



SAISON 2026–2027



Mise à jour du 2 septembre 2026

Qui sommes-nous ?

Le **C**lub **S**portif et **A**rtistique du **L**arzac (**CSAL**) est une association loi 1901, déclarée en préfecture depuis 1972, hébergée et soutenue depuis sa création par le CEITO – 122^e R.I. jusqu'en juillet 2016, puis à compter de cette date, par la 13^{ème} Demi-Brigade de la Légion Etrangère (13^e DBLE).

Elle a pour but de développer le goût et la pratique des sports et des activités artistiques et culturelles parmi les personnels militaires et civils de la garnison, leurs familles ainsi que tous les résidents hors défense géographiquement proches (villes et villages voisins).

Afin de répondre le mieux possible aux adhérents, l'association est :

- fédérée par Fédération des Clubs de la Défense (FCD) ;
- agréée auprès du ministère de la Jeunesse et des Sports ;
- depuis les années 2005, au fil des besoins et des partenariats, le club s'est affilié à plusieurs fédérations sportives de tutelle des activités proposées (randonnée, tir, plongée, boxe anglaise, jiu-jitsu brésilien, bras de fer...).

Qui peut adhérer à l'association ?

- Membres de droit: Tous les personnels civils et militaires du régiment et leur famille.
- Membres associés: Tous les personnels ayant appartenu à la défense et leur famille.
- Membres parrainés: Tous autres personnels ne rentrant pas dans les deux premières catégories. Le parrainage se traduit par la validation de l'adhésion par le responsable de l'activité souhaitée, en fonction du nombre de places disponibles restantes.

Comment faire pour s'inscrire ?

Pour pouvoir pratiquer une activité au sein du CSAL, il faut tout d'abord adhérer. Pour cela, il faut retirer un dossier de demande d'adhésion (poste de sécurité du régiment, mairie du village, auprès des animateurs du club et dans les locaux de pratiques des activités), dûment le remplir, régler les cotisations et fournir les documents nécessaires (voir ci-après).

L'adhésion au CSAL se fait uniquement pour la durée de la saison, quelle que soit la date d'inscription. Elle est valable de la date d'adhésion jusqu'au 31 août de l'année de fin de saison.

Comme indiqué ci-avant, l'adhésion comporte une cotisation à régler intégralement lors de la transmission du dossier et se découpe en deux parties :

- La cotisation annuelle correspondante à la licence FCD et l'adhésion CSAL, dont les tarifs sont mentionnés sur la fiche d'adhésion ;
- La cotisation de chaque activité souhaitée, dont les tarifs sont dans le présent document.

Quels documents doit–je fournir ?

- La **fiche d'inscription dûment complétée (recto-verso)**. Avant toute inscription, demandez au responsable de l'activité choisie les modalités pratiques et contraintes, affiliations supplémentaires...
- Une **photo d'identité récente** et en bon état (uniquement pour les nouveaux adhérents).
- La **cotisation complète** qui est composée de l'adhésion au CSAL la somme des cotisations des différentes activités choisies. De préférence en chèque à l'ordre du CSA Larzac ou, à défaut, en numéraire. Toute autre forme de paiement est refusée par le club.
- Pour les activités sportives, sauf pour celles dites à risque, vous devez remplir le questionnaire santé – sport et le garder avec vous, votre signature de la fiche d'adhésion attestera que vous avez fait cette démarche.
Le résultat indiqué sur ce questionnaire indiquera si vous devez ou non fournir un certificat médical de non contre-indication à l'activité choisie.
Si vous avez un doute, renseignez-vous auprès du responsable de l'activité.
- Certaines activités nécessitent d'avoir une fiche de contrôle de sécurité (**Contrôle Primaire**). Contactez les responsables des activités pour vous renseigner.
- Pour les **mineurs**, un des parents ou tuteur légal doit remplir et signer l'encart prévu à cet effet sur la fiche d'adhésion.

Comment correspondre avec l'association ?

