

GUIDE PRATIQUE des ASSOCIATIONS 2023

20
TERRE
DE JEUX
24



RILHAC-RANCON



Associations Sportives



Club Athlétique Rilhac-Rancon

Le club de football de Rilhac-Rancon permet la pratique pour tous :

École de football masculin pour les U6 à U13 + catégories des jeunes U15 à U18.

École de football féminine pour les U6 à U11.

3 équipes masculines séniors

1 équipe féminine séniors

1 équipe foot loisir



Président
Christophe DELPÊCHE



06 61 45 72 34



ca.rilhacrancon@gmail.com



ca-rilhac rancon



Lieux et jours d'entraînements :

Stade René LEGRAND et terrain stabilisé,
rue Pierre de COUBERTIN.

Stade de Cassepierre, rue de Guillot

Entraînements du lundi au samedi selon
les groupes.

Compétition le week-end.





Rilhac Danse

Tout type de danse de salon : Valse, Tango, Bachata, Rock, etc...

Danse en ligne (solo)

Zumba Adultes

Zumba Enfants



Présidente
Pascale BILLAC



06 70 01 89 57



rilhacdanse@gmail.com
pascale.billac.87@gmail.com



www.rilhacdanse.com



Rilhac Danse
Zumba Danse



Lieux et jours d'entraînements :

Lundi de 8h30 à 21h30, Zumba, Danse en ligne, Danse en couple.

Mercredi de 20h à 22h, danse en couple .

Jeudi de 18h15 à 19h, Zumba.

Vendredi de 18h à 20h, Zumba enfants, danse en ligne.



Associations Sportives



But Rilhacois

Nous participons chaque année aux championnats des clubs pétanque en départemental ainsi qu'en régional. 4 équipes séniors, 2 équipes féminines et 2 équipes vétérans.

Nous participons également aux championnats des clubs provençal, à la Coupe de France pétanque, à la Coupe de France provençal et à une multitude de concours nationaux.



Président
Julien GOURCEROL



05 55 56 19 31
06 80 27 35 50



butrilhacois@gmail.com



Lieux et jours d'entraînements :

Terrain rue de Beaune.

les mardis et vendredis : 13h30 -18h



But Rilhacois





Président
Anasse HAMMADI



Geneviève HAMMADI
06 09 58 05 31



lesouffledegaia15@
orange.fr



Le Souffle de Gaïa

Séances hebdomadaires pour les adultes
et pour les enfants :

- . de pratiques corporelles et énergétiques (Qi gong, Yoga, pratiques respiratoires, Do In, réflexes archaïques, Brain Gym, ...).
- . de sport santé.
- . de marche nordique (1 à 2 fois par mois).

Ateliers en lien avec le bien être personnel
et / ou la nature.



Lieux et jours d'entraînements :

Lundi : DOJO - adultes : 11h30 à 12h30 :
Yoga, Qi Gong (débutants) et sport santé.
12h30 - 13h30 : Yoga, Qi Gong (perfectionnement).

Mercredi : DOJO - enfants 17h -18h.

Jeudi : Salle Polyvalente - adultes : 18h15 -
19h15 : Yoga, Qi Gong (débutants et sport
santé). 19h20 - 20h20 : Yoga, Qi Gong
(perfectionnement).

Samedi : DOJO - enfants 10h -11h30.

Dimanche : DOJO - enfants (parfois adultes):
9h30 - 12h30.





Associations Sportives



Judo Club Rilhac-Rancon

Le judo club propose des cours de judo en loisirs ou compétition à partir de 4 ans.

Le club poursuit les cours de Taïso, cette discipline à destination de tous à partir de 15 ans, permettra aux participants de développer coordination, équilibre, renforcement musculaire, gainage, étirements...

Les séances sont adaptées en fonction des capacités de chacun.

Les cours sont dispensés par un professeur diplômé.



Président
Alexandre COUSSEDIÈRE



06 76 59 76 25



judoccr87@gmail.com



www.jc-rilhac-rancon.
ffjudo.com



JudoClubRilhacRancon



Lieux et jours d'entraînements :

Dojo municipal - Rue Pierre de COUBERTIN.

