

FAITES DU SPORT

À BOURGES

2025-2026

ÉCOLES DE SPORT ENFANTS ET SÉNIORS
ACTIVITÉS PISCINES ■ PATINOIRE





La rentrée marque souvent un nouveau départ, l'occasion de prendre soin de soi, de se fixer de nouveaux objectifs... ou simplement de retrouver le plaisir de bouger ensemble.

Bourges est depuis toujours une ville sportive. Parce que le Sport contribue à la santé, à l'éducation, au bien-être, mais aussi parce qu'il rassemble, crée du lien et fait vivre notre ville.

Ce guide vous présente toutes les activités sportives proposées par la Ville, pour toutes et tous : les écoles de sport enfants, seniors et sport adapté, les activités à la Patinoire Sarah Abitbol et dans les piscines. Ces animations sont adaptées pour entretenir sa forme en douceur, maintenir son autonomie, partager des moments conviviaux et découvrir des nouveaux sports.

Que vous souhaitiez vous initier, vous perfectionner ou simplement passer un bon moment, vous trouverez ici une offre variée et accessible, portée par des éducateurs sportifs passionnés, des agents engagés et un tissu associatif actif. Il y a forcément une activité qui vous ressemble !

Derrière chaque séance, ce sont des activités accessibles, variées et dynamiques qui vous sont proposées.

Avec Renaud Mettre, Maire-adjoint aux Sports, nous vous souhaitons une belle rentrée sportive, pleine de découvertes, de rencontres et de plaisir.

Yann Galut
Maire de Bourges

FAITES DU SPORT

À BOURGES

SOMMAIRE

**PROCÉDURE
D'INSCRIPTION**

P. 3-4

**ÉCOLES DE SPORT
ENFANTS**

P. 6-7

**ÉCOLES DE SPORT
SÉNIORS**

P. 8-10

PATINOIRE

P. 12-13

PISCINES

P. 14-15

COMMENT VOUS INSCRIRE EN LIGNE ?

- Suivez le QR code disponible dans ce livret ou rendez-vous sur le site internet de la Ville. Vous arriverez sur cette page :

BOURGES

Créer mon compte Me connecter

CHOISIS TON ACTIVITÉ TROUVE TON CRÉNEAU LIENS RÉGLEMENTS INTÉRIEURS

FAITES DU SPORT

PISCINES PATINOIRE - ECOLES DE SPORT ENFANTS ET SENIORS

RÉSERVEZ VOTRE ACTIVITÉ SPORTIVE EN LIGNE

- 1 JE CRÉE MON COMPTE
- 2 JE CRÉE LES MEMBRES DE MA FAMILLE DANS MON COMPTE
- 3 J'INDIQUE LE MEMBRE DE MA FAMILLE POUR CHAQUE ACTIVITÉ CHOISIE
- 4 JE RÉGLE MON PANIER

Déjà Client :

Me connecter

Nouveau Client :

Civilité : Mr

Nom : *

Prénom : *

Date de naissance : JJ / mm / aaaa

Email : *

Confirmer : *

Mot de passe : *

Confirmer : *

1. Si vous êtes déjà inscrit (pratiquant en 2024/2025), cliquer sur « me connecter ».

En cas de mot de passe perdu, cliquer sur « Mot de passe perdu » ?
Vous recevrez un mail pour configurer un nouveau mot de passe.

Connexion

N° abonné / Email :

Mot de passe :

[Créer votre compte](#) [Mot de passe perdu?](#)

Fermer Connecter

Nouveau Client :

Civilité : Mr

Email : DC

2. Si vous n'êtes pas inscrit, remplissez le formulaire « nouveau client ».

Nouveau Client :

Civilité : Mr

Nom : *

Prénom : *

Date de naissance : dd/mm/aaaa *

Adresse : *

Complément adr. : *

Code postal : *

Ville : *

Pays : *

Téléphone : *

Portable : *

Email : *

Confirmer : *

Mot de passe : *

Confirmer : *

Je m'inscris à la newsletter pour recevoir les dernières nouveautés

Les champs marqués d'un * sont obligatoires.

Créer mon compte

Site Web officiel par : Bourges - Leader à Bourges de la promotion du sport de Bourges

Puis rendez-vous sur l'onglet « **MON COMPTE** » puis « **MA FAMILLE** » pour créer les membres de votre famille que vous souhaitez inscrire aux activités sportives (enfant, conjoint, parent...).

Lorsque vous ajouterez une activité à votre panier, n'oubliez pas de sélectionner le nom du pratiquant pour cette activité.