Personnellement : En rencontrant les responsables ou les animateurs d'activités

Par courrier : CSA du Larzac
CS 11235 – Camp du Larzac - Quartier Monclar
12230 LA CAVALERIE

Par courriel électronique : csag12@orange.fr

Via le site internet : <http://www.csag-larzac.net>

Carnet de contacts téléphoniques

Accès PNIA (MINARM)	865 121 + n° poste à 4 chiffres
Accès France Télécom	05 65 58 + n° poste à 4 chiffres
Président (LCL FOURNIER Stéphane)	05 65 58 4901
Vice-président	
Trésorier (CNE ® BOUTROUE Marc)	05 65 58 4923
Secrétaire (Mme. MAJOU Apolline)	05 65 58 4998
Secrétaire 2 (ADJ ARDELEAN Victor-Andrei)	05 65 58 4954

Les numéros des responsables d'activités sont notifiés dans les présentations de chaque section (dans la mesure où ils ont un téléphone attribué).

RAPPELS

1) **Contactez le responsable d'activité avant de vous inscrire :**

Vous devez contacter le responsable d'activité AVANT d'adhérer aux activités afin de vous renseigner sur les modalités pratiques et contraintes médicales.

Les **SPORTS DE COMBAT**, le **TIR**, la **PLONGEE** et la **MOTO** sont des activités ayant des contraintes que vous devez connaître **AVANT** de vous inscrire.

Sur certaines activités sportives, il est notifié une licence de tutelle avec un tarif pour la saison. Celle-ci doit obligatoirement être souscrite pour pouvoir adhérer à la section.

2) **Fournissez votre dossier d'adhésion au complet :**

Remplissez complètement votre fiche d'adhésion (recto-verso).

Joignez tous les documents demandés (photo, copie de certificat médical si besoin, etc...).

Payez la cotisation complète.

LISTE DES ACTIVITES

La présente liste des activités sportives, artistique et culturelles, peut évoluer en cours de saison en fonction des ouvertures/fermetures des activités.

Si vous êtes volontaire d'encadrer et/ou animer une activité au sein du Club Sportif et Artistique du Larzac de façon bénévole, merci de bien vouloir contacter le secrétariat CSAL.

Avant toute adhésion, nous vous invitons à contacter les responsables des différentes activités pour les renseignements complémentaires, les conditions d'adhésion, les disponibilités d'adhésions (car certaines sections sont assujetties à un quota maximum d'adhérents), les licences de tutelle, etc...

Des activités CSAL réservées au personnel militaire de la 13^e DBLE seront organisées par le Président du CSA, en liaison avec le Chef du Bureau Opérations et Instruction, les vendredis matin et seront précisées sur le cahier d'ordres des unités.

Sports d'équipe	Page 4
Sports de combat / arts martiaux	Page 5
Sports d'entretien et de force	Page 6
Sports aériens	Page 8
Sports aquatiques	Page 9
Sports de pleine nature	Page 10
Sports mécaniques	Page 13
Sports de précision	Page 14
Activités artistiques	Page 17
Activités culturelles et de cohésion	Page 18

Sports d'équipe

Basket-Ball



Code activité : 107

Tarifs	MINARM (Militaire/Civil) : 5 €
Responsable	ADJ RABENANDRASSANA (06 72 21 29 06)
Lieu	Gymnase du collège de La Cavalerie, terrain de basket « outdoor » au sein du régiment
Horaires	Etude en cours pour le GYMNASSE du collège tous les vendredis matins de 08h00 à 10h00 au régiment
Public	Adultes
Activités	Entraînements et matchs amicaux/officiels
Particularités	Détenir un certificat médical d'aptitude spécifié BASKET-BALL par le CMA du LARZAC

Football



Code activité : 291

Tarifs	MINARM (Militaire/Civil) : 5 €
Responsables	ADJ MORALES ZEA Gerardo (07 68 12 77 95) SGT CALMON ROCHA Michael (06 47 06 50 06)
Animateur/entraîneur	SGT SUBEDI Dilraj (07 69 34 94 38) CPL DELGADO FLORES Alex (07 66 83 48 22)
Lieux	Stade régimentaire, stade municipal ou gymnase de La Cavalerie
Horaires	Mardi : 08h10 à 10h00 Jeudi : 08h10 à 10h00 Vendredi : journée CSA
Public	Adultes du MinArm
Activités	Entraînement et participation au divers tournois/compétitions, dans la région
Particularités	Respecter les règles du football, la cohésion, la discipline et du responsable des activités. Les personnels souhaitant adhérer à la section football doivent : - Détenir la carte du CSAL – 13DBLE à jour ; - Être à jour de VMP ; - Détenir un certificat médical de non contre-indication à la pratique du football y compris en compétition ; Détenir une carte vitale et mutuelle à jour.

