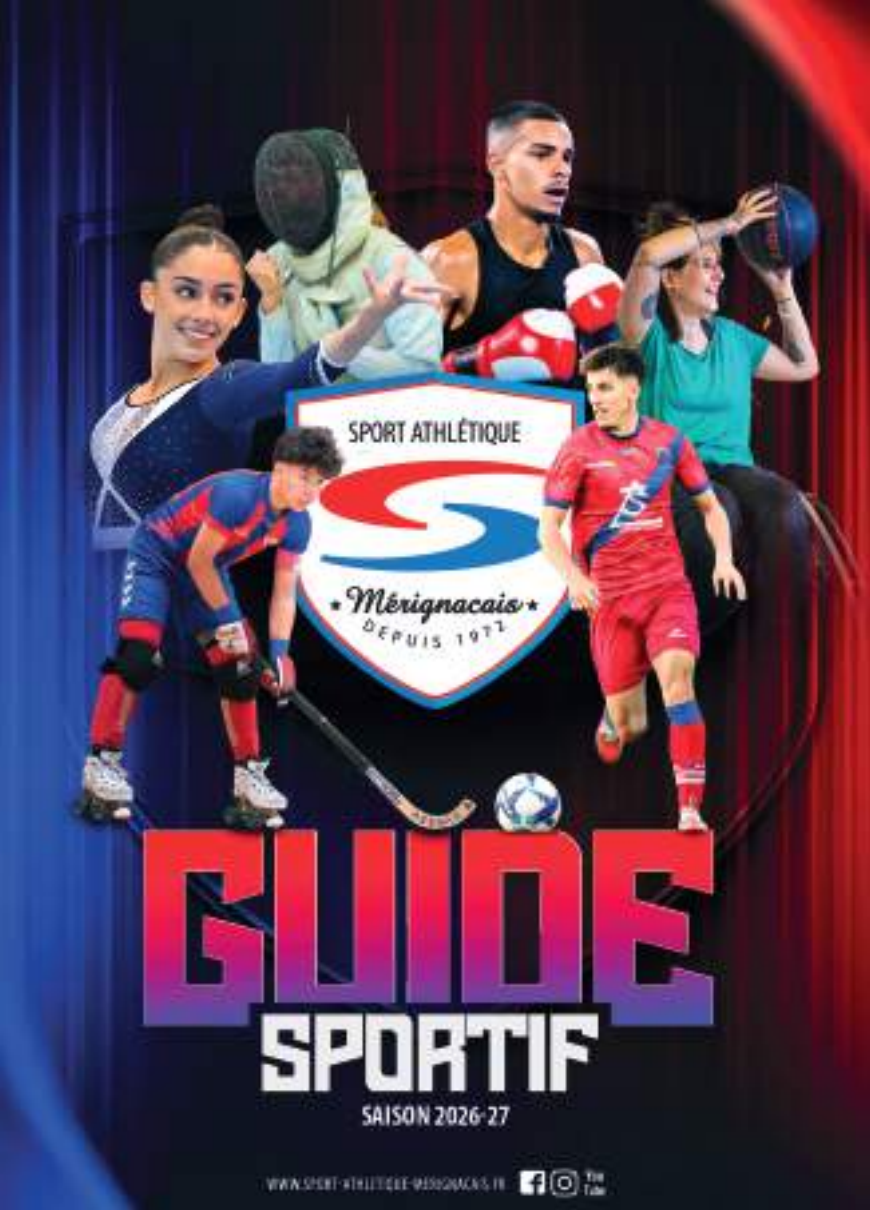


GUIDE SPORTIF

SAISON 2026-27

WWW.SPORT-ATHLETIQUE-MERIGNACAIS.FR

Nos champions

Saison 2025-2026

Béatrice Aoustin
(24 ans) / Athlétisme

Performance :
Championne du Monde
Lancer de marteau

Maïana Prat
(16 ans) / Gymnastique

Performance :
Championne du Monde Junior
Concours Général par équipe
Championnat de France Élite senior
or à la poutre & argent Concours Général

Arnaud Dublé
(49 ans) / Cyclisme

Performance :
Triple champion du Monde
750m Master
Vitesse Individuelle
Vitesse par équipe

U15/U17/U19
Rink Hockey

Performance :
Champions Coupe de France U19
Champions de France
U15/U17/U19

Équipe 1 Féminine
Gymnastique

Performance :
Finaliste du Top 12

U18 R1 / Senior R1
Football

Performance :
Champions de U18 Régional
Accession U19 National
32e de finale de Coupe de France

Section
Boxe Française

Performance :
6 champions de France

Mot du Président ---- p4
Mot du Maire ---- p5
Notre Histoire ---- p6
Trombinoscope ---- p7
Notre Offre ---- p8
Actions Sociales ---- p9

À partir de quel âge pratiquer ? ---- p10
Contacts ---- p11

Nos services

SAM Cohésion Sociale ---- p12
SAM Sports Loisirs ---- p13

Sections sportives

Aïkido ---- p14
Escrimes Japonaises ---- p15
Athlétisme ---- p16
Badminton ---- p17
Basket-Ball ---- p18
Boxe Anglaise ---- p19
Boxe Française, Kick boxing, Muay Thai ---- p20
Canoë-Kayak ---- p21
Cyclisme ---- p22
Escrime ---- p23
Football ---- p24
Gymnastique Artistique ---- p25
Gymnastique Vitalité Mérignac ---- p26
Gymnastique Volontaire ---- p27
Hockey sur Gazon ---- p28
Judo, Jujitsu, Taïso ---- p29
Karaté ---- p30
Natation ---- p31
Pelote Basque ---- p32
Pétanque ---- p33
Roller Sports ---- p34
Subaquatique ---- p35
Surf ---- p36
Tennis ---- p37
Tennis de Table ---- p38
Tir à l'Arc ---- p39
Triathlon-Raid ---- p40
Volley-Ball ---- p41
Installations Sportives ---- p42

Benjamin Aimard

Président du Sport Athlétique Mérignacais

La saison écoulée a une nouvelle fois confirmé le dynamisme du SAM Omnisports. Avec plus de 8 300 adhérents, notre association conforte sa place de première association sportive de la région Nouvelle-Aquitaine, grâce à l'engagement quotidien de nos bénévoles, salariés, institutionnels et partenaires, que je remercie chaleureusement.

