratique = Complexe Louis Hingant (court squash)
- Lamballe
Infos pratiques = T. 06 81 79 69 33
contact@tennis-lamballe.com
F/TennisClubdeLamballe

Tennis de table / PENTHIEVRE TENNIS DE TABLE - LAMBALLE

A partir de = 6 ans
Lieu de pratique = Salle Mathurin Méheut, Gymnase du
Penthievre - Lamballe
Infos pratiques = T. 06 88 98 85 79
alain.bourde@wanadoo.fr
<http://www.penthievrett.fr/>

SPORTS DE VITESSE

Karting / A.S. KARTING - LAMBALLE

A partir de = 1,15 m
Lieu de pratique = GP Circuit - La Poterie
Infos pratiques = T. 06 21 51 33 41
mechin.bruno@orange.fr

Moto-cross, vitesse, école de pilotage / MOTO CLUB LAMBALLAIS

A partir de = 6 ans
Lieu de pratique = Circuit de Quihannet - Landéhen
Infos pratiques = T. 06 68 53 86 08
www.mclamballais.sitew.fr

Roller / R.I.L.L. - LAMBALLE

A partir de = 5 ans
Lieu de pratique = Gymnase Penthievre, Complexe sportif
du Penthievre - Lamballe
Infos pratiques = T. 07 60 97 07 84
rill.lamballe@gmail.com
<http://rill-roller.over-blog.com/>

SPORTS COLLECTIFS

Basket / BASKET CLUB LAMBALLE

A partir de = 8 ans
Lieu de pratique = Gymnase Roger Boulin,
Gymnase Jouan - Lamballe
Infos pratiques = T. 07 85 65 87 40
basketclublamballe@gmail.com - F/BCLamballe

Football / CLUB SPORTIF AARONNAIS

Âge = adulte
Lieu de pratique = Stade - Saint-Aaron
Infos pratiques = T. 06 12 68 02 71
noblet.tanguy@orange.fr

Football / EVRON FOOTBALL CLUB

A partir de = 5 ans 1/2
Lieu de pratique = Stade Louis Hingant - Lamballe, Stade de
la Tenue - Maroué, Bréhand
Infos pratiques = T. 06 77 99 68 85
<https://evron-fc.footeo.com/>

Football / FC CÔTE DE PENTHIEVRE (PLANGUENOUL, SAINT-ALBAN, PLÉNEUF-VAL-ANDRÉ)

A partir de = 5 ans 1/2
Lieu de pratique = Stade de la Ville Méen - Planguenoul,
Complexe Pont-Gagnoux - Pléneuf-Val-André, Stade René
Rouget - Saint-Alban
Infos pratiques = T. 06 63 78 09 61
<http://cpfc.e-monsite.com/>

Football / FC TRÉGOMAR

Âge = adulte

Lieu de pratique = Terrain de foot - Trégomar

Infos pratiques = T. 06 63 46 02 26

fctregomar@orange.fr

Football / FOOT CAMP (COËTMIEUX, ANDEL, MORIEUX, POMMERET)

A partir de = 5 ans

Lieux de pratique = Stades de Morieux, Andel, Coëtmieux, Pommeret

Infos pratiques = T. 06 08 47 60 81

claud.botrel@orange.fr

Football / LAMBALLE FOOTBALL CLUB

A partir de = 6 ans

Lieux de pratique = Stade Louis Hingant, Stade Saint-Martin, Complexe sportif du Penthièvre, Salle Ogec - Lamballe, Stade - La Poterie

Infos pratiques = T. 02 96 31 13 57

contact@lamballefc.com

<https://www.lamballefc.com/>

Football féminin / LAMBALLE FOOTBALL CLUB

A partir de = 6 ans

Lieux de pratique = Stade Louis Hingant, Stade Saint-Martin, Complexe sportif du Penthièvre, Salle Ogec - Lamballe, Stade - La Poterie

Infos pratiques = T. 02 96 31 13 57

contact@lamballefc.com

<https://www.lamballefc.com/>

Handball / L'HANDBALLE

A partir de = 6 ans

Lieux de pratique = Gymnase Roger Boulin, Salle Ogec, Gymnase du Penthièvre - Lamballe, Gymnase - La Poterie, Infos pratiques = info@lhbc.fr

<http://lhbc.fr/>

Rugby / RUGBY CLUB COTES DE PENTHIEVRE

A partir de = 4 ans

Lieu de pratique = Stade de la Ville Méen - Planguenoual, Stade - La Poterie

Infos pratiques = T. 06 82 13 96 99

rccp22370@gmail.com

[F/ RCCP- Rugby Club Côte de Penthièvre](#)

Roller hockey / ROLLING CLUB PENTHIEVRE - LAMBALLE

A partir de = 6 ans

Lieu de pratique = Gymnase du Penthièvre - Lamballe

Infos pratiques = T. 06 88 62 07 48

rcplpiranhas@gmail.com

[F/Piranhas Roller Hockey Lamballe](#)

