



Association Sportive et Culturelle de Toussus (ASCT) : Saison 2025-2026

Informations, inscriptions, paiement en ligne sur le site : asctoussus.fr

Mail : asct.contact@gmail.com

Début des cours : à partir du lundi 08 septembre 2025 (sauf mention contraire ci-dessous)

Adhésion à l'ASCT		(obligatoire) 1 fois/an	Habitants de Toussus-le-Noble, Châteaufort, Les Loges-en-Josas	12 €			
			Habitants EXTERIEURS à Toussus-le-Noble, Châteaufort, Les Loges-en-Josas	22 €			
Responsables section					Cotisations	1ère séance	
Daniel Morgue & Moneyron daniel.morgue@gmail.com ou daniel.moneyron@gmail.com	BADMINTON (Gymnase)	Pratique libre :		Le mercredi de 20h à 22h	30 €	10/09/2025 - Gymnase	
		Cours encadrés : (prendre obligatoirement une séance de pratique libre)		Un mercredi ou samedi par mois	28 €	Septembre - Gymnase	
		Pratique libre "famille" :		Le samedi de 9h à 10h30	30 €	10/09/2025 - Gymnase	
Mathilde Noël Arnaud Vaulleir Mail : boxe.asct@gmail.com	BOXE - FIT BOXING - RENFORCEMENT MUSCULAIRE - REVEIL MUSCULAIRE (Dojo/gymnase)	Boxe - Fit Boxing					
		Enfants (6-11 ans)	1 cours de Boxe (licence/assurance FFCO incluse)	Mercredi de 19h15 à 20h15	165 €	10/09/2025 - Dojo	
		Ado - Adultes	1 cours de Boxe ou 1 cours de Fit Boxing	Mercredi de 20h15 à 21h45	195 €	10/09/2025 - Dojo	
			1 cours de Boxe + 1 cours de Fit Boxing	de 11h15 à 12h45	290 €	14/09/2025 - Dojo	
		Renforcement Musculaire - Réveil Musculaire					
Ado - Adultes	1 cours par semaine	Mardi de 20h15 à 21h15	125 €	09/09/2025 - Dojo			
	2 cours par semaine	Jeudi de 20h à 21h	200 €	11/09/2025 - Dojo			
	3 cours par semaine	Dimanche de 10h à 11h15 (Réveil musculaire)	260 €	14/09/2025 - Dojo			
		Forfait Warrior (tous les cours)		330 €			
Sébastien Sardet Mail : asct.dansattitude@gmail.com	DANSE (Espace du Plessis)	Cours de danse de salon : professeurs : Cristina et Carlos Fernandes		Le lundi de 19h à 20h	180 €	08/09/2025 - Salle 5	
		Cours de rock : professeurs : Cristina et Carlos Fernandes		Le lundi de 20h à 21h	180 €	08/09/2025 - Salle 5	
		Cours de danse de salon : professeurs : Cristina et Carlos Fernandes		Le lundi de 21h à 22h	180 €	08/09/2025 - Salle 5	
		Cours de danses latines (salsa, bachata,...) : professeur : Philippe Lerandy		Le mardi de 19h15 à 20h45	250 €	16/09/2025 - Salle 1	
		Forfait 2h par semaine (cours du lundi)			340 €		
		Forfait 3h par semaine (cours du lundi)		480 €			
Christine des Saints Frédéric Fifer Mail : asct.escalade@gmail.com	ESCALADE Licence incluse (Gymnase)	Cours enfant 8-11 ans :		Le vendredi de 17h30 à 19h	Max 12	244 €	12/09/2025 - Gymnase
		Cours enfant 11-15 ans		Le vendredi de 19h à 20h30	Max 14	244 €	12/09/2025 - Gymnase
		Cours enfant 14-18 ans		Le vendredi de 20h30 à 22h	Max 14	244 €	12/09/2025 - Gymnase