Le SAM poursuit son développement grâce à la richesse de ses 28 sections et au soutien fidèle de ses partenaires, au premier rang desquels la Ville de Mérignac. Cette saison est également marquée par la création du CESAM, le Club des Entreprises du Sport Athlétique Mérignacais, qui rassemble les acteurs économiques souhaitant accompagner notre développement.

À travers ce guide sportif 2026/2027, nous vous proposons une présentation claire et pratique de nos activités. Dès 15 mois et jusqu'aux catégories vétérans, le club, fort de ses 28 sections et de ses 2 services transversaux (SAM Sports Loisirs et SAM Cohésion Sociale), permet de pratiquer une activité en loisir comme en compétition.

Au-delà du sport, le SAM œuvre chaque jour au service de l'intérêt général, convaincu que l'activité physique est un formidable vecteur d'éducation, de santé, d'inclusion et de cohésion sociale, dans un environnement bienveillant et ouvert à toutes et tous : activités individuelles, collectives, aquatiques, de raquette, de combat, sport adapté et handisport.

À l'aube de cette nouvelle saison, je vous souhaite à toutes et à tous une excellente année sportive 2026/2027, sous le signe du respect, du partage, de la solidarité, du dépassement de soi et de l'inclusion.

Benjamin Aimard, Président général du Sport Athlétique Mérignacais

Thierry Trijoulet

Maire de Mérignac

La pratique sportive occupe une place essentielle dans la vie mérignacaise. Elle rassemble, favorise le dépassement de soi, renforce le lien social et participe pleinement à la qualité de vie de chacun. À Mérignac, nous avons la conviction que le sport doit rester accessible à tous, quels que soient l'âge, le niveau de pratique et les ambitions de chacun.

Cette politique d'un sport accessible au plus grand nombre, nous la partageons depuis de nombreuses années avec le SAM, acteur incontournable et structurant du sport mérignacais. Grâce à l'engagement de ses dirigeants, de ses bénévoles, de ses éducateurs et de l'ensemble de ses licenciés, il contribue chaque jour au rayonnement de notre ville et à mettre le «Sport au cœur de la Cité».

La Ville poursuit résolument cet engagement en accompagnant les clubs, en soutenant leurs projets, en mettant à leur disposition des équipements de qualité et en consacrant chaque année des moyens financiers significatifs au bénéfice des activités sportives.

Cette saison marquera une nouvelle étape avec la livraison très prochaine du nouveau gymnase Léo Lagrange, un équipement d'envergure qui offrira aux sportifs mérignacais des conditions de pratique exceptionnelles. Après la livraison toute récente du nouveau terrain synthétique du Jard, les travaux d'un nouveau terrain de rugby seront également engagés sur le complexe sportif Robert Brettes afin de répondre aux besoins croissants des clubs sportifs et de leurs licenciés.

Ces investissements traduisent une volonté constante : offrir à chaque habitant des équipements modernes, accessibles et adaptés aux pratiques sportives d'aujourd'hui comme de demain. Avec le SAM et l'ensemble du mouvement sportif local, nous continuerons à faire du sport un formidable levier d'épanouissement, de santé, d'inclusion et de convivialité.

Je souhaite à toutes et à tous une très belle saison sportive, riche en réussites, en émotions et en plaisir partagé.

Thierry Trijoulet, Maire de Mérignac

Notre histoire

- **1942** : Création du Stade Amical Mérignacais
- **1965** : Intégration du Sport Athlétique Bordelais
- **1969** : Intégration de La Vie au Grand Air du Médoc
- **1970** : Intégration du Patronage Laïque de Jules Ferry
- **4 février 1972** : Création du Sport Athlétique Mérignacais
- **2014** : Création du SAM Cohésion Sociale
- **2016** : 1er Club OMNISPORTS Nouvelle-Aquitaine
- **2018** : Lancement du Fonds de Dotation Valeurs de Sport
- **2022** : 50 ans du Sport Athlétique Mérignacais
- **2026** : Création du CESAM

Au fil des années, le club omnisports a su se diversifier
et se professionnaliser pour répondre aux attentes de tous les publics.

- **8 300 Adhérents (juin 2026)**
- **+ de 70 Disciplines**
- **80 Salariés**
- **350 Dirigeants Élus**
- **300 Éducateurs sportifs**

Trombinoscope

Du bureau du comité directeur

Trésorier

T. PENA

Président

B. AIMARD

Vice-président

E. GARCIA

Secrétaire

B. CAMILLERI

Trésorier adjoint

C. VASQUEZ

Membre

A. MANDIN

Membre

T. MANDIN

Secrétaire adjointe

C. TOULOUSE

Membre

J. BLONDEL

Membre

L. PAILLAT

Membre

X. BENEDETTI

Membre

J. BOISSEAU

Notre offre

De la pratique individuelle aux sports d'équipes,
de l'activité de loisir à la compétition de haut niveau,
le SAM propose un grand choix d'activités sportives valides,
handisport et sport adapté.

+ de 70 disciplines et activités sportives

Sport à tout âge

Activités de compétition

+ de 400 podiums, + de 100 titres individuels
ou collectifs départementaux, régionaux, nationaux
et internationaux, chaque saison sportive.

Sport Entreprise

Sport à la carte avec encadrement d'éducateurs diplômés
Organisation de journées sport à la demande pour les entreprises

Club des Entreprises du SAM (CESAM)

Tout au long de la saison des rdv BtoC et BtoB pour les partenaires
du club

Actions Sociales

Une politique sportive pour tous !

SAM Sports Loisirs

À tout âge à partir de 18 mois
Multisports Loisirs (enfants, ados, adultes, seniors)
Vacances sportives et séjours ados (11-17 ans)

Pôle Performance Jeunes – accompagner nos jeunes compétiteurs dans leur double projet. Issu du dispositif Sport Collège/Sport Lycée, le Pôle Performance Jeunes vise à soutenir les jeunes licenciés du Club engagés dans une pratique compétitive.

