



L'élan

sport

2025
2026



EMS



FORUM DES ASSOCIATIONS
Samedi 6 septembre 2025
de 10 h à 17 h
à L'heure bleue

À Saint-Martin-d'Hères, le sport pour tous est un objectif de l'équipe municipale.

La pratique d'activités physiques variées et régulières est une question de santé publique d'autant plus essentielle que le mode de vie sédentaire et la culture des écrans s'intensifient. C'est également un facteur de cohésion sociale, d'émancipation et d'épanouissement personnel et collectif.

Face à ces enjeux majeurs, notre municipalité, forte de son expérience, propose une offre de sport conséquente pour répondre aux attentes de chacune et chacun. Cette ambition municipale s'appuie sur un budget important, des équipements sportifs complémentaires et de qualité répartis sur 130 000 m².

La municipalité soutient également le mouvement associatif et sportif de la commune à travers une politique contractuelle de subventions et de mise à disposition de ses équipements sportifs, permettant aux dirigeants des clubs, aux bénévoles et plus encore aux sportifs, de vivre pleinement leur passion.

Cette année, à nouveau, nous sommes présents aux côtés des associations et de l'Office municipal des sports, véritable instance représentative et fédératrice du mouvement sportif martinérois.

Sportivement vôtre.

David Queiros

maire, conseiller départemental

A stylized, handwritten signature in black ink, consisting of a large, sweeping loop followed by a sharp, diagonal stroke.

Sommaire

l'École municipale des sports (EMS)	p. 6
Choisir son sport : enfants 4-14 ans	p. 10
Choisir son sport : jeunes 14-25 ans	p. 12
Choisir son sport : adultes et seniors	p. 13
Sorties découvertes des activités physiques et sportives "pour tous"	p. 16
Adresses utiles	feuillet bleu



© Service des sports

Le sport dans la ville

La mise en œuvre d'animations sportives à destination de tous les publics

C'est développer l'accessibilité aux pratiques sportives pour tous, en partenariat avec les acteurs du sport, sur le périmètre de la ville, que sont notamment les associations sportives et les écoles. C'est participer à l'éducation physique et sportive des enfants et jeunes Martinénois en collaboration avec l'Éducation nationale (temps

scolaire). C'est développer des animations sportives en cohérence avec le temps périscolaire (après l'école) et extrascolaire (le mercredi et les vacances).

C'est la mise en place d'une politique tarifaire adaptée aux usagers en mutualisant les moyens : un levier essentiel pour réaliser l'accessibilité sociale par et pour le sport.



DR

L'école municipale des sports (EMS)

L'École municipale des sports (EMS) est une structure sportive et éducative créée par la Ville. Elle est ouverte à tous les publics souhaitant découvrir et s'initier à une pratique sportive à partir de quatre ans et jusqu'aux seniors. L'EMS propose des activités tout au long de l'année scolaire et lors des périodes de vacances.

Elle est déclarée comme établissement d'activités physiques et sportives auprès de la Direction départementale de la cohésion sociale de l'Isère (DDCS) sous le numéro 03810ET3081.

L'encadrement des différentes activités physiques et sportives est assuré par un personnel diplômé (éducateurs territoriaux des APS, animateurs sportifs, BEES...).



EMS à l'année EMS vacances

Public

Enfants - adultes - seniors

Période d'activité

Pour les enfants

> séances proposées le mercredi après-midi
hors vacances scolaires

Pour les autres publics

> séances proposées du lundi au vendredi
hors vacances scolaires
> semaine portes ouvertes fin juin pour découvrir
les activités adulte-senior, sans inscription préalable.

Contenu

Activités sportives hebdomadaires proposées
en gymnase, salle, piscine et sur sites naturels
adaptées à l'âge et au niveau des pratiquants.