CHOISIS TON ACTIVITÉ RECHARGEMENT TROUVE TON CRÉNEAU - MON COMPTE - LIENS - RÉGLEMENTS INTÉRIEURS -

MES INFORMATIONS
MA FAMILLE
MES ABONNEMENTS
MES COMMANDES
MON PANIER EN COURS
MES DOCUMENTS

FAITES DU SPORT

PATINOIRE - ECOLES DE SPORT ENFANTS ET SENIORS

VOTRE ACTIVITÉ SPORTIVE EN LI

1 JE CRÉE MON COMPTE > 2 JE CRÉE LES MEMBRES DE MA FAMILLE DANS 'MON COMPTE' > 3 J'INDIQUE LE MEMBRE DE MA FAMILLE POUR CHAQUE ACTIVITÉ CHOISIE > 4 JE M'ABONNE

Ma famille

Nom	Prénom	Date de naissance	Ni
-----	--------	-------------------	----

Créer un nouveau membre dans ma famille

BON À SAVOIR :

- L'adresse mail saisie lors de la demande d'inscription doit être valide car toutes les informations relatives à l'organisation des activités (annulation d'un cours, changement de lieu ou d'horaire...) seront envoyées sur cette adresse.
- Après réception du mail de confirmation, l'inscription est considérée comme validée et aucune modification n'est possible.
- En cas d'inscriptions insuffisantes dans une activité, celle-ci pourra être annulée.
- Aucun remboursement du droit d'inscription ne sera autorisé.
- Si une séance est annulée, elle ne sera pas reprogrammée à une autre date.

A photograph of children in a gymnasium, cheering and clapping. The image is overlaid with a red tint. The children are in the foreground, looking towards the left. One child in the center has her hair in a ponytail. Another child to the right has curly hair. The background shows other children and their arms raised in the air.


**ECOLES
DE SPORT
ENFANTS**

ECOLES DE SPORT ENFANTS SAISON 2025/2026

Dans un esprit de découverte, les écoles de sport de la ville de Bourges permettent aux enfants de pratiquer une activité sportive, chaque semaine, durant toute l'année scolaire. L'objectif est que les enfants s'orientent ensuite vers les associations sportives. **Parce que tous les enfants doivent avoir accès au sport, l'école de sport « sport adapté » est destinée aux enfants en situation de handicap psychique et mental.**

- Début des cours **à partir du 22 septembre 2025 jusqu'au 20 juin 2026**. Il n'y a pas d'activité pendant les vacances scolaires (petites et grandes), ni les jours fériés.
- Un enfant ne peut pas pratiquer plusieurs années de suite la même discipline sauf pour les activités baby.
- En cas d'inscriptions insuffisantes dans une activité, celle-ci pourra être annulée.
- Il n'est pas possible de faire des essais avant de choisir une activité.
- Sauf indication contraire, le matériel nécessaire à la pratique de l'activité est fourni aux enfants. Concernant les arts martiaux, les enfants doivent posséder un kimono.
- Toute absence doit être signalée par mail sur **inscriptions-ecolesdesport@ville-bourges.fr**

INSCRIPTIONS :

Sur le site internet de la Ville de Bourges **à partir du lundi 1^{er} septembre, 10h**. Inscription en fonction des places disponibles et paiement directement en ligne. S'il reste des places disponibles après la clôture des inscriptions, les inscriptions peuvent se poursuivre jusqu'au vendredi 17 octobre en fonction de l'activité et de l'évolution pédagogique.

En fonction des places disponibles après la clôture des inscriptions, l'inscription payante à une deuxième discipline est possible jusqu'au vendredi 17 octobre.

TARIFS :

- * **Pour les Berruyers** : 35.55 € pour l'année et par enfant
- * **Pour les communes extérieures** : 41.75 € pour l'année et par enfant

RENSEIGNEMENTS :

Service des Sports • 02 48 57 83 27
inscriptions-ecolesdesport@ville-bourges.fr

Site internet de la Ville de Bourges :
Onglet Sports/Ecoles de Sport enfants



Règlement complet sur le site internet de la Ville de Bourges

ACTIVITÉS BABY		
Quand ?	Années de naissance	Où ?
BABY GYM		
A - Mardi 17h00/18h00	2020 à 2021	COMPLEXE YVES DU MANOIR N° 1 (salles de gym et de judo) rue de Turly
B - Jeudi 17h00/18h00	2020 à 2021	SALLE POLYVALENTE DU GRAND MEAULNES rue Louis de Raynal
BABY JEUX DE BALLONS		
Lundi 17h00/18h00	2020 à 2021	GYMNASSE LADOUMÈGUE 82 Boulevard de l'Avenir
BABY HANDBALL		
Mercredi 10h00/10h45	2020 à 2022	GYMNASSE JEAN MOULIN rue Jean Moulin
BABY SPORTS		
Mercredi 15h30/16h30	2020 à 2021	GYMNASSE LÉO LAGRANGE rue du 1er Régiment d'Artillerie
BABY ESCRIMES		
Mercredi 13H30/14H30	2019 à 2020	SALLE MULTISPORTS JEAN BRIVOT Avenue Roland Garros