SAM Cohésion Sociale

Sport handicap, Sport Insertion et Sport Santé

Éducation et formation

Dispositif sport Collège et sport Lycée
Intervention dans les TAP

SAM Emploi

Accompagnement de nos adhérents dans la recherche d'un emploi **(60 dossiers par an / 70% de réussite).**
Contact : **Cyril Gregoire**
Par mail à l'adresse suivante : **c.gregoire@samerignac.fr**

À partir de quel âge

peut-on pratiquer ?

SECTIONS	ÂGE
Gymnastique Artistique	à partir de 15 mois
Sports Loisirs (École multisports)	à partir de 18 mois
Judo / Roller sports / Volley-ball	à partir de 3 ans
Boxe Française / Tennis de table	à partir de 4 ans
Basket-Ball / Hockey sur Gazon / Karaté / Tennis Escrime / Football / Cohésion sociale / Natation	à partir de 5 ans
Athlétisme / Badminton	à partir de 6 ans
Pelote basque	à partir de 7 ans
Aïkido / Boxe Anglaise / Pétanque	à partir de 8 ans
Tir à l'Arc	à partir de 9 ans
Subaquatique / Surf / Canoë-Kayak	à partir de 10 ans
Cyclisme	à partir de 13 ans
Triathlon-Raid / Escrimes Japonaises	à partir de 15 ans
Gymnastique Vitalité Mérignac	à partir de 18 ans

Contacts
Coordonnées

SPORT ATHLÉTIQUE MÉRIGNACAIS (SIÈGE)
MAISON DES ASSOCIATIONS (1ER ÉTAGE)
55 AVENUE DU MARÉCHAL DE LATTRE DE TASSIGNY - 33700 MÉRIGNAC

SECRÉTARIAT
secretariat@samerignac.fr

www.sport-athletique-merignacais.fr

DIRECTEUR DE LA PUBLICATION :
Benjamin AIMARD, Président Général
RESPONSABLE DE LA PUBLICATION :
Julien FEL, Chef de service Communication et Partenariat

Ce catalogue est imprimé par l'imprimerie LAPLANTE,
Parc Mérisud, 3 impasse Jules Hetzel à Mérignac.
Nombre d'exemplaires : 1500
ISBN en cours

Cohésion Sociale

Pour ne laisser personne au bord du terrain

Qu'est-ce que la cohésion sociale ?

La cohésion sociale est la capacité d'une société, d'une structure (ici le SAM) à assurer le bien-être de tous ses membres, en réduisant les disparités et en évitant la marginalisation.

À qui s'adresse ce dispositif ?

Toutes les personnes n'ayant pas accès à une pratique sportive «ordinaire» en raison d'un handicap : physique, sensoriel (handisport), mental, psychique (sport adapté), dû au vieillissement, ou à un problème de santé (sport santé), ou une situation économique et sociale difficile (insertion)...

Les actions du SAM Cohésion sociale s'articulent autour de 3 grands axes :

Sport Insertion : pour les personnes en situation d'exclusion sociale (socio-économiquement défavorisées, jeunes décrocheurs...).

Sport Handicap : pour les personnes en situation de handicap (physique, sensoriel, mental ou psychique)

Sport Santé : pour toute personne ayant un problème de santé et qui n'ont pas accès à une pratique physique régulière dans le milieu ordinaire notamment les personnes disposant d'une prescription médicale. Personnes ayant une santé fragile (maladies chroniques, sédentaires, vieillissantes, âgées, dépendantes...).

Accessible à partir de 5 ans, le service propose également du Multisports loisirs (enfants, ados, adultes, séniors), des vacances sportives inclusives jeunes et des séjours adultes.

Gaetan GALAN
g.galan@samerignac.fr
07 68 47 12 60

Le Service Sports Loisirs – Pour toute la famille !

Un espace de découverte, de plaisir et de bien-être où le sport favorise la santé et le lien social. De 18 mois à 99 ans et plus, chacun peut s'initier, se diversifier ou simplement pratiquer pour son bien-être.

ENFANCE (18 mois-10 ans) – École Multisports : développement de la motricité, de la coordination et de la confiance en soi à travers la découverte de plusieurs sports sous forme ludique.
MultiDanses : découverte de différents styles de danse dans un cadre d'expression et de plaisir.
Cyril : 07 66 39 22 71 / spl@samerignac.fr

JEUNESSE (11-17 ans) – Un accueil collectif de mineurs qui utilise le sport comme outil éducatif, de citoyenneté et de bien-être.
Activités proposées les mercredis après-midi, pendant les vacances sportives et lors des séjours sportifs et citoyens.
Amandine : 06 95 09 29 12 / spl@samerignac.fr

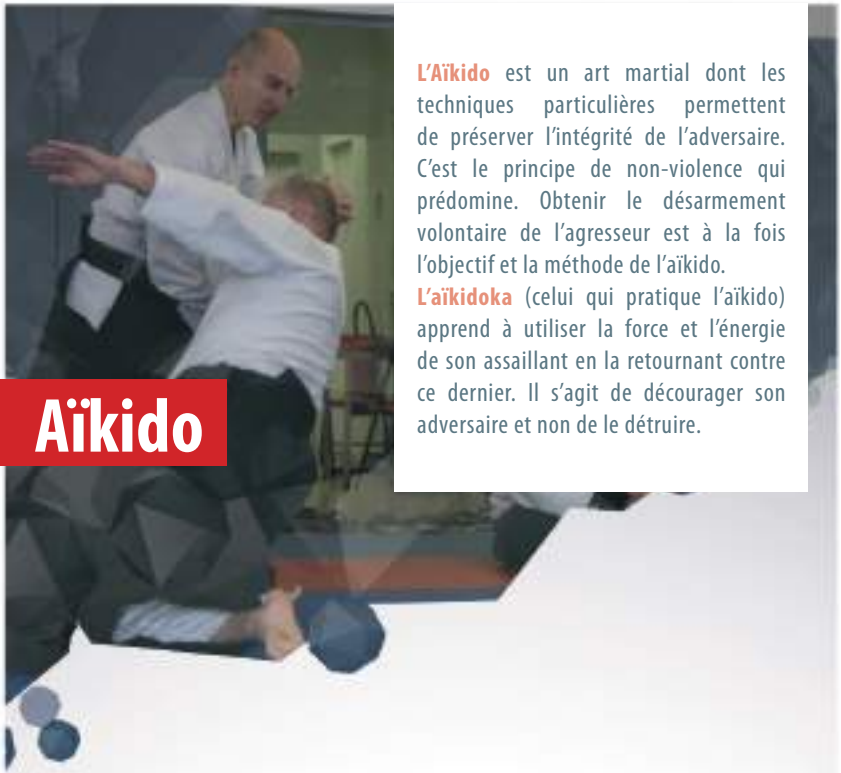
ADULTES / SENIORS (18-99 ans) – Adultes/ Seniors – Multisports Adultes & Seniors : une offre variée sans spécialisation (yoga, pilates, natation, running, sports collectifs, badminton, tennis de table, spécial dos, zumba, modern jazz, etc.).