		Cours adulte (débutant, perfectionnement, manip falaise) :		Le mercredi de 20h à 22h	Max 14	276 €	10/09/2025 - Gymnase
		Grimpe autonome :		Le mercredi de 20h à 23h / le jeudi de 20h à 23h / le vendredi de 17h30 à 23h / le samedi toute la journée		196 €	10/09/2025 - Gymnase
Sabine Cambrillat Mail : asct.gym@gmail.com	GYM-PILATES (Dojo/gymnase)	Cours de gym-pilates		Le mardi de 19h à 20h	120 €	09/09/2025 - Dojo	
		Cours de gym-pilates/remise au sport / sport santé		Le vendredi de 10h à 11h	120 €	12/09/2025 - Dojo	
		Les 2 cours		Le mardi de 19h à 20h et le vendredi de 10h à 11h	180 €	09/09/2025 - Dojo	
Cédric Le Naour Damien Dagmey Clément Gautier Mail : judo.asct@gmail.com	JUDO Licence incluse	Baby jud' gym (GS crèche, PS maternelle) 1h :		Le samedi de 10h30 à 11h30	Max 12	180 €	20/09/2025 - Ecole TLN
		Mini-poussins (MS et GS maternelle) 1h :		Le jeudi de 17h à 18h	Max 16	180 €	18/09/2025 - Dojo
		Pré-poussins (CP-CE1) 2h/semaine :		Le lundi de 17h à 18h et le jeudi de 18h15 à 19h15	Max 18	260 €	15/09/2025 - Dojo
		Poussins (CE2-CM1) 2h/semaine :		Le lundi de 18h15 à 19h15 et le mercredi de 18h à 19h	Max 20	260 €	15/09/2025 - Dojo
		Benjamins (CM2-collège) 2h/semaine :		Le mercredi de 17h à 18h et le vendredi de 18h à 19h	Max 20	260 €	17/09/2025 - Dojo
		Navette judo (école-dojo) : pour les maternelles-CP-CE1			85 €		
		Cours aux Loges-en-Josas : MS-GS :		Le mercredi de 15h30 à 16h30	Max 16	180 €	17/09/2025 - LLEJ
		Cours aux Loges-en-Josas : CP-CE1-CE2 :		Le mercredi de 13h à 14h	Max 16	180 €	17/09/2025 - LLEJ
		Cours aux Loges-en-Josas : CM1-CM2 :		Le mercredi de 14h15 à 15h15	Max 16	180 €	17/09/2025 - LLEJ
		1h de cours supplémentaire pour les Logoies : CM2/collège :		Le vendredi de 18h à 19h	80 €	19/09/2025 - Dojo TLN	
Adultes (judo/jujitsu/conditions physique, remise en forme) :		Le vendredi de 19h30 à 20h45	205 €	19/09/2025 - TLN			
J.-François Gautier Mail : asct.oenologie@gmail.com	ŒNOLOGIE (Salle 1 du Plessis) 1er cours : 17-18/09	Forfait 10 séances, habitant de Toussus-le-Noble :		Le mercredi de 20h à 22h30	Max 55	235 €	17/09/2025 - Salle 1
		Forfait 10 séances, extérieur à Toussus-le-Noble :		Le mercredi de 20h à 22h30	Max 55	260 €	17/09/2025 - Salle 1
		Forfait 10 séances, habitant de Toussus-le-Noble :		Le jeudi de 20h à 22h30	Max 55	235 €	18/09/2025 - Salle 1
		Forfait 10 séances, extérieur à Toussus-le-Noble :		Le jeudi de 20h à 22h30	Max 55	260 €	18/09/2025 - Salle 1
Evelyne Poibeau-Lagarde J.-Claude Gilardi Mail : pat.toussus@gmail.com	PEINTURE (Salle 4 du Plessis)	Cours enfants (6-15 ans) : (20 cours - matériel compris)		Le mercredi de 14h à 15h30	De 3 à 7	250 €	01/10/2025 - Salle 4
		Cours ado/adultes (13 cours - matériel compris)		Le lundi soir de 20h à 22h	De 3 à 7	390 €	29/09/2025 - Salle 4
		Adultes (pratique libre sans professeur) :		Le lundi de 16h00 à 19h45	Max 7	0 €	08/09/2025 - Salle 4