Public

Enfants de 4 à 14 ans

Période d'activité

**Stages sportifs intégrés à l'accueil de
loisir pendant les vacances scolaires :**

EMS Automne Sports (2 semaines)

EMS Hiver Sports (2 semaines)

EMS Printemps Sports (2 semaines)

EMS Été Sports (3 semaines en juillet)

Contenu

Activités intra et extra-muros organisées à
la demi-journée et/ou à la journée, proposées
en lien avec la période de vacances (neige,
voile...).



COMMENT OBTENIR L'INFO ?

> Activités adulte - senior

Au service des sports

5 rue Albert Samain

Accueil tous les jours sauf le mardi matin

04 56 58 71 22

accueil.sports@saintmartindheres.fr

> Activités enfant

Au service accueil familles

44 avenue Benoît Frachon

Accueil tous les jours sauf le jeudi après midi

04 76 60 74 42

espacefamille@saintmartindheres.fr

> Sur le site internet

www.saintmartindheres.fr

dans l'onglet "cadre de vie" / "activités sportives"

> Programme EMS vacances

Les programmes sont consultables sur le site Internet et sur l'Espace citoyen (rubrique actualités/ service des sports)

> La facture est envoyée directement sur l'Espace citoyens

Le paiement s'effectuera avant la fin du mois dès réception de la facture.

Le règlement peut se faire en ligne ou aux heures d'ouverture du service des sports (activités adulte ou senior) ou du service accueil familles (activités enfant).

> Moyens de paiement

- En ligne, via Paybox sur l'Espace citoyens et de façon sécurisée.
- Par chèque : libellé à l'ordre de "Régie de recettes du service des sports SMH" (pour les activités adulte ou senior) ou libellé à l'ordre de "régisseur péri extra scol SMH" (pour les activités enfant).
- Par carte bancaire.
- Carte TATOO (utilisable pour un collégien exclusivement pour les activités annuelles) (présentation obligatoire).
- En espèces.

ATTENTION

Certaines activités sont très demandées et les places sont limitées. Par ailleurs, une activité peut être annulée si le nombre d'inscrits est insuffisant.

> À noter

Des cartes magnétiques seront mises à la disposition des usagers inscrits à la piscine du domaine universitaire. Celles-ci devront être rendues au service des activités physiques et sportives à la fin de la saison.

L'usager qui ne la retournera pas devra s'acquitter d'un montant de 30 €. En cas de non règlement de ce montant, l'usager ne sera pas accepté à l'activité.



OÙ ET COMMENT S'INSCRIRE ?

> En ligne sur l'Espace citoyens

> Au service des sports (activités adulte-senior) ou au service accueil familles (activités enfant)

> Aux dates et horaires indiquées pour chaque période d'activité

Les dates d'inscription sont consultables sur le site de la ville (onglet cadre de vie/activités sportives)

- Se munir d'un justificatif de domicile
- Seul un responsable légal (père, mère ou tuteur) peut inscrire son ou ses enfants lors des inscriptions aux EMS.

Dates d'inscription

> EMS adultes et seniors pour 2 cours maximum :

- à partir du lundi **30 juin 2025 à 8 h 30** - (martinérois)
- à partir du lundi **7 juillet 2025 à 8 h 30** - (non martinérois)

Possibilité de s'inscrire à un 3^{ème} cours à compter du 1^{er} octobre 2025.

> EMS enfants :

- à partir du lundi **25 août 2025 à 8 h 30** - prioritaire (martinérois)
- à partir du lundi **1^{er} septembre 2025 à 8 h 30** non prioritaire (non martinérois)

CAS PARTICULIERS :

les enfants déjà inscrits sur l'année 2024-2025 en escalade ou à la natation ne pourront se réinscrire à la même activité **qu'à compter du lundi 1^{er} septembre 2025 à 8 h 30**.

ATTENTION

- > Les cours débuteront le lundi 8 septembre 2025 pour les adultes/séniors et le mercredi 10 septembre 2025 pour les enfants.
- > À noter que l'activité "aquagym" à la piscine de La Tronche débutera le jeudi 25 septembre 2025.