Coaching & Nutrition : accompagnement 100% personnalisé, adapté aux besoins de chacun.
Livie : 07 49 33 44 23 / spl@samerignac.fr

Sports Loisirs

DE
18 mois à 99 ans

spl@samerignac.fr



Aïkido

L'Aïkido est un art martial dont les techniques particulières permettent de préserver l'intégrité de l'adversaire. C'est le principe de non-violence qui prédomine. Obtenir le désarmement volontaire de l'agresseur est à la fois l'objectif et la méthode de l'aïkido.

L'aïkidoka (celui qui pratique l'aïkido) apprend à utiliser la force et l'énergie de son assaillant en la retournant contre ce dernier. Il s'agit de décourager son adversaire et non de le détruire.

À PARTIR DE
8 ans

CONTACTER LA SECTION

FRANCK CRABIER
06 23 71 22 54

GYMNASE ROBERT BRETTES

Escrimes Japonaises

La section pratique des escrimes issues des techniques de combat des samouraïs :

- **Laidō, (la voie du sabre)**, est l'apprentissage du maniement du sabre dans une recherche de précision, d'équilibre et de maîtrise de soi.

- **Jodo, (art du bâton)**, au 17e siècle, Musô Gonnosuke, samouraï célèbre, est défait en duel par le génie du sabre japonais, Miyamoto Musashi. Humilié, il se retire sur le mont Honman, près de la ville de Fukuoka et crée le Jodo, art du bâton contre un sabre.

- **Naginata (escrime de la faux de guerre)** : Les combats sont pratiqués en armure et les coups, bien que portés réellement, ne sont jamais dangereux.

Les types de pratiques, sportives ou de loisirs, sont adaptées à toutes et à tous et possibles tout au long de la vie. **La section est labellisée « Valides Handicapés »**

À PARTIR DE
15 ans

À PARTIR DE
177€

DOMINIQUE POUCHARD
06 07 74 29 60
dominiquepouchard@gmail.com

GYMNASE JEAN MACÉ

Athlétisme

Courir, marcher, sauter, lancer... au SAM Athlétisme, chacun trouve sa voie.

4-12 ans : Baby Athlé et École d'Athlétisme pour découvrir le plaisir de bouger, en s'amusant.
13 ans et + : plus de 30 disciplines, des Benjamins aux Masters.
Un accueil adapté pour les publics en situation de handicap, avec un entraîneur diplômé.
3 groupes dédiés aux activités hors stade : route, nature, trail.
Une offre athlé santé : marche nordique, athlé fit, running loisirs.

Tous les publics, tous les niveaux, toutes les ambitions : un encadrement diplômé et passionné, pour le **plaisir**, la **progression** et le **bien-être.**

À PARTIR DE
6 ans

À PARTIR DE
210€

SECRÉTARIAT
secretariat@sam-athletisme.fr
05 56 55 18 46

STADE
ROBERT BRETTES

YOLANDE PATROUILLEAU
ct@sam-athletisme.fr
06 15 35 26 02

Badminton

Le **badminton** est un sport ludique et accessible à tous où l'on s'amuse dès les premiers échanges, sport qui se pratique en **simple**, **double** et **mixte** (40% des licenciés sont des femmes) : vous découvrirez très vite tout le plaisir et les différents aspects de ces trois disciplines. Peu importe votre pratique, **loisir** ou **compétition**, le **badminton** s'adaptera à votre niveau.

Pour celles et ceux qui souhaitent pratiquer en compétition, les dimensions physiques, techniques, tactiques et mentales de ce sport vous séduiront.

À PARTIR DE
6 ans

À PARTIR DE
80€

SECRÉTARIAT
sambadmerignac33@gmail.com

GYMNASE
DE BOURRAN

Basket-Ball

La section **Basket** a une véritable vocation formatrice et accueille les jeunes **dès l'âge de 5 ans.**

Les équipes de jeunes évoluent au plus haut niveau **régional** et **départemental**. Nous proposons aussi une section **loisir** pour ceux qui ne désirent pas faire de **compétition**.

À PARTIR DE
5 ans

À PARTIR DE
200€

SALLE
ROBERT BRETTES

DJAMEL MANA
sam.basket@wanadoo.fr
permanence mercredi de 13h30-18h

Boxe Anglaise

La Section **Boxe Anglaise** propose des activités adaptées à toutes et à tous selon l'âge et le type de pratique souhaitée :

- **De 8 à 14 ans**, la boxe éducative pour apprendre à se maîtriser, prendre confiance en soi, gérer son effort…

À partir de 15 ans,

- **La boxe loisir**, pour pratiquer sans faire d'oppositions - entraînements basés sur la technique, la gestuelle, la motricité, la résistance physique…
- **L'aéroboxe** afin de réaliser des mouvements et enchaînements de boxe en rythme sur de la musique ;
- **La boxe amateur** pour aller en compétition ; elle met en avant la technique et la tactique dans un combat et permet d'accéder aux Jeux Olympiques où elle est présente depuis 1904.