SPORTS DE RAQUETTES		
Quand ?	Années de naissance	Où ?
BADMINTON		
Vendredi 18H00/20H00	2016 à 2020	GYMNASSE LÉO LAGRANGE rue du 1er Régiment d'Artillerie
TENNIS		
A - Lundi 17h00/18H00	2018 à 2019	COMPLEXE YVES DU MANOIR N° 2 rue de Turly
B - Lundi 17h00/18H00	2015 à 2017	TERRAIN BOULEVARD DE L'AVENIR (terrains couverts)
TENNIS DE TABLE		
Mercredi 14h00/15H00	2015 à 2019	COMPLEXE YVES DU MANOIR N° 2 (salle de tennis de table - RDC) rue de Turly

SPORTS DE COMBATS		
Quand ?	Années de naissance	Où ?
AIKIDO		
Mercredi 18h00/19H00	2011 à 2015	COMPLEXE PIERRE DE COUBERTIN (dojo - 1er étage) place Pierre de Coubertin
BOXE		
A - Lundi 18H00/19H00	2011 à 2015	COMPLEXE YVES DU MANOIR N°1 (salle de boxe) rue de Turly
B - Jeudi 18H00/19H00		
JUDO		
Lundi 17H15/18H15	2017 à 2019	COMPLEXE PIERRE DE COUBERTIN (dojo - 1er étage) place Pierre de Coubertin
KENDO		
Samedi 9H00/10H00	2008 à 2017	COMPLEXE PIERRE DE COUBERTIN (salle des Arts Martiaux - RDC) place Pierre de Coubertin
KARATE		
Mecredi 17H30/18H30	2013 à 2016	COMPLEXE PIERRE DE COUBERTIN (salle des Arts Martiaux - RDC) place Pierre de Coubertin
TAEKWONDO		
A - Mercredi 14H30/15H30	2015 à 2017	COMPLEXE YVES DU MANOIR N°1 (salle de Judo) - rue de Turly
B - Mercredi 15H30/17H00	2011 à 2014	
ESCRIME SPORTIVE		
Mercredi 17H00/18H00	2015 à 2018	STADE JACQUES RIMBAULT (salle Françoise Sineau) chemin des Grosses Plantes
ESCRIME ARTISTIQUE		
Lundi 18H30/20H00	2013 à 2014	STADE JACQUES RIMBAULT (salle Françoise Sineau) chemin des Grosses Plantes

SPORTS COLLECTIFS		
Quand ?	Années de naissance	Où ?
BASEBALL		
A - Mercredi 14h00/15h00	2017 à 2019	GYMNASSE JEAN MOULIN rue Jean Moulin
B - Mercredi 14h00/16h00	2014 à 2016	
C - Mercredi 15h00/17h00	2011 à 2013	
BASKET		
Lundi 17H00/18H00	2014 à 2017	COMPLEXE YVES DU MANOIR N° 1 rue de Turly
NOUVEAU ! FUTSAL		
Mardi 17H00/18H00	2014 à 2016	GYMNASSE JEAN MOULIN rue Jean Moulin
FOOTBALL FÉMININ		
Vendredi 18H00/19H00	2015 à 2018	STADE PIERRE DELVAL Chemin Chauchery à Asnières
MINI-HANDBALL		
Mercredi 11H00/12H00	2017 à 2019	GYMNASSE JEAN MOULIN rue Jean Moulin
RUGBY		
A - Mercredi 16h00/17H00	2020	STADE JEAN BRIVOT avenue Roland Garros
B - Mercredi 16h00/17H00	2018 à 2019	
C - Mercredi 17h00/18H30	2016 à 2017	
D - Mercredi 17h00/18H30	2014 à 2015	
VOLLEY-BALL		
Vendredi 17H00/18H00	2013 à 2016	GYMNASSE LÉO LAGRANGE rue du 1er Régiment d'Artillerie
SPORT ADAPTÉ : BASKETBALL, FUTSAL, HANDBALL		
ouvert aux enfants en situation de handicap (merci de nous contacter pour toute inscription)		
Jeudi 17H00/18H00	2012 à 2015	GYMNASSE D'ASNIÈRES rue Pierre et Jane Boiteau