Sports de combat / arts martiaux

Boxe Anglaise



Code activité : 110

Tarifs	MINARM (Militaire): MINARM (Civil/Famille):	Inclus dans la licence CSAL 5€	Prix de licence FFBoxe : 20€
Responsables	CPL DJIDDA BARKA Oumar CPL IBRAIMOFF Alibek 0785430424		
Lieu	Bâtiment 54 – Salle Boxe		
Horaires	Mardi et jeudi : 18h30 à 20h30		
Public	MINARM		
Activités	Découverte, perfectionnement de la boxe anglaise pour l'aguerrissement personnel et/ou compétitions sportives. Boxe éducative pour ceux qui ne veulent pas faire des compétitions Entraînement et compétitions fédérales pour les volontaires		
Particularités	Absence des douches et vestiaire Présence obligatoire de chaussures propres, serviette, bouteille d'eau et le matériel de protection individuelle. Le CSAL met à disposition les gants et les casques de protection, il est conseillé d'avoir son matériel personnel par souci d'hygiène. Contactez impérativement le responsable des activités avant l'inscription.		

Jiu-Jitsu Brésilien / Sambo



Code d'activité : 322

Tarifs	MINARM (Militaire/Civil/Famille) :	15 €	Licence CFJJB pour compétition : 50 €
	Autre public :	30 €	
Responsable	SCH GUDUMAC (Sambo) 06 59 66 25 24 SCH DA SILVA (JJB) 07 68 65 91 85 ICL ROLDAN (JJB) 07 43 54 78 91 CCH DIAZ GARCIA Juan 07 84 26 91 84		
Lieu	Bâtiment 73		
Horaires	Mardi et jeudi de 8h à 9h45		
Public	Adultes		
Activités	Initiation, découverte et perfectionnement du jiu-jitsu brésilien et sambo. Entraînement GI et NO GI / kurka sambo.		
Particularités	Tenue adaptée pour les séances GI (kimono) et NO-GI (rashguard + lycra/bermuda). Contactez impérativement le responsable de l'activité avant l'inscription. Personnel compétiteur certificat médical plus de 40 ans incluant électrocardiogramme		

Judo



Code activités : 130

Tarifs	MINARM (Militaire/Civil/Famille) :	10 €	Licence FFJDA : 47 € voir responsable
Responsable	CC1 ZEPH Frédéric (06 21 72 14 73)		
Lieu	Bâtiment 73		
Horaires	Mercredi et vendredi de 8h à 10h		
Activités	Découverte, perfectionnement du judo pour l'aguerrissement personnel et les compétitions sportives.		
Particularités	La section est vouée aux compétitions des fédérations délégataires de niveau national et international et aux formations qualifiantes. La tenue doit être adaptée à la discipline. La complexité des sports de combat requiert un encadrement qui répond aux exigences juridiques et réglementaires bien précises. Chaque adhérent devra remplir et signer un Contrôle Primaire qui sera transmis à l'OPSR en version papier et informatique par le responsable d'activité. Contactez impérativement le responsable des activités avant l'inscription.		

Sports d'entretien et de force

Musculation / Cardio



Code activité : 117

Tarifs	Militaire	Inclus dans la licence CSAL
	MINARM (Civil/Famille) :	10 €
	Autre public :	50 €
Responsable	ADJ ARDELEAN (06 15 25 41 59) SCH GUDUMAC (06 59 66 25 24)	
Lieu	Bâtiment 56	
Horaires	Lundi au vendredi : de 10h00 à 13h30 // de 17h30 à 22h00 Week-end et jours fériés : de 08h00 à 22h00	
Public	Adultes (Enfants sur certaines conditions)	
Activités	Musculation avec ou sans agrès et cardio-training libre (pas de cours ou de coaching).	
Particularités	Pas de vestiaire. Tenue et chaussures propres et adaptées à l'activité. Serviette et bouteille d'eau obligatoire.	
	Contactez impérativement le responsable des activités avant l'inscription.	