À PARTIR DE
8 ans

À PARTIR DE
150€

SALLE
ROBERT BRETTES

MABROUK KHENNICHE
06 81 60 36 70
SECRÉTARIAT
boxeanglaisesam@gmail.com

Boxe Française Kick-boxing Muay Thai

label performance (or)

label jeunes (or)

label savate pour tous (argent)

Labellisée **OR** par la **FFSBF&DA**, la section, forte de plus de **300** adhérents **(45% de filles)** encadrés par **11 éducateurs diplômés**, propose des activités adaptées à tous, de la baby boxe (4 ans) aux vétérans et aux publics spécifiques. Le club est aussi affilié à la **FFKMDA** et **l'AFMT**.

La section propose **6 disciplines :**

Sports de combat pieds-poings :
- **Savate Boxe Française**
- **Muay Thai**
- **Kick-boxing**

Disciplines associées :
- **Savate Forme**
- **Savate Défense**
- **Canne et Bâton**

À PARTIR DE
4 ans

CONTACTER LA SECTION

RENSEIGNEMENTS
06 58 50 84 01
sam.boxefrancaise@gmail.com

STADE ROBERT BRETTES

SALLE CAPEYRON

SALLE G. HALIMI

Canoë-Kayak

Ouverte à tous à partir de 10 ans.
Des sorties de tous niveaux sont organisées tous les week-ends sur la Région Nouvelle-Aquitaine et plus.
Le programme s'attache à faire progresser chaque débutant dans la pratique tout comme à satisfaire les plus confirmés. Les **2 séances piscines hebdomadaires** permettent d'acquérir les bases ou de se perfectionner dans une eau tempérée toute l'année. L'aisance aquatique y est également développée.
Les milieux de pratique sont à la fois la **mer pour la randonnée ou la pratique plus sportive** (surf, courants...) et la **rivière pour des descentes allant de la classe 2 à 4** selon le niveau des pratiquants. Le matériel est fourni par le club (sauf tenue de navigation) et les déplacements se font avec les 2 camionnettes de la section.

À PARTIR DE
10 ans

CONTACTER LA SECTION

CHRISTIAN CASSOU
06 79 40 54 23

AQUA STADIUM MÉRIGNAC

Cyclisme

La section, récompensée à plusieurs reprises comme l'un des premiers clubs aquitains sur piste, glane de nombreux titres **internationaux**, **nationaux** et **régionaux** depuis une vingtaine d'années.

Cela grâce à un encadrement technique de qualité avec des **entraîneurs diplômés** et reconnus au niveau **régional** et **national**.

La section propose les **activités route**, **piste** et **cyclo-cross** ainsi que la pratique du **Gravel.** Affiliée aux 2 fédérations majeures : la **FFC** et **l'UFOLEP,** la section organise régulièrement des **compétitions de haut niveau**.

À PARTIR DE
13 ans

À PARTIR DE
150€

CYSLISME
06 29 92 36 54
GRAVEL
07 56 91 17 63

STADIUM BORDEAUX-LAC

COMPLEXE DANIEL COLOMBIER

Escrime

De **l'école d'escrime** aux tireurs de **compétition** mais aussi aux adultes **débutants loisir**, la section est ouverte à tous.

L'enseignement des Maîtres d'armes permet l'apprentissage des 3 armes : **fleuret**, **épée** et **sabre** qui présentent des caractéristiques différentes où chacun peut s'y retrouver à son aise. La section est en compétition au plan **départemental**, **régional**, **national** et **international** et participe aussi à différents **challenges amicaux** dans la région et chez nos amis espagnols.

Nous proposons **2 séances « découverte » gratuites**. Le matériel est prêté pour l'école d'escrime et loué pour les plus grands.

À PARTIR DE
5 ans

À PARTIR DE
210€

07 44 51 11 02
samescrime@hotmail.com

SALLE D'ARMES
GYMNASE
ROBERT BRETTES

Football

Sport populaire par excellence, le **football** est avant tout un sport collectif et par définition une pratique socialisante. La section est l'une des plus anciennes du SAM Omnisports. Elle compte **38 équipes**, évoluant du niveau **départemental** au niveau **national**, dans une structure conviviale, solidaire et porteuse d'esprit d'équipe. La section comprend les catégories **U7 au Seniors** dont une catégorie **U19 National** et souhaite développer son **pôle féminin** qui se compose d'équipe jeunes et d'une équipe senior.

Les entraînements sont assurés par une équipe de **50 éducateurs diplômés** et ont lieu au stade du Jard, sur **5 terrains** (herbe et synthétique).

La section propose également du **Babyfoot, du Futsal** et des **séances découverte jeune.**

Le souhait est également de développer le nombre de **bénévole** afin d'accompagner au mieux le développement de projet **socio-éducatif** du club.

À PARTIR DE
5 ans

À PARTIR DE
135€

05 56 47 00 89
505679@lfna.fr

STADE DU JARD

Gymnastique Artistique

Outre la pratique de la **gymnastique** en compétition, du niveau régional au niveau national, nous proposons de nombreuses activités à tout âge : **baby gym, école de gym, loisirs jeunes, loisirs ados, loisirs adultes, parkour...**

Les entraînements sont assurés par une équipe de **7 salariés (diplômés d'État et fédéraux)** et près de **15 entraîneurs** et **initiateurs bénévoles** (diplômés par la Fédération Française de gymnastique). La section est reconnue parmi les quelques **clubs formateurs officiels de la FFGym** en Gymnastique Artistique **Féminine** et **Masculine.**

À PARTIR DE
15 mois

CONTACTER LA SECTION

SALLE GUY SABOURET

SALLE COLOMBIER

LÉO LAGRANGE (MI-SAISON)

SECRÉTARIAT
sa.gym.merignac@gmail.com

Gym Vitalité Mérignac

Section masculine pratiquant une activité de loisirs à plusieurs facettes, qui s'adresse à tous ceux qui veulent **améliorer**, **retrouver** ou **entretenir** leur **forme physique**, sans penser compétition, dans une ambiance amicale et conviviale.