Enfants de 4 à 14 ans

CHOISIR
SON
SPORT

Quoi ?	Qui ?	Où ?	Quand ?	Tarifs
Vélo Roller Patin	4/5 ans	Gymnase Henri Maurice	mercredi : 15 h 30 - 17 h sorties patinoire 14 h - 17 h les 7 et 21 janvier, 4 février et 4 mars Attention pas d'activités les 14 janvier, 28 janvier, 25 février et le 11 mars	martinérois • QF < 300 : 16 € • QF de 301 à 599 : 16 € à 24,42 € • QF de 600 à 1599 : 24,44 € à 50,23 €
	6/8 ans		mercredi : 13 h 30 - 15 h 30 sorties patinoire 14 h - 17 h les 14 et 28 janvier, 25 février et 11 mars Attention pas d'activités les 7 et 21 janvier, 4 février et le 4 mars	
Escalade	4/5 ans		mercredi : 15 h 30 - 17 h gymnase Colette Besson	• QF de 1600 à 2199 : 50,26 € à 52,50 € • QF > 2200 : 52,50 € non martinérois 69,50 €
	6/8 ans		mercredi : 14 h - 15 h 30 gymnase Colette Besson	
	9/14 ans		mercredi : 15 h 30 - 17 h gymnase Jean Pierre Boy	
	14/17 ans		mercredi : 14 h - 15 h 30 gymnase Jean Pierre Boy	
			mercredi : 17 h - 18 h 30 gymnase Colette Besson	

Quoi ?	Qui ?	Où ?	Quand ?	Tarifs
Natation	6/8 ans	Piscine du domaine universitaire	mercredi : 14 h - 15 h mercredi : 15 h - 16 h	martinérois • QF < 300 : 42 € • QF de 301 à 599 : 42 € à 65,11 € • QF de 600 à 1599 : 65,18 € à 134,02 € • QF de 1600 à 2199 : 134,03 € à 140,50 € • QF > 2200 : 140,50 non martinerois 185 €
	9/11 ans		mercredi : 14 h - 15 h mercredi : 15 h - 16 h mercredi : 16 h - 17 h	
	11/14 ans		mercredi : 16 h - 17 h	
Activités physiques de pleine nature Escalade, randonnée, via ferrata, orientation, activités nautiques, vélo	10/14 ans	Gymnase Voltaire	Les mercredis de 13 h 30 à 17 h 30 du 10 septembre au 17 décembre 2025 et du 18 mars au 24 juin 2026	martinérois • QF < 300 : 53 € • QF 301 à 599 : 53 € à 81,38 € • QF 600 à 1599 : 81,47 € à 167,52 € • QF 1600 à 2199 : 167,53 € à 175,5 € • QF > 2200 : 175,5 € non martinérois : 231,50 €
Glisse ski alpin	9/14 ans	Gymnase Colette Besson	Les mercredis 7 janvier au 4 mars 2026 (7 séances) de 12 h 45 à 18 h 15	martinérois • QF < 300 : 30,38 € • QF 301 à 599 : 30,38 € à 50,48 € • QF 601 à 1599 : 50,62 € à 182,96 € • QF 1600 à 2199 : 182,97 € à 191,59 € • QF > 2200 : 191,59 € non martinérois : 203 €

Jeunes de 11 à 21 ans

Le service jeunesse propose des activités périscolaires au plus proche de chez vous. Cette offre vient en complément des activités proposées durant les vacances scolaires. L'aide aux devoirs, mais aussi des ateliers d'écriture, de théâtre, de couture, de cuisine, de radio... sont proposés toute l'année.

Si tu as des envies plein la tête, seul(e) ou en groupe, tu trouveras toutes les ressources nécessaires au Point information jeunesse (Pij).

Alors si tu as entre 11 et 21 ans et un passeport Jeunes martinérois, que tu souhaites faire une activité culturelle, de loisirs, sportive ou bien t'engager dans un projet collectif ou individuel, les animatrices et les animateurs du service jeunesse sont à ton écoute, dans l'une des maisons de quartier (Louis Aragon, Paul Bert, Romain Roland, Fernand Texier, Gabriel Péri) ou au Point information jeunesse (5 rue Albert Samain).