Bras de Fer Sportif



Code activité : 643

Tarifs	MINARM (Militaire/Civil/Famille) :	10 €	licence FFForce loisirs : 20 €
	Autre public :	20 €	licence FFForce compétitions : 80 €
Responsables	Mme ADAMCZYK Melissa (Responsable) CCH ADAMCZYK Thibaud (adjoint) M. DELABY Franck (secrétaire)		
Lieu	Bâtiment 76 (régiment) + St Georges de Luzençon (salle voutée)		
Horaires	Lundi et jeudi 18h-19h30 (bâtiment 76 ou St Georges de Luzençon selon entraînement)		
Public	Adultes + ados dès 16 ans avec autorisation parentale		
Activités	BRAS DE FER SPORTIF – Discipline affiliée à la Fédération Française de Force Pratique et initiation – Encadrement sous brevet fédéral Activité de force, d'endurance et de résistance physique – Renforcement musculaire, entraînement spécifique Participation à diverses compétitions régionales type Open (y compris licence loisir) Participation à diverses compétitions nationales et internationales si qualification (licence compétition uniquement)		
Particularités	Chaussures de sport obligatoires – Ongles courts – Pas de bijoux (bracelets/bagues/colliers) Ne peut être pratiqué sans encadrement		

Cross-Fit Défense



Code activité : 254

Tarifs	MINARM (Militaire) :	Inclus dans la licence CSAL
	MINARM (Civil/Famille) :	10 €
	Autre public :	30 €
Responsable	CNE AIESI Maxence (poste 24911) ADJ ARDELEAN victor-andrei.ardelean@intradef.gouv.fr	
Lieu	Bâtiment 56	
Horaires	Sous réservation avec animateur :	
	Lundi au vendredi : de 08h00 à 10h00 pour le personnel MINARM	
	Lundi au vendredi : de 10h00 à 12h00 pour Tout Public (minimum 3 présents)	
Public	Sans animateur accès libre :	
	Lundi au vendredi : de 10h00 à 13h30 // de 17h30 à 22h00	
	Week-end et jours fériés : de 08h00 à 22h00	
Activités	Le cross-fit défense combine principalement la force athlétique, l'haltérophilie, la gymnastique et les sports d'endurance afin d'améliorer les qualités physiques générales des pratiquants. Sont proposés aussi des séances de Hyrox.	
Particularités	Pas de vestiaire. Tenue et chaussures propres et adaptées à l'activité. Serviette et bouteille d'eau obligatoire	

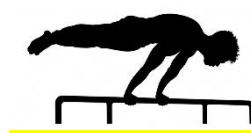
Fitness



Code activité : 177

Tarifs	MINARM (Militaire/Civil/Famille) : 10 € Autre public : 20 €
Responsables	M. Luca Flottard Mme PERIANO Bérénice
Lieu	Bâtiment 70
Horaires	Lundi et mercredi : de 18h30 à 20h00
Public	Adultes et adolescents (15 ans minimum)
Activités	Renforcement musculaire et cardio-training
Particularité	Pas de vestiaire. Tenue et chaussures propres et adaptées à l'activité. Serviette et bouteille d'eau obligatoire.

CALISTHENIE



Code activité : 320

Tarifs	Tout public adulte : 5 €
Responsable	CCH SIMON
Lieu	SALLE DE CROSSFIT REGIMENTAIRE
Horaires	08H00 -09H45 / VENDREDI
Public	Militaires
Activités	Force – Equilibre – Puissance – Souplesse
Particularité	La Calisthenie est une combinaison entre mouvements de la gymnastique et du renforcement au poids du corps. Elle développe la force, la souplesse, l'explosivité et l'agilité.

HIIT / YOGA VINYASA



Code activité : 167

Tarifs	MINARM (Civil et Militaire) : 5 €
Responsables	Mme CARDINAUX Sandrine (poste 4996) SCH BARRY Abdoulaye CCL/BOI
Lieu	Bâtiment 70
Horaires	HIIT : Mardi matin de 8h à 09h15 Mercredi matin de 8h à 10h00 YOGA VINYASA : vendredi 8h à 9h15
Public	pers. MinArm civils et militaires
Activités	HIIT : entraînement fractionné de haute intensité, renforcement musculaire et cardio-training, YOGA VINYASA: pratique harmonisant le corps et l'esprit, plutôt intense à bénéfice sur le cardio, le gainage, le renforcement musculaire, travail postural, assouplissement et équilibre du corps.
Particularité	Pas de vestiaires. Chaussures propres, tenue adaptées à l'activité. Serviette et bouteille d'eau + tapis fitness obligatoire.