ACTIVITÉS DE PLEINE NATURE		
Quand ?	Années de naissance	Où ?
AVIRON		
Samedi 14H00/17H00	2009 à 2015	BASE D'AVIRON Chemin du Grand Mazière
CANOE-KAYAK (savoir nager)		
Mercredi 13h30/16H00	2010 à 2015	FERME DE LA VERNUSSE rue de la Vernusse
VOILE (savoir nager) / VTT		
Mercredi 13H30/16H30	2013 à 2016	SELON PLANNING : BASE DE VOILE DU VAL D'AURON chemin du Grand Mazières OU FERME DE LA VERNUSSE rue de la Vernusse
ESCALADE		
A - Jeudi 17H00/18H00	2014 à 2016	GYMNASSE MAURICE CHAFIOL rue du Pré Doulet
B - Jeudi 18H00/19H00		
SPORTS INDIVIDUELS		
GYMNASTIQUES		
Mercredi 13H30/14H30	2018 à 2019	COMPLEXE PIERRE DE COUBERTIN (gymnase - 1er étage) place Pierre de Coubertin
TIR À L'ARC		
A - Jeudi 17H30/18H30	2010 à 2017	COMPLEXE PIERRE DE COUBERTIN Salle de Tir à l'Arc
B - Jeudi 18H30/19H30		
ROLLERS		
Mercredi 15H00/16H00	2015 à 2018	GYMNASSE PAILLOUX Impasse Gustave Pailloux

A photograph of three elderly people smiling joyfully. On the left, a man with a beard and a white shirt has a towel draped over his shoulders. In the center, a man with a beard and a dark cap is smiling. On the right, a woman with short white hair and a visor is laughing. The entire image is overlaid with a semi-transparent blue filter.

ÉCOLES DE SPORT SENIORS



CCAS
VILLE DE BOURGES



ÉCOLES DE SPORT

SENIORS

SAISON 2025/2026

Les écoles de sport séniors doivent permettre à des personnes retraitées, habitant Bourges ou son agglomération, éloignées de la pratique sportive de découvrir une activité, chaque semaine, durant un trimestre.

Premier trimestre : du 29 septembre au 19 décembre 2025

Deuxième trimestre : du 5 janvier au 27 mars 2026

Troisième trimestre : du 30 mars au 19 juin 2026

- Il n'y a pas d'activité pendant les vacances scolaires (petites et grandes), ni les jours fériés.
- Une personne a la possibilité de s'inscrire à chaque trimestre à condition qu'il s'agisse d'activités différentes. S'il reste des places disponibles en début de 2^{ème} ou 3^{ème} trimestre, une personne peut demander à s'inscrire de nouveau à la même discipline sans être prioritaire, et en s'acquittant des droits d'inscription correspondants.
- En fonction des places disponibles après la clôture des inscriptions, l'inscription payante à une deuxième discipline durant le même trimestre, est possible.
- Une personne inscrite devra présenter un certificat médical de « non contre-indication à la pratique du sport » à l'éducateur.
- Sauf indication contraire, le matériel nécessaire à la pratique de l'activité est fourni. Veuillez prévoir une tenue adaptée à la pratique, notamment pour les activités aquatiques.
- Toute absence doit être signalée par mail sur inscriptions-ecolesdesport@ville-bourges.fr.

INSCRIPTIONS :

Sur le site internet de la Ville de Bourges :

- à partir du **lundi 8 septembre, 10h00 pour le 1^{er} trimestre**
- à partir du **lundi 1^{er} décembre, 10h00 pour le 2^{ème} trimestre**
- à partir du **lundi 2 mars, 10h00 pour le 3^{ème} trimestre**

Inscription en fonction des places disponibles et paiement en ligne

TARIFS :

* **Pour les Berruyers** : 34.75 € par trimestre

* **Pour les communes extérieures** : 40.40 € par trimestre

RENSEIGNEMENTS :

Service des Sports • 02 48 57 83 27

inscriptions-ecolesdesport@ville-bourges.fr

Site internet de la Ville de Bourges :

[Onglet Sports/Ecoles de Sport séniors](#)