Tu peux aussi appeler le service au **04 76 00 71 22**, t'informer sur le site de la ville, onglet "éducation" et nous suivre sur :

À très bientôt,
L'équipe jeunesse.

 @info_jeunes_smh
 @info_jeunes_smh



Rencontre jeunes au point d'accueil jeunesse, 2024.

© Service jeunesse

Adultes seniors

CHOISIR
SON
SPORT

Quoi ?	Qui ?	Où ?	Quand ?	Tarif
Gym santé	Seniors	Maison de quartier Romain Rolland	lundi : 9 h - 10 h lundi : 10 h 15 - 11 h 15	* Tarifs réduits : inscription après le 31/12 de l'année en cours OU inscription dès une deuxième activité choisie martinérois plein tarif 88,50 € tarif réduit * 67 € non martinérois plein tarif 185,50 € tarif réduit * 164 €
		Maison de quartier Paul Bert	mardi : 9 h 15 - 10 h 15	
		Espace Edmond Inebria	mardi : 9 h 15 - 10 h 15 mardi : 10 h 30 - 11 h 30	
		Groupe scolaire Gabriel Péri	mercredi : 18 h 45 - 19 h 45	
		Maison de quartier Gabriel Péri	jeudi : 9 h - 10 h	
Gym	Seniors	Espace Edmond Inébria	lundi : 9 h - 10 h lundi : 10 h 15 - 11 h 15 jeudi : 9 h 15 - 10 h 15 jeudi : 10 h 30 - 11 h 30 vendredi : 9 h - 10 h	martinérois plein tarif 111 € tarif réduit * 89,50 € non martinérois plein tarif 232 € tarif réduit * 210,50 €
		Maison de quartier Paul Bert	mardi : 10 h 30 - 11 h 30	
Marche douce	Seniors	Stade Paul Langevin	mardi : 10 h 30 - 11 h 30	
Yoga sur chaise	Seniors	Maison de quartier Fernand Texier	jeudi : 10 h - 11 h 30	
Pilates	Seniors	Salle Verlaine	jeudi : 10 h 30 - 11 h 30	

Quoi ?	Qui ?	Où ?	Quand ?	Tarif
Aquagym	Seniors	Piscine universitaire	lundi : 11 h 15 - 12 h vendredi : 11 h 15 - 12 h	martinérois plein tarif 177€ tarif réduit * 155,50 €
Natation	Adultes	Piscine universitaire	vendredi : 11 h 15 - 12 h	
Aquagym	Adultes	Piscine universitaire	vendredi : 16 h 15 - 17 h	non martinérois plein tarif 370,50 € tarif réduit * 350 €
		Piscine La Tronche	jeudi : 13 h 30 - 14 h 15 jeudi : 14 h 15 - 15 h 00 jeudi : 15 h 00 - 15 h 45 (25 septembre 2025 au 11 juin 2026)	martinérois plein tarif 154,50 € tarif réduit * 134,50 € non martinérois plein tarif 324,50 € tarif réduit * 304,50 €
Yoga	Adultes	Salle Croix Rouge	lundi : 12 h 15 - 13 h 30 vendredi : 12 h 15 - 13 h 30	martinérois plein tarif 111€ tarif réduit * 89,50 €
		Groupe scolaire Gabriel Péri	mercredi : 17 h - 18 h 30	
Pilates	Adultes	Groupe scolaire Gabriel Péri	lundi : 18 h 15 - 19 h 15	non martinérois plein tarif 232 € tarif réduit * 210,50 €
		Salle Verlainé	lundi : 12 h 15 - 13 h 15 mardi : 12 h 15 - 13 h 15 jeudi : 12 h 15 - 13 h 15	
		Salle d'évolution Joliot Curie	jeudi : 18 h 15 - 19 h 15	