Sports aériens

Parapente



Code activité : 138

Tarifs	MINARM (Militaire/civil/famille) : 10 € Autre public : 20 €	Licence FFVL : 200 € *
Responsable d'activité	CNE BUCSANSZKY (07 84 39 06 88)	
Lieu	La Cavalerie / Millau	
Horaires	Jours CSA, Week-end, jours fériés selon les conditions météo	
Public	Tout public adultes uniquement	
Activités	Pour les débutants : Découverte de l'activité et ses matériels, ses formations et ses qualifications. Cours théoriques sur la météorologie, le dynamique de vol et les réglementations de vol libre. Conseil et accompagnement vers les formations et brevets fédérales. Pour les brevetés : Organisation des sortie vol sur site et vol CROSS	
Particularités	* Fédération Française de Vol Libre, compter environ 200 € pour la licence FFVL et l'assurance obligatoire. Démarche individuelle après le 1er stage initiation en école. Pour avoir le brevet pilot vous devez faire les stages dans des écoles de vol libre à Millau : Pour être autonome à voler - Stage initial environ 550 € et stage perfectionnement environ 550 €.(Nous allons essayer de réduire ces prix par des négociations avec les écoles et des subvention CSA en fonction du budget attribué). Contactez le responsable de l'activité Pour tout renseignement et avant toute inscription	

PILOTAGE DE DRONE



Code activité : 325

Tarifs	MINARM (Militaire/Civil) :	5€
	Famille MINARM :	10€
	Tout public :	15€
Responsables	SCH D'AMICO Raffaele	
Lieu	Stade de foot / Corne Nord zone forestière / Aero Club Les vautours de Millau	
Horaires	Mercredi 14h00 – 17h00 ou Vendredi 09h00 – 12h00	
	3 ^e samedi du mois 09h00 – 12h00 ou 15h00 – 18h00 selon météo	
Public	Adultes et enfants à partir de 14 ans avec accord parental	
Activités	Pilotage de drones, prise de photos / vidéos, vol en FPV, vol en site négatif, tous sports aériens	
Particularité	Port de lunettes et gants obligatoire	

Sports Aquatiques

Plongée



Code activité : 169

Tarifs	MINARM (Militaire) :	30 €	Licence FFESSM 50 €
	MINARM (Civil/Famille) :	35 €	
	autre public :	40 €	
Responsable	ADJ DJAMBOU Georges (06 77 48 47 44)		
Lieu	Millau (12) , Mauguio (34) , Fosse de Nîmes (30)		
Horaires	Sortie en mer Journée dédiée CSA / Sortie en Fosse les Mercredi 14H-21H/Vendredi 17H-21H/ samedi 09H-13H et 15H-18H		
Public	Adultes		
Activités	Plongée en mer, Plongée en Fosse, passage de niveau et baptême		
Particularités	Certificat médical d'Absence de Contre-Indication à la pratique des activités subaquatiques		
	Licence FFESSM obligatoire		
	Un RDV avec le responsable est requis avant l'inscription		

Natation



Code activité : 135

Tarifs	MINARM (Militaire) :	10 €
	MINARM (Civil/Famille) :	11 €
	autre public :	15 €
Responsable	LTN MALLET (24645)	
Lieu	Piscine de Millau, Lac de Salagou, Agde	
Horaires	Lundi – Mardi – Jeudi : 08h00 – 10h00 pour piscine de Millau. (En fonction des réservations) Selon possibilités 1ère compagnie pour le lac de Salagou	
Public	Adultes	
Activités	Natation sportive, nage en eau libre	
Particularités	La description des règles se trouve dans le règlement intérieur de l'activité.	