Règlement complet sur le site internet de la Ville de Bourges

DISCIPLINES	JOURS-HORAIRES	LIEUX	DESCRIPTIF DE L'ACTIVITÉ	NIVEAU DE DIFFICULTÉ
PÉTANQUE	Jeudi 10h00 à 11h30	Boulodrome ESPRIT 2 Bourges Rue Jeanne Dieulafoy	Atelier d'initiation à la pétanque, jeux de boules méditerranéen en équipes de deux ou trois. Cette activité est accessible à toutes et à tous. Elle sollicite essentiellement l'adresse, l'agilité, la concentration et l'esprit d'équipe. A travers une approche ludique et graduelle , vous assimilerez progressivement les règles et les techniques pour améliorer votre jeu à votre rythme. Alors tu pointes ou tu tires?	 MODÉRÉE
AQUAFORME	Mercredi 20h15 à 21h00	Piscine des Gibjoncs Rue de Turly	Intensité variable selon le pratiquant, petite et moyenne profondeur (possibilité de grande profondeur en fonction de la volonté de chacun). Utilisation de l'eau pour garder une tonicité musculaire.	 MODÉRÉE
AQUABIKE	Lundi 11h30 à 12h00	Centre Nautique Raymond Boisdé Place Pierre de Coubertin	Travail sur des vélos stables dans l'eau à des intensités variables et modulables en fonction des personnes.	 MODÉRÉE
NATATION	Jeudi 9h30 à 10h30	Piscine des Gibjoncs Rue de Turly	Ces séances nécessitent de savoir nager. Elles vous permettront d'améliorer votre technique de nage et votre endurance.	 PRATIQUE DOUCE
AVIRON	Mercredi 10h30 à 12h00	2ème trimestre uniquement Base d'aviron (plan d'eau) Chemin du Grand Mazières	L'activité se pratique dans un petit bassin intérieur sécurisé pour les non nageurs. Elle se pratique de façon collective sur un simulateur où vous apprendrez à ramer efficacement de façon à faire progresser votre gestuel et votre vitesse sous forme ludique et musicale.	 MODÉRÉE
BADMINTON	Jeudi 10H00 à 11h30	Gymnase d'Asnières Rue Pierre et Jane Boiteau	Le badminton est un sport de raquette accessible à tous. Son côté ludique vous apportera du plaisir dès les premiers échanges. Il vous permettra également de maintenir et regagner de la coordination, de l'équilibre et du rythme.	 MODÉRÉE À ACTIVE
GOLF	Jeudi 14h00 à 15h00	Golf de Bourges 16 rue Jacques Becker	Découvrir l'activité golf d'une manière simple, ludique dans une ambiance conviviale. Vous évoluerez sur les différentes zones de jeu ainsi que sur le petit parcours.	 DOUCE À MODÉRÉE

DISCIPLINES	JOURS-Horaires	LIEUX	DESCRIPTIF DE L'ACTIVITÉ	NIVEAU DE DIFFICULTÉ
GYMNASTIQUE	Judi 15h00 à 16h00	Complexe Pierre de Coubertin (salle des Arts Martiaux - RDC) Place Pierre de Coubertin	Gymnastique douce à base d'étirements et stretching. Activité de coordination, équilibre, parcours de mémorisation. Renforcement musculaire et cardio.	 MODÉRÉE
QI QONG	Mardi 9h45 à 10h45	Complexe sportif Jean Brivot salle multisport Avenue Roland Garros	Le Qi Qong est une gymnastique chinoise composée d'automassages et de gestes lents en lien avec la respiration.	 PRATIQUE DOUCE
TAI CHI CHUAN ET QI QONG	Lundi 9h30 à 10h45	Complexe Pierre de Coubertin (salle des Arts Martiaux - RDC) Place Pierre de Coubertin	Ce cours propose des exercices d'étirement et des mouvements qui permettent avec une pratique régulière de retrouver une mobilité plus naturelle du corps et de sortir d'habitudes posturales et émotionnelles routinières. Il soulage autant qu'il prévient les corps douloureux.	 PRATIQUE DOUCE
TAISO	Vendredi 11h15 à 12h15	Complexe Pierre de Coubertin (salle des Arts Martiaux - RDC) Place Pierre de Coubertin	Echauffement et souplesse articulaire. Renforcement musculaire et cardio. Équilibre et prévention des chutes.	 MODÉRÉE
TENNIS DE TABLE	Lundi 14h30 à 15h30	Complexe Yves du Manoir n°2 (salle de tennis de table - RDC) rue de Turly	Cet atelier tennis de table a pour objectif la découverte de cette activité dans un cadre convivial éloigné de la compétition. Nous resterons dans un but de bien-être mental et corporel.	 DOUCE À MODÉRÉE
TIR À L'ARC	Judi 14h30 à 15h30	Complexe sportif Jean Brivot (Pas de tir) Avenue Roland Garros	Initiation au tir à l'arc, matériel et cours adapté à chaque personne.	 PRATIQUE DOUCE
TIR À LA CIBLE	Mardi 16h15 à 17h15	Complexe Pierre de Coubertin (salle de Tir à la cible - RDC) Place Pierre de Coubertin	La discipline est celle du tir à 10m avec des armes à air comprimé (carabine et pistolet). Discipline olympique, il n'en demeure pas moins que sa découverte peut à coup sûr, générer des passions.	 DOUCE À MODÉRÉE
SORTIE VELO	Lundi 9h30 à 11H30	3ème trimestre uniquement 1er jour, RDV Parc des Préfichaux, fontaine près des jeux enfants Le point de départ évoluera en fonction des sorties	Améliorer sa condition physique au cours de sorties vélo qui vous emmèneront à la rencontre du patrimoine berruyer. Savoir maîtriser son vélo. Activité proposée aux vélos électriques mais aussi ouvert aux vélos mécaniques si bon niveau.	 MODÉRÉE