Quoi ?	Qui ?	Où ?	Quand ?	Tarif
Stretching	Adultes	Maison de quartier Paul Bert	mardi : 12 h 15 - 13 h 15	* Tarifs réduits : inscription après le 31/12 de l'année en cours OU inscription dès une deuxième activité choisie martinérois plein tarif 88,50 € tarif réduit * 67 € non martinérois plein tarif 185,50 € tarif réduit * 164 €
Gym	Adultes	Salle d'évolution Joliot-Curie	lundi : 18 h 15 - 19 h 15	
		Halle des sports	lundi : 12 h 15 - 13 h 15	
		Groupe scolaire Gabriel Péri	mardi : 18 h 15 - 19 h 15 jeudi : 18 h 15 - 19 h 15	
Zumba	Adultes	Gymnase Voltaire	mardi : 19 h 15 - 20 h 15	
		Salle polyvalente Voltaire 1 ^{er} étage	jeudi : 18 h 15 - 19 h 15	
		Halle des sports	vendredi : 12 h 15 - 13 h 15	
Fitness	Adultes	Gymnase Voltaire	mardi : 18 h - 19 h	
		Salle polyvalente Voltaire 1 ^{er} étage	mercredi : 18 h - 19 h	
Fitness-step	Adultes	Halle des sports	jeudi 12 h 15 - 13 h 15	
Circuit training	Adultes	Salle polyvalente Voltaire 1 ^{er} étage	jeudi : 19 h 30 - 20 h 30	
		Halle des sports	mardi : 12 h 15 - 13 h 15	
Marche nordique	Adultes	Stade Paul Langevin	mardi : 10 h 30 - 11 h 45	
Escalade	Adultes	Gymnase Colette Besson	mardi : 18 h - 20 h ♿ accessible handi-escalade	
			mercredi : 18 h 30 - 20 h	
Escalade confirmés	Adultes	Gymnase Colette Besson	mercredi : 19 h 30 - 21 h	
Badminton	Adultes	Gymnase Paul Langevin	lundi : 18 h - 19 h 15 lundi : 19 h 15 - 20 h 30 jeudi : 12 h 15 - 13 h 15	

Sorties découvertes des activités physiques et sportives "pour tous"

En famille, seul ou entre amis, venez découvrir une activité physique et sportive lors d'un samedi, à la journée ou à la demi-journée.

De l'initiation au perfectionnement, ces sorties encadrées par le service des sports vous permettront de découvrir des sites naturels aux alentours de la commune.

Les tarifs comprennent le transport jusqu'au lieu de pratique et l'encadrement de l'activité par les éducateurs sportifs de la Ville (forfait de ski ou accès à la base nautique inclus).



© Service des sports



© Service des sports

Quoi ?	Quand ?	Tarifs			
		enfants		adultes	
		martinérois	non martinérois	martinérois	non martinérois
1/2 journée APPN (escalade, marche, orientation, vélo)	dates à consulter sur le site de la ville	10,50 €	22,50 €	13,50 €	30,50 €
1/2 journée bien-être (Pilates, yoga, gym douce, marche nordique, zumba, fitness)		6,50 €	13,50 €	8,50 €	19,50 €
Journée APPN (ski, activités nau- tiques, escalade)		18 €	38 €	23,50 €	50,50 €



OFFICE MUNICIPAL DU SPORT (OMS)