Sports de pleine nature

Course hors stade



Code activité : 114

Tarifs	MINARM (Militaire/Civil/Famille) :	5 €
	Autre public :	15 €
Responsables & animateurs	ADC VIALA Philippe (06 28 64 67 27) SCH CLEMENT Kévin	
Lieu	Chemin et route du causse du Larzac et de ses environs pour les entraînement et en compétition sur tout le territoire	
Horaires	Course à pied : vendredi 08h00 à 11h00 et compétitions le week-end	
Public	Adultes	
Activités	Destinée à des personnes majeures, pour la pratique de la course à pied sur route ainsi que le trail ayant pour objectif de pouvoir s'entraîner en groupe et de pouvoir participer à des compétitions sur tout le territoire	
Particularité	Respect du règlement concernant les tenues	

Randonnée / Géocaching



Code activité : 143

Tarifs	Tout public :	35 €	licence FFRando incluse dans prix section
Responsables	CNE® BOUTROUE (05 56 58 49 23) ADC® VILA		
Animateurs	Marc BOUTROUE / VILA René / Sylvain GOUBY / ANTOINE Joël / Mireille BOUTROUE		
Lieu	Sur le département et ceux limitrophes Possibilité organisation séjour (à venir)		
Horaires	2 fois par mois minimum, souvent le dimanche, en ½ journée ou journée selon saison et environnement météo		
Public	Tout public		
Activités	randonnée pédestre, rando caching, géocaching		
Particularités	Pas de chiens ou autres animaux, même tenus en laisse Licence FFRando obligatoire (inclue dans adhésion section) Si enfant, les parents doivent s'inscrire et venir à la sortie pour les gérer. Le Randonneur doit être en autonomie (tenues, alimentation, eau, etc...) L'activité commence au lieu de rdv, y parvenir est à la charge de chacun Activité planifiée en général courant semaine pour le week-end via Whats'app		

Escalade



Code activité : 288

Tarifs	MINARM (Militaire/civil) :	10 €	Licence FFME : 66 €
	Famille Minarm :	15 €	
	Autre public :	20 €	
Responsable d'activité	LTN GOURG (06 10 85 02 80) Les instructeurs commandos DSE		
Lieu	Salle d'escalade de Millau + sites aseptisés de la région + via ferrata (Liaucous / Boffi)		
Horaires	Vendredi matin 8h / 12h		
Public	Tout public		
Activités	Escalade / via ferrata		
Particularité	Licence FFME obligatoire Séances organisées par des DSE (directeurs de séance d'escalade)		

VTT



Code activité : 286

Tarifs	MINARM (Militaire/Civil/Famille) : 5 €
Responsables	ADJ ARDELEAN Victor-Andrei (poste 4954)
Lieu	Pleine nature autour de la caserne
Horaires	Vendredi : de 08h00 à 10h00 (sur rdv)
Public	Adultes
Activités	Le VTT crosscountry, enduro
Particularité	La description des règles se trouve dans le règlement intérieur de l'activité.

SKI



Code activité : 148

Tarifs	MINARM (Militaire/Civil/Famille) : 10 € Autre public : 20 €	Licence FFS : 50 €
Responsable	ADJ PAUDEL (0686870139)	
Lieu	Mont Aigoual, Station Laguiole	
Horaires	Selon rendez-vous les weekends de 08h00 à 16h00	
Public	Adultes	
Activités	Ski Alpin, Ski de randonnée	
Particularité	La description des règles se trouve dans le règlement intérieur de l'activité	

Triathlon



Code activité : 161

Tarifs	MINARM (Militaire/Civil/Famille) : 5 € Autre public : 15 €
Responsables	ADJ SOLO Serge serge.solo@intradef.gouv.fr CPL DJIDDA BARKA Oumar (oumar.djidda-barka@intradef.gouv.fr)
Lieu	Course à pied et vélo : chemin et route du Larzac et de ses environs Natation : Piscine de Millau
Horaires	Course à pied : lundi et/ou vendredi 08h00 à 10h00 Vélo : en semaine 12h00 à 14h00, lundi et/ou vendredi de 8h00 à 10h00 Natation : mercredi de 8h00 à 9h00
Public	Adultes
Activités	Triathlon : Entraînements et participations aux compétitions locales, régionales, nationales ou, exceptionnellement, internationales.
Particularité	Respect du règlement concernant les tenues et discipline, du code de la route pour le vélo

PECHE



Code activité :

Tarifs	MINARM (Militaire/Civil) : 5 €
Responsables	CCH PIATROUCHIN Aleg (07 87 63 76 64) CCH COELHO LEITE Vilson (06 63 69 07 20)
Lieu	Rivières ou lacs du département de l'Aveyron
Horaires	Fréquence: 1 fois par mois selon la météo dès levé du soleil jusqu'à 18h00
Public	Adulte
Activités	Initiation à la pêche, choix de matériel, de méthode de la pêche, d'amorce et d'appât. Sorties au bord de l'eau (rivière ou lac) dans la région d'Aveyron pour la pratique.
Particularité	Carte de pêche à jour