DISCIPLINES	JOURS-HORAIRES	LIEUX	DESCRIPTIF DE L'ACTIVITÉ	NIVEAU DE DIFFICULTÉ
TENNIS	Mardi 10h00 à 11h30	Terrain de Tennis Robinson 34 bd de l'Industrie	Venez découvrir l'activité tennis afin de pouvoir ensuite prendre plaisir à jouer avec des partenaires de votre choix si l'activité vous a plu.	 MODÉRÉE À ACTIVE
NOUVEAU ! FOOT EN MARCHANT	Mardi 11h00 à 12h00	1er et 2ème trimestre uniquement Gymnase d'Asnières rue Pierre et Jane Boiteau	Une réadaptation du football en une activité à intensité modérée limitant les contacts et les chocs physiques. Le tout dans le cadre ludique d'un sport populaire s'adaptant facilement à la condition de chacun. Une solution parfaite et en adéquation pour ceux qui ressentent le besoin de garder une activité physique régulière malgré des douleurs chroniques.	 MODÉRÉE À ACTIVE
NOUVEAU ! BASKET	Mercredi de 16h45 à 17h45	Gymnase Léo Lagrange Rue du 1er Régiment d'Artillerie	Des séances de basket fun et accessibles pour ceux qui veulent bouger à leur rythme! Travail de la coordination, du dribble et des passes avec comme objectif de garder la forme, s'amuser et partager de bons moments en équipe. Le tout, dans une ambiance conviviale et détendue.	 MODÉRÉE À ACTIVE
GYM ATOUR D'UNE CHAISE	Vendredi 10h à 11h	1er et 2ème trimestre uniquement Complexe Pierre de Coubertin (salle des Arts Martiaux - RDC) Place Pierre de Coubertin	Cette activité consiste à réaliser des mouvements simples et adaptés à partir d'une position assise au bord ou au milieu d'une chaise mais aussi des postures debout en se tenant à la chaise. Programme : renforcement musculaire et cardio, souplesse, équilibre, mobilité articulaire.	 MODÉRÉE À ACTIVE
	Jeudi 9h30 à 10h30	1er et 2ème trimestre uniquement Salle Multisports Jean Brivot Avenue Rolland Garros		
NOUVEAU ! SOFT VOLLEY FITNESS VOLLEY	Mardi 17H00 à 18H00	Gymnase Léo Lagrange Rue du 1er Régiment d'Artillerie	Une activité adaptée et dynamique alliant jeux collectif, renforcement et coordination dans une ambiance conviviale. Idéal pour entretenir sa forme et bouger en groupe.	 MODÉRÉE À ACTIVE



PATINOIRE





PATINOIRE

SAISON 2025/2026

Nous vous proposons un large choix d'activités de glace à la Patinoire Sarah Abitbol.

Si vous souhaitez apprendre à patiner, vous perfectionner individuellement et/ou collectivement, l'équipe de la Patinoire, accompagnée de son éducateur, sera présente pour vous orienter et vous apporter les meilleurs conseils

- Début des cours **à partir du mardi 23 septembre 2025 jusqu'au vendredi 22 mai 2026**. Il n'y a pas d'activité pendant les vacances scolaires, ni les jours fériés.
- Toute absence doit être signalée par mail à patinoire.bourges@ville-bourges.fr
- Les chaussettes, les gants et le bonnet sont obligatoires.

INSCRIPTIONS :

- **Sur le site internet de la Ville de Bourges à partir du lundi 1er septembre à 10 heures.**
Inscription en fonction des places disponibles et paiement en ligne
- Règlement complet des activités disponible sur le site internet de la ville de Bourges

RENSEIGNEMENTS :

Patinoire Sarah Abitbol
Esplanade du Prado à BOURGES

02 48 57 80 01 • patinoire.bourges@ville-bourges.fr

Site internet de la Ville de Bourges :
[Onglet Sports/Patinoire](#)



Retrouvez les jours et horaires des ouvertures publiques ainsi que l'agenda des évènements, sur le site internet de la Ville de Bourges