Les séances de **gymnastique** sont dirigées par des **moniteurs diplômés** avec une grande diversité **d'étirements**, **d'assouplissements**, de **renforcement musculaire** et de **relaxation**.

Chaque séance, encadrée par le moniteur, débute par un **échauffement** sous forme d'exercices dont les règles sont adaptées pour la participation de tous : football, badminton, basket-ball, volley-ball,

À PARTIR DE
18 ans

COTISATION
160€

PATRICK CHIRON
06 30 50 00 86
p.chiron@samerignac.fr

COLLÈGE GISÈLE HALIMI
Lundi/Mercredi
18h30-20h00
ECOLE JEAN MACÉ
Vendredi
18h30-20h00

La section **Gym Volontaire** offre une pluralité de pratiques dispensées par **13 animateurs diplômés.**

Vous pourrez pratiquer à votre envie : **fitness**, **gym tendance**, **aqua-santé**, **abdos-fessiers**, **abdos de Gasquet**, **body-cardio**, **step**, **zumba**, **aero-latino**, **gym bien-être**, **pilates**, **taichi**, **marche nordique**, **yoga**, **danse en ligne** soit, plus de 40 heures proposées dans le but d'entretenir votre forme physique dans la convivialité. Groupes restreints en fonction des circonstances.

Gym Volontaire

DE
170€ à 225€

SALLE ROBERT BRETTES
GYMNASE CAPEYRON
GYMNASE D. COLOMBIER
SALLE JEAN MACÉ
SALLE FÉAU SALLE
GISÈLE HALIMI
AQUA STADIUM
SALLE ALICE MILLIAT

MONIQUE POITREAU
06 88 55 94 96
mpoitreau@neuf.fr

CLAUDE BRIAND
06 71 72 03 76

Hockey sur gazon

Hockey sur gazon, **3e sport collectif le plus pratiqué au monde**, se joue à **11 contre 11**, avec une **crosse** et une **balle**. Sport qui allie technique, adresse et tactique dans un esprit d'équipe et de convivialité.

La section est exclusivement féminine. L'équipe fanion **évoluera** en **Nationale 2** pour la saison à venir, mais elle a toujours évolué au plus haut niveau français, avec un **titre de championne de France Élite** en **2014** et **plusieurs titres de championnes de France Nationale 1**, dont le plus récent en **2025.**

À PARTIR DE
5 ans

À PARTIR DE
320€

LAETITIA VARACHE
06 52 80 01 64
ÉMILIE CAILLON :
06 79 47 41 98

DOMAINE ROCQUEVIELLE

Judo

Les principales pratiques de notre section sont le **Judo**, **Jujitsu** et **Taïso**, le **self-défense** et le **JJB (Jujitsu Brésilien)** avec deux dimensions :

- Une **pratique loisir** sans obligation de performance et de résultat.
- Une **dimension** entraînement aux **compétitions** de **tous niveaux de départemental à national**.

Les entraînements se déroulent tous les jours de la semaine pour l'ensemble des **licenciés (350)** avec des cours assurés par **des professeurs diplômés d'État.**

À PARTIR DE
3 ans

À PARTIR DE
235€

SECRÉTARIAT
judo@samjudo.com
ou via le site
https://samjudo.com

SALLE
ROBERT BRETTES

Karaté

À l'origine méthode de combat à mains nues, le **Karaté** a évolué au début du 20e siècle en méthode éducative visant à former harmonieusement le physique et le mental. On ne peut pas véritablement parler de sport ni de loisir mais d'une discipline, une « voie »: le DO.

Aujourd'hui, s'il fallait résumer en trois mots les **valeurs** du Karaté, on pourrait dire : **équilibre**, **santé**, **efficacité**.

Au SAM, (1er club Nouvelle Aquitaine) tous les aspects sont enseignés : **techniques de base**, **motricité**, **santé**, **techniques de défense**, **compétition technique et combat**, **combats karaté full-contact**.

La section est une véritable école avec des entraînements pour chaque âge et chaque niveau encadrés par **onze professeurs diplômés d'État**.

À PARTIR DE
5 ans

ENTRE
Licence fédérale : 39€
Cotisation section de 240€ à 390€

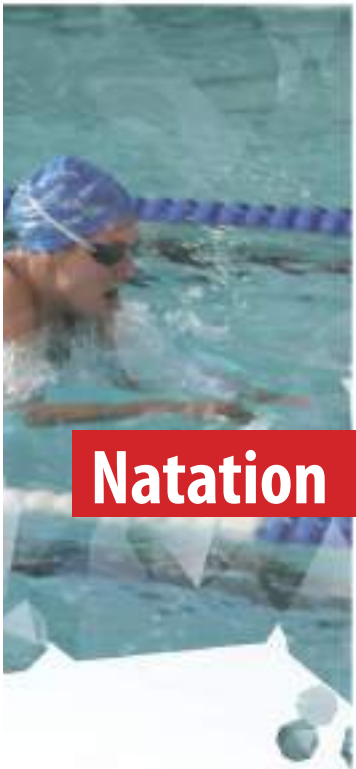
06 18 13 63 65
ecole-karate-do@orange.fr

DOJO DANIEL COLOMBIER

DOJO ROBERT BRETTES

SALLE JEAN MACÉ

Natation



Le **SAM NATATION**, labellisé « **PERFORMANCE** », est le seul club de la Nouvelle Aquitaine bénéficiant de la mention «**EXCELLENCE**». Les enseignements sportifs sont assurés par des entraîneurs diplômés d'État. Nous accueillons plus de 700 adhérents :

- **École de natation**, de 8 ans à 12 ans
- **École d'entraînement**, pour toutes les catégories d'âges de la Fédération Française de Natation, du niveau départemental au niveau national, voire international ;
- **Natation jeunes sans compétition**, de 14 ans à 17 ans ;
- **Natation adultes sans compétition**, de 18 ans à Seniors.