Mardi :

17h30 - 18h15 : Micro-poussins (Moyenne et grande section), 18h30 - 19h30 : Mini-poussins 2 et poussins (CE1 au CM1), 19h30 - 20h30 : Taïso.

Vendredi :

17h30 - 18h30 : Mini-poussins (CP-CE1), 18h30 - 20h : Poussins, benjamins (CE2 à 6ème), 20h - 21h30 : Minimes à séniors : à partir de la 5ème.





Basket Ball Rilhac-Rancon

Pratique du Basket de la catégorie U7 à seniors.



Président
Cédric JEAN-BAPTISTE



Valérie JEAN-BAPTISTE
06 82 09 04 44



secretariat.bbrr87@
gmail.com



Lieux et jours d'entraînements :

Du lundi au jeudi :

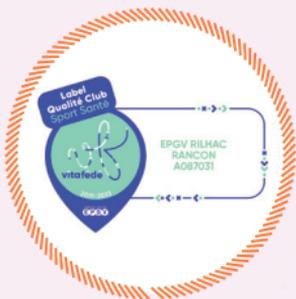
Gymnase Bernard SAR - rue Pierre de
COUBERTIN.

Les samedis à partir de 13h match de
championnat.





Associations Sportives



Gymnastique Volontaire

Gym tonique pour garder la forme, se dépenser, s'entretenir (abdos, fessiers, cardio, step...).

Gym bien-être, pour prendre conscience de son corps, renforcer et étirer les muscles profonds, améliorer la souplesse et maîtriser la respiration.

Chaque semaine nous proposons 6 cours adultes mixtes, dispensés par 5 animateurs différents, diplômés et très dynamiques.

Les jeunes à partir de 15 ans sont acceptés dans les cours adultes.

Deux séances gratuites sont offertes aux nouveaux adhérents.



Présidente
Marie-Claude ROMAN



05 55 35 69 62
06 85 57 77 95



claudieroman@icloud.com
frederique.robby@orange.fr



Gym Volontaire Rilhac Rancon



Lieux et jours d'entraînements :

Lundi : 14h15 à 15h15 - Gym détente - Salle Polyvalente 18h30 à 19h30 - Gym fitness - Gymnase.

Mardi : 9h à 10h - Gym forme - gymnase , 20h 30 à 21h 30 - Gym cardio - fitness et step tous les 15 jours - Salle Polyvalente.

Jeudi : 9h15 à 10h15 - Gym bien-être - Gymnase, 19h à 20h - Activ'Gym - Salle Paul Eluard.

L'association est labélisée «QUALITÉ CLUB SPORT SANTÉ»





Président
Charles DECORPS



06 77 34 88 57



krakox@gmail.com



Tennis Club

L'école de tennis est le point fort du club, encadrée par un professeur diplômé d'Etat.

Les jeunes sont accueillis dès l'âge de 5 ans.

Un tournoi interne est organisé à la fin de la saison.

Cours d'initiation et de perfectionnement pour enfants et adultes.



Lieux et jours d'entraînements :

Gymnase - rue Pierre de COUBERTIN.

Mardi : 21h à 22h30, entraînement et cours adultes.

Mercredi : 9h à 12h, cours enfants.

Vendredi : 17h à 20h, cours enfants - 20h à 21h30, cours adultes.

Samedi : 9h à 13h





Associations Sportives



Association de Cyclisme AC2R

Club de cyclisme de passionnés de route, de VTT, de cyclocross.

L'AC Rilhac-Rancon est avant tout un club de loisir où l'épanouissement de chacun est primordial.