ACTIVITES	PUBLIC	JOURS ET HORAIRES	OBJECTIFS	TARIFS		PERIODES	INSCRIPTIONS
				BOURGES	HORS BOURGES		
BABY PATINAGE	Enfants nés en 2019 et 2020	Mardi 17h00 - 18h00	C'est le moment pour toi de venir apprendre à patiner ! Tu découvriras l'univers de la glace en t'amusant autour de jeux et de parcours ludiques. En fin d'année, un spectacle sera proposé aux familles.				
		Jeudi 17h00 -18h00					
COURS PATINAGE + 6 ANS	Enfants nés en 2017 et 2018	Mardi 18h00 -19h00	Viens découvrir les bases du patinage, marcher, glisser et apprendre quelques figures. En fin d'année, un spectacle sera proposé aux familles.	37,50 €	85,70 €	Du 23 septembre 2025 au 22 mai 2026 sauf pendant les vacances scolaires et les jours fériés.	Inscription et paiement en ligne sur www.ville-bourges.fr du 1er septembre 2025 au 17 octobre 2025.
		Jeudi 18h00-19h00					
COURS PATINAGE + 10 ANS	Enfants nés de 2012 à 2016	Mercredi 18h30 - 19h30	Viens apprendre à patiner et connaître les premières figures du patinage artistique. Tu pourras également découvrir des sports de glace comme le hockey, et créer des chorégraphies. En fin d'année un spectacle sera proposé aux familles.				
JARDIN DES OURSONS	Enfants nés de 2019 à 2022	Le premier mercredi du mois 10h00-11h00	Encadré par un éducateur, venez inscrire votre enfant pour une seule séance ou plusieurs, suivant son envie. Découverte des bases du patinage et sensibilisation à la discipline.	10,40 €	11,50 €	Inscription à la séance. Tarif par personne et par séance.	Sur réservation : patinoire.bourges@ville-bourges.fr Paiement sur place, le jour de la séance.
JARDIN DES FAMILLES	Parents et enfants	Le premier mercredi du mois 11h00-12h00	Encadré par un éducateur, venez apprendre à patiner avec votre enfant pour une seule séance ou plusieurs.				



PISCINES



PISCINES

SAISON 2025/2026

Quel que soit votre âge et votre niveau, le centre nautique Raymond Boisdé et la piscine des Gibjoncs vous proposent de nombreuses activités aquatiques.

Vous recherchez un moment de détente, de découverte, de partage ou de perfectionnement en milieu aquatique. Vous hésitez, l'équipe des piscines de Bourges est présente pour vous aider à choisir l'activité qui vous convient le mieux.

Les groupes sont constitués en fonction du niveau des nageurs, veillez à choisir la bonne activité et le bon créneau !

Les parents et amis ne sont pas admis en bord de bassin. Les enfants doivent être remis de visu au personnel présent à l'accueil.

INSCRIPTIONS :

- Au delà des dates d'inscriptions indiquées dans le tableau, vous pouvez contacter le Centre Nautique.
- Pour les activités aquatiques, si vous souhaitez payer en plusieurs fois par prélèvements automatiques : les démarches se font uniquement à l'accueil du centre nautique, merci de contacter le Centre Nautique pour toutes informations complémentaires.
- Règlement complet des activités disponible sur le site internet de la Ville de Bourges.
- Toute absence doit être signalée par mail à piscines-bourges@ville-bourges.fr

RENSEIGNEMENTS :

Centre Nautique Raymond Boisdé

02 48 67 57 27 • piscines-bourges@ville-bourges.fr

**Site internet de la Ville de Bourges :
[Onglet Sports/piscines](#)**



Retrouvez les jours et horaires des ouvertures publiques
sur le site internet de la Ville de Bourges