Torball / M.J.C. LAMBALLE

Âge = adulte

Lieu de pratique = Saint-Brieuc

Infos pratiques = T. 02 96 31 96 37

mjc.lamballe@wanadoo.fr

Volley sport-loisirs / LAMBALLE VOLLEY BALL

A partir de = 17 ans

Lieu de pratique = Gymnase Roger Boulin - Lamballe

Infos pratiques = T. 06 45 68 68 15

TRIATHLON

Triathlon / TEAM MÉGA CLUB - LAMBALLE

A partir de = 16 ans

Infos pratiques = srenault2@gmail.com

[F/Team Méga club](#)

TWIRLING

Twirling / PENTHIÈVRE TWIRLING

A partir de = 6 ans

Lieu de pratique = Gymnase Roger Boulin - Lamballe, Gymnase - La Poterie

Infos pratiques = twirling.lamballe@gmail.com

SPORTS ENTREPRISES*

** s'adresse uniquement aux salariés, conjoints et adhérents du Gouessant.*

Badminton / A.S. GOUessant

Âge = adulte

Lieu de pratique = Gymnase - La Poterie, Salle polyvalente - La Poterie

Infos pratiques = T. 06 77 71 43 88

association.sportive@legouessant.fr

Footing / A.S. GOUessant

Âge = adulte

Lieu de pratique = Gymnase - La Poterie, Salle polyvalente - La Poterie

Infos pratiques = T. 06 77 71 43 88

association.sportive@legouessant.fr

Pilate / A.S. GOUessant

Âge = adulte

Lieu de pratique = MJC de Lamballe

Infos pratiques = T. 06 77 71 43 88

association.sportive@legouessant.fr

SPORTS SCOLAIRES*

** s'adresse uniquement aux élèves des établissements scolaires*

Multisports/

ASSOCIATION SPORTIVE COLLÈGE SACRE COEUR

ASSOCIATION SPORTIVE COLLÈGE SIMONE VEIL

ASSOCIATION SPORTIVE LYCÉE HENRI AVRIL

ASSOCIATION SPORTIVE LYCÉE SAINT JOSEPH

**LES SERVICES DE LAMBALLE TERRE & MER
VOUS PROPOSENT ÉGALEMENT :**

Le Centre aquatique La Piscine

Le jardin d'enfants

À partir de = 4 ans

Les cours

Aquagym, aquajogging, aquavélo, aquaphobie, Prénat, aquados...

Âge = enfants, ados, adulte

Infos pratiques = T. 02 96 50 13 80

lapiscine@lamballe-terre-mer.bzh

<http://www.lamballe-terre-mer.bzh>

L'école de Musique et de Danse communautaire

Danse contemporaine

Âges = à partir de 6 ans, ados, adulte

Infos pratiques = T. 02 96 50 94 75

ecolearts@lamballe-terre-mer.bzh

<http://www.emdp22.fr>

GP circuit (Karting)

Zone Sports Mécaniques - ZI des Noës

3 Rue des Frères Piéto - La Poterie

T. 02 96 50 09 09

[F/GP circuit](#)

Parc Aventure Indian Forest (Accrobranche)

Les Tronchées - Morieux

T. 02 96 32 80 80

<http://www.aventure-nature.com>

10 street (Salle de sport)

10 rue des Avéries - Lamballe

T. 09 81 85 10 10

[F/10 street Lamballe](#)

L'Orange Bleue (Salle de sport)

Rue des Hautes Rivières - Lamballe

T. 02 96 31 99 43

[F/L'Orange Bleue Lamballe](#)

Golf de La Crinière (Golf)

4 route d'Andel - La Ville Gourio - Morieux

T. 02 96 32 72 60

[F/Golf La Crinière](#)

STRUCTURES PRIVÉES

École de danse Annette Pageix (Danse)

40 A rue Chanoine du Temple - Lamballe

T. 02 96 31 13 26

LAMBALLE-ARMOR, c'est :

34 équipements sportifs et de loisirs : gymnases, stades, pas de tir à l'arc, aires de jeux, camping, aire de camping-car.

1,3 millions investis en 2019.

42 500 € de subventions pour soutenir les associations sportives.

La gratuité des salles.

LES ÉQUIPEMENTS SPORTIFS À LAMBALLE

> GYMNASSES

- 1 - Espace Murigneux
- 2 - Gymnase Penthievre
- 3 - Gymnase Jouan
- 4 - Gymnase Roger Boulin
- 5 - Salle OGEC
- 6 - Salle Mathurin Méheut
- 7 - Salle de Motricité de Beaulieu

> TERRAINS DE SPORT

- 8 - Stade Saint-Martin
9 - Stade Louis Hingant
10 - Courts de tennis couverts
11 - Complexe sportif du Penthivère

> BOULODROMES

- 12 - Boulodrome Jean Pansart
13 - Boulodrome du Plan d'eau
14 - Espace Ange Riot

> AUTRES ESPACES

- 15 - Parcours sportif du Plan d'eau
- 16 - Skate Park du Plan d'eau
- 17 - Parc de la Corne de Cerf
- 18 - Terrain de VTT
- 19 - Parc équestre
- 20 - Le centre aquatique La Piscine
- 21 - L'Ecole de musique et de danse communautaire
- 22 - Salle municipale
- 23 - MJC





LES ÉQUIPEMENTS SPORTIFS À LAMBALLE-ARMOR



Lamballe-Armor
en Penthievre