Découvrir le vélo, se dépasser, rouler en groupe,... Des échantillons de plaisirs que propose l'AC Rilhac-Rancon



Président
Gérard LAROCHE



06 83 50 20 55

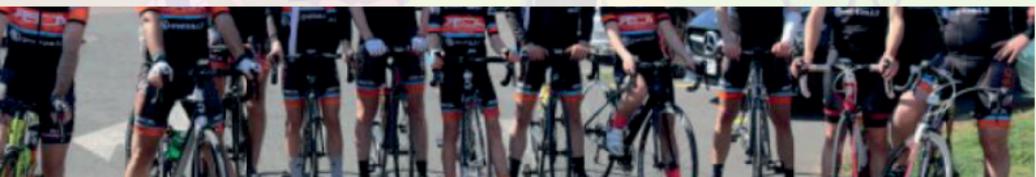


clubac2r@gmail.com



Lieux et jours d'entraînements :

Cyclisme sur route, sortie le dimanche matin à 9h toute l'année et le samedi pendant l'hiver à 9h30 place du 19 mars 1962 devant la Poste.





Présidente
Jacqueline BOURDELOIS



05 55 36 87 73
06 20 42 18 58



cyrr87@laposte.net



Cercle de Yoga

Pratique du Hatha Yoga. Enchaînement de postures associées au contrôle du souffle.

Sur le plan physique : amélioration de la souplesse, squelette et articulations renforcées.

Sur la plan mental : meilleure capacité de concentration, gestion du stress, moins d'anxiété.



Lieux et jours d'entraînements :

Salle Polyvalente, rue Pierre de COUBERTIN.

Lundi : 17h - 18h

Mercredi : 18h30 - 19h30

Jeudi : 10h30 - 11h30

Associations Sportives



JencFit



Présidente
Carole CHATEAU



06 73 91 67 43



Taekwondo



Présidente
Axelle CLAMONS



06 33 42 81 87



jeromeg087@gmail.com



impact TKD Rilhac-Rancon



L'impact TKD de Rilhac-Rancon propose la pratique du taekwondo en loisirs et en compétition.

Lieux et jours d'entraînements :

Dojo municipal, rue Pierre de COUBERTIN.

Lundi : 19h - 20h30

RILHAC-RANCON



Fitness et rééquilibrage alimentaire.



Lieux et jours d'entraînements :

Salle de Jeu du Pérou.

Les jeudis à 19h et les dimanches à 10h15



Esprit Sport Limousin

Le Cardio Box : Activité permettant d'améliorer sa condition physique.

Discipline qui consiste à réaliser des mouvements de pieds et de boxe Française, associés à des exercices de renforcement musculaire.



Président
Frédéric BOIS



06 16 41 33 36



roulaudsophie@hotmail.com



Lieux et jours d'entraînements :

Salle Paul Eluard (Espace Mazelle).

Mardi : 19h30





Associations Sportives



Samourai Club

Le samourai club propose la pratique des arts énergétiques, du self défense et iaïdo.

Les activités sont adaptées aux capacités physiques de chacun. Il est possible de bénéficier d'un suivi personnalisé.

Pour qui ? adultes, séniors, handicaps, sport sur ordonnance.

La pratique est encadrée par des animateurs qualifiés.



Président



John LEE
06 33 37 45 34



urban521@hotmail.com



Lieux et jours d'entraînements :

DOJO municipal, rue Pierre de COUBERTIN.

Mercredi :

Tai-Chi : 18h30 - 19h30

Self défense : 19h30 - 21h00

iaïdo (sabre japonais) : 19h30 - 21h,
1 mercredi par mois.



Associations Culturelles et Artistiques



Théâtre de l'Art Scène

Un atelier théâtre adulte et un atelier adolescent. Chaque saison, les ateliers initient un nouveau spectacle. Théâtre de l'art scène a l'ambition de défendre un théâtre moderne, contemporain entre créations et adaptations.

Sans oublier l'omniprésence de la musique et de la vidéo dans les spectacles. L'association entend affirmer un parti pris artistique avec une vision contemporaine, mais à su démontrer qu'elle pouvait également faire rire à travers plusieurs comédies.



Présidente
Pauline MALE



Sophie LAURY
06 10 44 49 00



theatre.artscene1@gmail.com



theartredeartscene



Lieux et jours de séances :

Salle de répétition de théâtre, rue du Peyrou.