CENTRE MÉDICO-SPORTIF

10 avenue du 8 Mai 1945

Renseignements du lundi au vendredi,
de 14 h à 17 h 30

tél. 04 76 24 60 46

SERVICE DES ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES

5, rue Albert Samain

tél. 04 56 58 71 22

DIRECTION ENFANCE ET JEUNESSE

44 avenue Benoît Frachon

tél. 04 76 60 74 42

GYMNASES ET SALLES

AUGUSTE DELAUNE

rue Henri Revoy

tél. 04 76 51 72 83

BENOÎT FRACHON

angle rue Paul Langevin

et avenue Benoît Frachon

tél. 04 76 51 52 84

COLETTE BESSON

25 rue Alphonse Daudet

tél. 04 76 61 93 29

PAUL LANGEVIN

rue Alfred Gueymard

tél. 04 76 42 49 54

HENRI-MAURICE

91 avenue de la Mogne

tél. 04 76 25 61 44

JEAN-PIERRE BOY

rue Georges Braque

tél. 04 56 58 92 45

HALLE DES SPORTS

rue Henri Wallon

tél. 04 76 25 06 15

VOLTAIRE

23 rue de la Mogne

tél. 04 76 25 58 62

SALLE VERLAINE

2 rue Albert Samain

tél : 04 76 00 71 22

ESPACE SPORTIF EDMOND E. INEBRIA

avenue Zella Mehlis :

- salle polyvalente

- salle de boxe

- salle de musculation

tél. 04 76 24 41 45

STADES

FOOTBALL

AUGUSTE DELAUNE

rue Henri Revoy

BENOÎT FRACHON

rue Anatole France

tél. 04 76 44 11 92

HENRI-MAURICE

rue George Sand

JUST FONTAINE

(à côté de la halle des sports),

rue Henri Wallon

VICTOR HUGO

rue Victor Hugo

tél. 04 76 25 75 34

RUGBY

ROBERT BARRAN

2 terrains, 108 avenue de la Galochère

tél. 04 76 24 42 96

ATHLÉTISME

PAUL LANGEVIN

28 rue Alfred Gueymard

ESPACES DE PROXIMITÉ MULTISPORTS

BRUN, rue Léon Geist

HENRI-MAURICE, rue George Sand

PRÉ RUFFIER, allée Jean Wiener

LES ÉPARRES, rue Sacco et Vanzetti

PAUL LANGEVIN, 28 rue Alfred Gueymard

STADE DE FOOT LIBRE ACCÈS

LES ÉPARRES

rue Sacco et Vanzetti

MUR D'ESCALADE

**GYMNASES VOLTAIRE,
JEAN-PIERRE BOY,
COLETTE BESSON**

TENNIS

COURTS FERNAND LÉGER
rue Georges Braque
tél. 04 76 62 81 69

BOULODROME ET TERRAINS DE PÉTANQUE

BOULODROME STÉPHANE VIGHETTI
(plein air et couvert)
tél. 04 76 01 00 76

PARC DANIELLE CASANOVA
avenue Ambroise Croizat (boules)

PLACE PAUL ÉLUARD (pétanque)
tél. 04 76 25 04 20

RUE LUCIEN SAMPAIX (pétanque)
tél. 04 76 54 55 42

PISCINE

PISCINE UNIVERSITAIRE
Domaine universitaire
tél. 04 76 82 44 00

PISCINE MUNICIPALE
Rue Henri Revoy
tél. 04 76 42 31 06

PISCINE LA TRONCHE
rue Pasteur
tél : 04 76 42 20 83

CHEMINS PÉDESTRES DU MURIER

PARCOURS PERMANENTS D'ORIENTATION
(téléchargeable sur le site de la ville
rubrique cadre de vie / environnement /
parcours d'orientation)

PARCOURS "EN ROUTE POUR LA BIODIV"
(info sur site de la ville rubrique cadre de
vie/environnement/en route pour la biodiversité)

ÉQUIPEMENTS DE QUARTIER

ESPACE GABRIEL PÉRI
rue Pierre Brossolette
tél. 04 76 51 14 60

ESPACE PAUL BERT
4 rue Frédéric Chopin
tél. 04 76 24 63 56

ESPACE FERNAND TEXIER
163 avenue Ambroise Croizat
tél. 04 76 42 70 85

ESPACE ROMAIN ROLLAND
5 avenue Romain Rolland
tél. 04 76 24 84 10

SALLES D'ÉVOLUTION SPORTIVE DES ÉCOLES ÉLÉMENTAIRES

GABRIEL PÉRI
5 rue Georges Politzer

JOLIOT-CURIE
16 avenue Jean Jaurès

HENRI BARBUSSE
73 avenue Potié

Adresses utiles