La section participe au dispositif « Sport Collège / Sport Lycée » sur la commune de Mérignac pour permettre aux jeunes nageuses et nageurs samistes de suivre une scolarité coordonnée avec la pratique de leur discipline. Accueil, Formation et Accompagnement sont les maîtres-mots qui guident nos actions.

À PARTIR DE
5 ans

À PARTIR DE
275€

SECRÉTARIAT
secretairesamnatation@gmail.com
06 80 32 72 78
(SMS uniquement)

AQUA STADIUM MÉRIGNAC

Pelote Basque

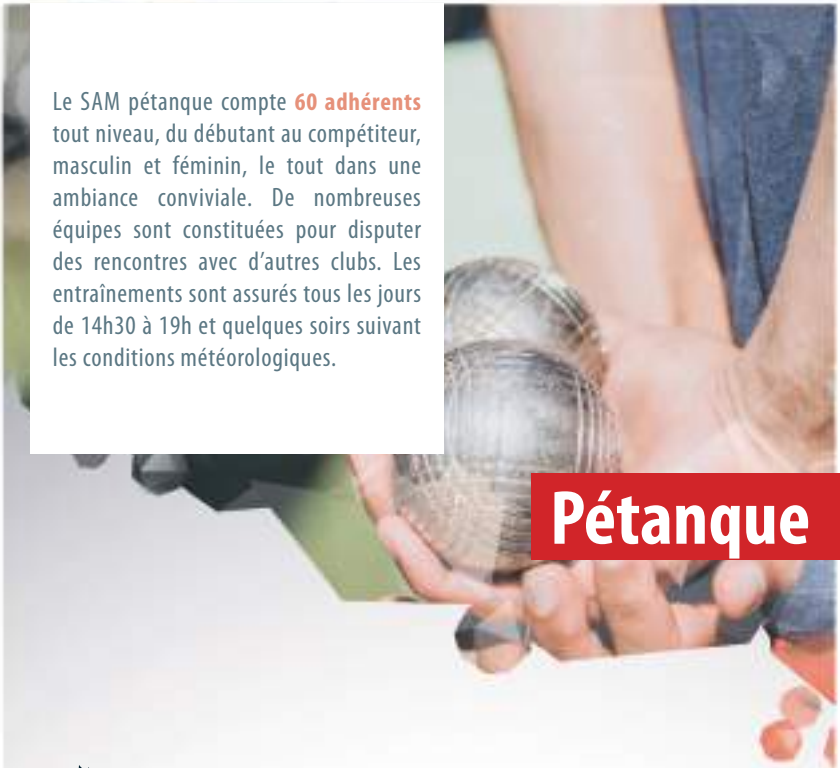
La **pelote basque** se pratique principalement dans le sud-ouest de la France (Pays Basque, Landes, Béarn, Gironde).
Elle s'exerce **avec ou sans instrument** et à chaque instrument correspond une spécialité de ce sport à laquelle elle donne son nom. La pelote basque se divise en huit grandes spécialités qui se disputent sur trois aires de jeu différentes.
La section du SAM pratique la **paleta gomme** (pelote de gomme pleine et gomme creuse). L'aire de jeu est le **trinquet**.
Une **école de pelote** accueille les **jeunes de 7 à plus de 20 ans** et leur permet de découvrir l'activité encadrée par des **éducateurs diplômés**.

À PARTIR DE
7 ans

À PARTIR DE
90€
Ecole de pelote
180€
Adultes

SECRETARIAT
jean.bader@jaso.fr

TRINQUET
D. COLOMBIER



Le SAM pétanque compte **60 adhérents** tout niveau, du débutant au compétiteur, masculin et féminin, le tout dans une ambiance conviviale. De nombreuses équipes sont constituées pour disputer des rencontres avec d'autres clubs. Les entraînements sont assurés tous les jours de 14h30 à 19h et quelques soirs suivant les conditions météorologiques.

Pétanque

À PARTIR DE
8 ans

PRIX
25€ loisir
70€ compétition

LATASTE YANN
06 84 94 13 89
lataste.yann@gmail.com

STADE DU JARD

Roller Sports

La section offre deux disciplines principales :

- **le Rink-Hockey** : un sport collectif dynamique où deux équipes de cinq joueurs s'affrontent avec des crosses et une balle. La vitesse, la technique et l'adresse sont essentielles dans ce jeu, qui se joue dans un esprit d'équipe et de convivialité.
- **Le Roller Derby** : un sport collectif intense qui se déroule sur un circuit ovale. Deux équipes s'affrontent sur des patins à roulettes, et le but est de dépasser les joueurs adverses dans un temps imparti. C'est un mélange de vitesse, d'agilité et de stratégie.

La section propose également des **activités variées**, telles que **l'école de patinage dès 3 ans**, **l'école de rink hockey**, les **compétitions** de **rink hockey** et de **roller derby**, du **loisir**, ainsi qu'un service de **location de patins** dès la taille 25 pour ceux qui souhaitent essayer ces disciplines.

À PARTIR DE
3 ans

À PARTIR DE
180€

SECRÉTARIAT
accueil@samroller.com

ROLLER STADIUM

Subaquatique

Vous voulez explorer le monde du silence ? La section vous propose de découvrir la **plongée sous-marine** (baptêmes, apprentissage et perfectionnement).

Les monitrices et moniteurs diplômés de la section vous forment à tous les niveaux de plongée et peuvent vous préparer aux diplômes d'encadrement (initiateurs et moniteurs fédéraux). Ils vous forment à la **plongée Nitrox et Nitrox confirmé.**

La section organise également **pour ses adhérents des week-ends** et des **voyages** pour **pratiquer la plongée**.

À PARTIR DE
10 ans

À PARTIR DE
250€

ERIC GARCIA
06 40 66 45 64
contact@samsub-merignac.fr

AQUA STADIUM MÉRIGNAC

Surf

Le surf, c'est avant tout un **état d'esprit** : celui de **prendre du plaisir** à évoluer dans le milieu aquatique, de **repousser ses limites** à son rythme et de partager sa **passion pour l'océan.**

La pratique est ouverte à tous et à tous les niveaux, de l'initiation au perfectionnement.
Le seul pré-requis est de savoir nager.