Atelier ado : mardi de 18h à 20h

Atelier adulte : mardi de 21h à 23h





Associations Culturelles et Artistiques

Rilhac Temps Libre



Rilhac Temps Libre propose à ses adhérents de multiples activités chaque semaine, quelles soient culturelles, sportives ou artistiques.

Venez découvrir nos sections randonnée, théâtre pour tous les âges, couture sous toutes ses formes, scrabble duplicate et des arts plastiques (aquarelle, pastel).



Présidente
Pauline BUJAUD



06 37 26 37 48



rilhac.temps.libre@
gmail.com



Rilhac Temps Libre-RTL



Lieux et jours de séances :

Point compté (couture) : jeudi 15h à 19h, maison Nouhaud.

Arts plastiques : lundi 9h00-12h, selon planning établi, maison Nouhaud.

Randonnée : vendredi 13h30, selon planning établi.

Scrabble duplicate : mardi de 17h30 à 20h00, maison Nouhaud.

Théâtre : jours et lieux définis en début de saison selon les groupes.

Couture : jeudi de 15h à 19h, maison Nouhaud.





Le Patch du Bout des Doigts

Travaux manuels de fils et d'aiguilles, en particulier la pratique du Patchwork, qui est une technique de couture qui consiste à assembler des morceaux de tissus pour réaliser un ouvrage.



Présidente
Marie-France COUTURAUD



Jacqueline GLENISSON
06 70 17 37 48



jacglen@orange.fr



 Lieux et jours de séances :

Maison Nouhaud.

Les vendredis : 14h-17h



SD Production



Président
Sébastien LAURENT

Organisateur de spectacle, loto, vide grenier, ...



06 79 44 48 62



sdproduction@hotmail.fr



sd-production@webnobe.fr



SD-PRODUCTION



Associations loizirs,



Association pour la promotion de la Géologie (GÉOLIM)



Président
Guy LAURET



06 08 73 73 63



Organisation avec la Société Géologique du Limousin du salon de la Minéralogie «GÉOLIM» le 1er week-end d'avril.

Interventions auprès des enfants de l'école élémentaire de la commune.



La Récré



Présidente
Sandrine SABLAYROLLES



06 80 51 30 27



ssablayrolles@yahoo.fr

L'association propose aux familles des activités en général le dimanche matin (1 fois par mois) telles que : bowling, laser game, escalade...

animation Jeunesse et Séniors



Présidente
Lucette BOUZONIE



05 55 36 72 21
06 79 93 48 53



ch-buisson@orange.fr

Le Club des Aînés

Jeux de scrabble et de belote.



Lieux et jours de séances :

Maison Nouhaud.

Les Mercredis : 13h15-17h30



Président
Jean-Richard NAUDY



06 11 74 12 61



Les Anciens de l'École de Cassepierre

Association anciens élèves de l'école de Cassepierre qui regroupe les générations qui sont allées à cette école depuis sa création en 1911. Des photos depuis cette date sont visibles au restaurant la Chanterelle à Cassepierre.

Réunions mensuelles avec organisations de sorties : repas, soirée théâtre et partage de moments de convivialité.



Associations loizirs,



Comité des Fêtes



Président
Bernard NOURISSON



06 10 43 29 72



bernard.nourisson0313@orange.fr



comité des fêtes de Rilhac-Rancon

Association Communale de Chasse (ACCA)



Association communale de chasse agréée.
Gestion et régulation de la faune sauvage.



Président
Thierry SYLVESTRE



05 55 36 88 05



sylvestre.thierry@laposte.fr



Jours de pratique :

Mercredi et Vendredi : Chasse au gros gibier.
Mercredi et dimanche : Chasse au petit gibier.
Battue aux chevreuils : deux samedi par mois. Du 1er décembre au 29 février 2024 tous les jours sauf le dimanche.

Secteur de chasse indiqué par panneaux chasse en cours.

animation Jeunesse et Séniors



Les Amis de Guillot



Président
Roland CONCHONNET

Pêche de loisirs et compétition de mars à octobre.



06 77 55 55 73



roland.conchonnet@sfr.fr

Lieux et jours d'entraînements :
Étang de Guillot.