		Adultes (pratique libre sans professeur) :		Le mardi de 14h30 à 16h30	Max 7	0 €	09/09/2025 - Salle 4
		Adultes (pratique libre sans professeur) :		Le jeudi de 20h30-22h30	Max 7	0 €	11/09/2025 - Salle 4
Ghislain Merry Mail : asct.sophrologie@gmail.com	SOPHROLOGIE (MPT) Maison pour tous	Forfait annuel de 25 séances :		Le jeudi de 19h15 à 20h15		200 €	11/09/2025 - MPT
		Forfait 10 séances :		Le jeudi de 19h15 à 20h15		100 €	11/09/2025 - MPT
		Forfait 5 séances :		Le jeudi de 19h15 à 20h15		60 €	11/09/2025 - MPT
		1 séance :		Le jeudi de 19h15 à 20h15		15 €	11/09/2025 - MPT
		Enfants de moins de 15 ans accompagnés : forfait annuel de 25 séances :		Le jeudi de 19h15 à 20h15		140 €	11/09/2025 - MPT
Julien Cornut Ovidiu Costea Mail : asct.tennis@gmail.com	TENNIS Licence incluse	Liberté Jeune : Accès aux cours extérieurs (avec réservation), licence FFT, 10 tickets invités				90 €	
		Liberté Adulte : Accès aux cours extérieurs (avec réservation), licence FFT, 10 tickets invités				110 €	
		Liberté "Découverte" : Formule Liberté limitée à 3 mois non renouvelable et 5 tickets invités				40 €	
		Mini-Tennis (4-6 ans) : Formule Liberté + 1h de cours / semaine				225 €	
		Performance Jeune : Formule Liberté + 1h de cours / semaine				265 €	
		Performance Adulte : Formule Liberté + 1h de cours / semaine				315 €	
		Personnalisé Jeune : Formule Liberté + 1h30 de cours / semaine				360 €	
		Passion Jeune : Formule Liberté + 2h de cours / semaine				455 €	
Personnalisé Jeune + : Formule Liberté + 3h de cours / semaine				600 €			
Dominique Corruble Benjamin Magdelaine asct.theatre@gmail.com	THÉÂTRE (Salle 1 du Plessis)	Impro ado (11-17 ans) :		Le mercredi de 17h30 à 19h	Max 12	110 €	10/09/2025 - Salle 1
		Théâtre à texte - adultes :		Le mercredi de 19h à 20h30	Max 8	130 €	10/09/2025 - Salle 1
		Improvisation adultes :		Le mardi de 20h30 à 22h	Max 15	150 €	09/09/2025 - Salle 1
Cédric CHAPLAIN asct.volley@gmail.com	VOLLEY (Gymnase)	Pratique libre		Le jeudi de 20h à 22h30	Max 26	70€	18/09/2025 - Gymnase (si au moins 10 adhérents)
Nicolas Coutelin Mail : nicolas.coutelin@gmail.com	YOGA	Hatha Yoga		Le mercredi de 20h à 21h15		170 €	10/09/2025 - Salle 5
		Hatha Yaga		Le jeudi de 12h15 à 13h30		210 €	11/09/2025 - Salle 5
		Yoga Nirvana Fitness		Le vendredi de 12h15 à 13h30		170 €	12/09/2025 - Salle 5
		Tai Chi		Le mercredi de 12h30 à 13h30		130 €	10/09/2025 - Salle 1
Gabriela Santos Frédérique Sarrau asct.zumba@gmail.com	ZUMBA (Salle 1 ou 5 du Plessis)	Forfait 1 cours par semaine :		Le lundi de 20h à 21h		99 €	08/09/2025 - Salle 1
		Forfait 1 cours par semaine :		Le jeudi de 19h45 à 20h45		99 €	11/09/2025 - Salle 1
		Forfait 2 cours par semaine :		Le lundi de 20h à 21h et le jeudi de 19h45 à 20h45		149 €	08/09/2025 - Salle 1