L'entraînement s'organise autour de **trois axes complémentaires.**
La **préparation physique en piscine** permet de travailler l'endurance, la natation et l'aisance aquatique.
Les **sessions à l'océan** sont le cœur de la pratique, là où tout prend sens.
Le surfskate vient compléter le tout hors de l'eau, en travaillant les trajectoires, l'équilibre et les gestes techniques.

Rejoindre la section, c'est intégrer un groupe uni autour de la **progression** et de la **passion** du surf.

À PARTIR DE
10 ans

À PARTIR DE
275 €

NICOLAS
06 49 60 25 07
contact@sam-surf.fr

AQUA STADIUM
MÉRIGNAC

Tennis

La section a une école de Tennis ouverte aux **enfants et adolescents de 5 à 18 ans**, une école de **compétition**, et des **cours collectifs pour adultes**.
Des **stages** pour **adultes** et **enfants** sont animés tout au long de l'année durant les vacances scolaires.

Nous proposons pour la saison 2026-2027 une **nouvelle offre** destinée au **public sédentaire** ainsi que du **Tennis santé sous ordonnance.**

À PARTIR DE
5 ans

À PARTIR DE
enfant 220€
adultes 362€

SECRÉTARIAT
05 56 97 43 85
sam.tennis33
@gmail.com

LA ROSERAIE

ACCUEIL
06 44 08 90 01
Lundi à samedi 9H00-12H30 14H00-19H00
Dimanche : 9H00-12H30 14H00-18H00

Tennis de Table

Qui peut prétendre n'avoir jamais joué au **ping-pong** ? Mais du Ping au **Tennis de Table**, il y a un pas qui est celui du **loisir** à la **compétition**, en développant des qualités de réflexe, de sens tactique, d'appréhension de la balle, d'approche stratégique et de concentration. En termes de structure, la section TT est forte de **280 adhérents** et se positionne comme **un des plus grands clubs d'Aquitaine** sur la densité de résultats sportifs. Un **encadrement de qualité** et **très qualifié** avec une **salle spécifique**, permet d'accueillir les jeunes à compter de **4 ans** et accompagne chacun dans sa progression technique.

La section TT ? **Une vraie équipe**, où la **convivialité** est de mise et le **dynamisme** particulièrement visible en termes d'organisation sportives de tous niveaux.

À PARTIR DE
4 ans

À PARTIR DE
145€

ALEXANDRE DERUNES
06 34 46 73 87
a.derunes@samerignac.fr

GYMNASE E.HERRIOT

Tir à l'Arc

Historiquement, le **tir à l'arc** était pratiqué pour la chasse et le combat. Aujourd'hui, c'est une **activité sportive** reconnue.

Ainsi, **l'arc, la flèche, la cible permettent d'atteindre plusieurs objectifs liés les uns aux autres** : la beauté et la pureté du geste, la précision, la fluidité pour un tir harmonieux, la maîtrise de soi, la résistance au stress, la concentration, la régularité associée à la précision, la recherche de la performance, la volonté, la rigueur, l'équilibre physique et mental, l'esprit d'équipe car il **existe aussi le tir par équipe de club.**

À PARTIR DE
9 ans

À PARTIR DE
140€

06 49 82 23 27
sam.arc.merignac@gmail.com

COMPLEXE
D.COLOMBIER

TERRAIN
DE MARCHEGAY

Créée en 2002, la section SAM Triathlon a évolué en 2009 en intégrant le Raid multisports, devenant ainsi le **SAM Triathlon-Raid**.

Aujourd'hui, le club rassemble plus de **180 adhérents** de tous niveaux. Encadrés par un entraîneur et de nombreux bénévoles, les membres progressent sur les trois disciplines clés (**natation, cyclisme, course à pied**) et le travail des enchaînements. Les perspectives de compétition sont vastes grâce à la variété des épreuves de la **FFTRI : Triathlon, Duathlon, Aquathlon, Swimrun, Bike & Run et Raid**

Triathlon-Raid

À PARTIR DE
15 ans

DE
210€ à 270€

SECRÉTARIAT
samtriraid@gmail.com

AQUA STADIUM MÉRIGNAC

STADE ROBERT BRETTES

Volley-Ball

Le **SAM Volley-Ball** est une section majeure du SAM Omnisports à Mérignac avec près de 400 adhérents.

On y accueille des joueurs de **tous âges** dans une ambiance **conviviale** et **dynamique**. Le club propose une pratique **compétitive** et **loisir**, avec des équipes engagées en championnats **départementaux**, **régionaux**, **nationaux**, et participe **aux Coupes de France** jeunes chaque saison.

Reconnu pour sa qualité de formation grâce à une **école de volley** structurée et des **entraîneurs diplômés**, le SAM Volley-Ball valorise **l'esprit d'équipe**, le **respect** et **l'inclusion**, tout en organisant régulièrement des stages, tournois et événements dans un complexe sportif attractif.

À PARTIR DE
3 ans

DE
200 à 320€

VIVIEN GAYOL
06 66 12 93 68
v.gayol@samerignac.fr

GYMNASE ALICE MILLIAT

Installations Sportives

Utilisées par le Sport Athlétique Mérignacais

Salle E.Herriot

La Roseraie

Salle Capeyron

Stade du Jard

Gymnase Bourran

Salle G. Sabouret

Salle Gisèle Halimi

Aqua Stadium

Roller Stadium

Stade Robert Brettes

REMERCIEMENTS AUX PARTENAIRES

LE SPORT ATHLÉTIQUE MÉRIGNACAIS TIENT À REMERCIER CHALEUREUSEMENT SES PARTENAIRES POUR LEUR PRÉCIEUX SOUTIEN.

Région Nouvelle-Aquitaine

Mérignac

Gironde Le Département

FFCO Fédération Française des Clubs Omnisports

Influence Médias

Crédit Mutuel du Sud-Ouest

Groupama

Sponsport

Fitness Park Mérignac

Hôtel all suites

Valeurs de Sport

Kyriad Prestige Bordeaux Mérignac