ACTIVITÉS	PUBLICS	JOURS ET HORAIRES	LIEUX	OBJECTIFS	TARIFS		PÉRIODES	INSCRIPTIONS Justificatif de domicile de moins de 6 mois pour les berruyers
					Bourges	hors Bourges		
Cours municipaux de BABY NATATION	Enfants nés en 2019 et 2020	Mercredi : 16h-16h45	Piscine des Gibjoncs	Les leçons de natation municipales s'adressent à tous les enfants qui souhaitent s'initier, apprendre et découvrir les bases techniques de nage.	À l'année 37,50 €	À l'année 85,70 €	Du lundi 22 septembre 2025 au samedi 20 juin 2026	Inscription et paiement en ligne www.ville-bourges.fr du lundi 1er septembre au vendredi 17 octobre 2025
		Mercredi : 17h-17h45						
		Mercredi : 18h-18h45						
COURS MUNICIPAUX ENFANTS Apprentissage et perfectionnement	Enfants nés en 2017 et 2018	Lundi : 17h-17h45	Piscine des Gibjoncs					
		Lundi : 18h-18h45	Piscine des Gibjoncs					
		Mardi : 17h-17h45	Centre nautique					
		Mardi : 18h-18h45						
	Enfants nés en 2015 et 2016	Mercredi : 15h-15h45	Centre nautique					
		Mercredi : 11h45-12h30						
Mercredi : 14h-14h45								
COURS MUNICIPAUX COLLÉGIENS Apprentissage + 10 ans	Enfants nés de 2012 à 2014	Jeudi : 17h55 - 18h40	Centre nautique	Ce créneau sert à préparer le Savoir Nager (ASNS) qui n'a pas été validée par l'enfant durant son cycle primaire. (un test de niveau sera réalisé avant la validation de l'inscription). Deux périodes de septembre à janvier ou de février à juin	La période 37,50 €	La période 85,70 €	1ère période du 22 septembre 2025 au 31 janvier 2026 2ème période du 9 février 2026 au 20 Juin 2026 Sauf pendant les vacances scolaires et les jours fériés.	Inscriptions à l'année et 1ère période le samedi 13 septembre 2025 de 10h00 à 13h00 au centre nautique Raymond Boisdé
		Mercredi : 14h-14h45						
		Jeudi : 17h-17h45						
COURS MUNICIPAUX ADULTES Apprentissage	Adultes ne sachant pas nager	Jeudi : 17h - 17h45	Piscine des Gibjoncs	Pour toutes les personnes qui souhaitent apprendre à nager. (ne pas avoir peur de l'eau). Deux périodes de septembre à janvier ou/et de février à juin	La période 90 € À l'année 181,40 €	La période 115 € À l'année 233,30 €	1ère période du 22 septembre 2025 au 31 janvier 2026 2ème période du 9 février 2026 au 20 Juin 2026 À l'année du 22 septembre 2025 au 20 juin 2026 Sauf pendant les vacances scolaires et les jours fériés.	2ème période le 5 février de 18h à 19h au centre nautique Raymond Boisdé Possibilité de paiement fractionné. Tenue de bain pour tests
COURS MUNICIPAUX ADULTES Perfectionnement	Adultes ayant acquis les bases	Jeudi : 17h55-18h40	Centre nautique	Pour toutes les personnes qui souhaitent se perfectionner dans une ou plusieurs techniques de nage.				

ACTIVITÉS	PUBLICS	JOURS ET HORAIRES	LIEUX	OBJECTIFS	TARIFS		PÉRIODES	INSCRIPTIONS Justificatif de domicile de moins de 6 mois pour les berruyers
					Bourges	hors Bourges		
MASTERS	Public confirmé, sachant maîtriser 2 nages.	Samedi : 9h15-10h15	Centre nautique	1ère période, entraînement de 1000m à 2000m en bassin de 25m axé sur le travail technique spécifique (technique de nages, virages, plongeon). 2ème période, entraînement supérieur à 1500m en bassin de 50m couplant différents axes de travail (technique, vitesse, endurance...).	La période 120 € À l'année 210 €	La période 150 € À l'année 250 €	1ère période du samedi 27 septembre à mi-février 2ème période début mars au 20 juin À l'année du 27 septembre 2025 au 20 juin 2026	Inscriptions à l'année et 1ère période le samedi 13 septembre 2025 de 10h00 à 13h00 au centre nautique Raymond Boisdé 2ème période le 5 février de 18h à 19h au centre nautique Raymond Boisdé Possibilité de paiement fractionné. Tenue de bain pour tests (Masters et Aquaphobie)
AQUAPHOBIE	Adultes ayant la phobie de l'eau et ne pouvant pas entrer dans l'eau.	Samedi : 9h-9h45	Piscine des Gibjoncs	Cours collectif de 45 mn, permettant d'apprendre à se détendre et à maîtriser sa peur de l'eau en découvrant le milieu aquatique.				
AQUATONIC	Adultes	Mardi : 16h-16h45 Vendredi : 9h30-10h15		Une pratique aquatique rythmée combinant mouvements toniques et renforcement musculaire pour une remise en forme complète.				
AQUAFITNESS	Adultes	Lundi : 12h15-13h Jeudi : 18h-18h45		Cours dynamiques combinant cardio et renforcement musculaire dans l'eau. Idéal pour sculpter votre corps et améliorer votre condition physique.				
BÉBÉS NAGEURS	De 6 mois à 5 ans	Samedi : 10h-12h15		Piscine des Gibjoncs			Moment d'éveil aquatique, ludique et sécurisé, où parents et enfants partagent découverte, jeux et sensations dans l'eau.	
LOCATIONS D'AQUABIKE	A partir de 15 ans	Horaires d'ouverture au public Location de 30 mn	Centre nautique et Piscine des Gibjoncs	L'aquabike (vélo dans l'eau) est une discipline complète qui permet d'allier renfort musculaire et cardio. Vous pratiquerez cette activité tout en douceur et en sécurité dans le bassin d'apprentissage, en autonomie.	Avec l'entrée piscine 9,35 € 13,15 € Pour les abonnés 5,10 € 7,20 €		Toute l'année au Centre Nautique. Durant les vacances scolaires à la piscine des Gibjoncs.	Réservation possible par téléphone ou directement à l'accueil des deux sites.

**FAITES
DU
SPORT**

À BOURGES



BOURGES