étang de pêche les amis
de guillot



APPMA Le Gardon



Président
David GENTET

Pratique de la pêche.



06 16 54 53 47



aappmalegardon87@gmail.com



aappma-le-gardon-de-rilhac-rancon-le-palais-sur-vienne



Associations loirsins,



Les Amis de Thuillier



Président
Ludovic DUPRAT



06 25 17 01 34



lesamisdeThuillier@gmail.com

Association ayant pour but de faire découvrir et de pratiquer les différentes techniques de pêche sur nos étangs.



Rilhac Accueil

Loisirs créatifs et jeux divers.



Président
Alain ADAM



05 55 36 75 84
06 68 81 51 30



alainadam@sfr.fr



Lieux et jours des séances :

Maison Nouhaud.

Les lundis et mardis de 14h à 17h



Rilhac-Accueil

animation Jeunesse et Séniors



Les Amis de Cassepierre



Présidente
Marilyne LEBRET



06 79 85 38 02



lesamisdecassepierre@orange.fr

Rassembler les différentes générations sur divers manifestations.



Magistères Lémovices Forbanis



Président
Jean-Luc GILDOR



Kévin CHANARD
06 72 89 05 71



mlf87@hotmail.fr

Jeux de plateau et wargames.



Lieux et jours des séances :

Salle de Jeux du Pérou - 21h

Associations



ACPG - CATM87



Président
Georges PIERRE



05 19 56 94 22

Associations d'anciens combattants toutes générations.



Histoire Sans Faim



Président
David BARRAUD



06 08 57 56 32



martine.chastanet@orange.fr



Jour(s) de rencontre :

Le mercredi de 14h à 18h.
Salle sous la Poste, Place du 19 mars 1962.



FNACA



Président
Gérard VIOLET

Fédération Nationale des Anciens Combattants d'Algérie.



05 55 36 72 08



UNACITA



Président
Rodolphe DUGENY

Association : Rendre mémoire aux anciens combattants dans différentes cérémonies du département.



06 70 48 44 96



rodolphe.dugeny@orange.fr
unacita.limousin@gmail.com

Fondée en 1956 par le Général Jean MAR-CHAND, ancien d'Indochine et AFN. Actuellement 20 régions, 187 sections de toutes tailles et 9000 membres dont 7000 ressortissants de l'ONAC.



unacitalimousin.wixsite.com

L'UNACITA est affiliée à la Fédération Nationale André MAGINOT.



Unacita Limousin

Cérémonie Militaire sur invitation.

Associations



Association Échange Limousin Ukraine

Aide humanitaire pour l'Ukraine.



Présidente
Josiane MONGARD



05 55 39 41 04
06 31 63 85 71



mongard.josine@orange.fr

Lotissement de Bramaud



Président
Jean-Pierre LAGUARRIGUE

Défense des intérêts des habitants du lotissement de Bramaud.



05 55 36 88 33
06 10 39 70 59

Moments conviviaux :

Galette des rois, fête des voisins, repas de fin d'année, assemblée générale.





Président
Daniel LAPLAUD



05 55 36 79 99



laplaud.dani@orange.fr

ADUR

Créée en 2001, l'ADUR a pour but de défendre les usagers et riverains du secteur de Grossereix / RN520 face aux inconvénients et aux nuisances liés aux projets d'aménagements de ces secteurs.

L'ADUR est avant tout une force de contre-propositions.



Présidente
Anne PETIT



05 55 39 97 84
06 23 59 53 52



FNATH

Association qui vient en aide aux personnes handicapées, malades ou invalides et mène une action revendicative auprès des pouvoirs publics afin d'améliorer la législation applicable à ces personnes.



Jour(s) de rencontre :

La section assure une permanence le 2ème vendredi de chaque mois à Ambazac de 10h à 11h30, salle sous la mairie.

20
TERRE
DE JEUX
24



Service vie associative :

 05 55 36 70 10

 reservations@rilhac-rancon.fr

Retrouvez toute l'actualité sur :

 www.rilhac-rancon.fr

 Ville de Rilhac-Rancon