COURSE ORIENTATION



Code activité : 115

Tarifs	MINARM (Militaire/Civil) :	5€
	Famille MINARM :	10€
	Tout public :	15€
Responsables	LTN BOURICHE Sofiane	
Lieu	Plateau du LARZAC / Camp militaire du LARZAC	
Horaires	Jeudi 20h00 – 00h00	
	Vendredi 08h00 – 10h00	
Public	Adultes et enfants	
Activités	Cours de topographie. Course à pied en terrain accidenté. Course d'orientation au temps. Course d'orientations aux points. Course d'orientation par drone.	
Particularité	Besoin Certificat médical pour la course à pied	

Sports mécaniques

Moto & Quad Cross & Enduro



Code activité : 248

Tarifs	MINARM (Militaire/civil/famille) : 15 € Autre public : 15 €
Responsable d'activité	M. WOLFANGEL Mathieu (06 49 37 95 00)
Lieu	Terrain moto cross
Horaires	Samedi : 13h30 à 19h30 dimanche : 13h30 à 19h30
Public	Adultes et enfants (accompagné par un adulte)
Activités	Moto cross et sortie enduristique le dimanche après midi
Particularités	Contactez obligatoirement le responsable des activités avant l'inscription. Respecter le règlement du terrain de moto cross, de la discipline et du responsable. Moto en bon état avec l'équipement adapté.

Moto Route



Code activité : 134

Tarifs	tout public : 15 €
Responsable d'activité	SGT PEREIRA DOS SANTOS MARIO (mano.pereira-dos-santos@intradef.gouv.fr) ADJ BONNIER Quentin (06.43.63.21.27)
Lieu	Routes d'ici et d'ailleurs
Horaires	A la journée
Public	Tout public ayant une moto
Activités	4 sorties annuelles type road Trip
Particularités	Contactez obligatoirement le responsable des activités avant l'inscription. Contraintes : disponibilité des participants. Obligations : avoir une moto avec tous les papiers en règle à son nom et l'équipement nécessaire.

Sports de précision

Tir à plomb



Code activité : 298

Tarifs	MINARM (Militaire/Civil/Famille) : 20 €	Licence FFTir 69 € (adulte) 49 € (enfants)
Responsables	Mme ARDELEAN Carla Lorena 06 79 33 08 33 ADJ ARDELEAN Victor Andre	
Lieu	Bâtiment 74	
Horaires	Jeudi 17h45 – 18h45 et sur RDV	
Public	Adultes et enfants a/c 8 ans accompagnés par leurs parents	
Activités	Tirs carabine et pistolet à plomb, précision à 10 mètres	
Particularités	Chaussures à semelle plate et tenue décente pour les non licenciés FFTir Pour les licenciés et compétiteurs la tenue spécifique de tir sportif est fortement conseillée et obligatoire en compétition Les détenteurs d'arme de tir à plomb personnelle peuvent l'utiliser aux entraînements, ainsi que leur équipement personnel Contactez impérativement le responsable des activités avant l'inscription.	

Tir Sportif



Code activité : 298

Tarifs	MINARM (Militaire/Civil/Famille) : 25 € Civil (hors MINARM) : 50 €	Licence FFTir 87 € (adulte) à confirmer 65 € (enfants)
Tarif bis	Si vous désirez adhérer au Tir Sportif + TLD, ajoutez 20€ au tarif de base d'une section	
Responsables	M. DE MATOS Philippe (06.29.26.72.91) M. WOLFANGEL Mathieu (06 49 37 95 00)	
Lieu	CT01-02 ou CT08	
Horaires	Lundi et mercredi après-midi (sous réserve de disponibilité) 13h45 à 17h00 Vendredi matin 8h30 à 11h30	
Public	Adultes et enfants accompagnés par les parents	
Activités	Tirs armes de poing, Tirs longue distance et rechargement.	
Particularités	Short interdit Licence en cours de validité et signée par un médecin agréé. Licence FFTir de la saison à payer qu'UNE seule fois, valable du 01/09/2026 au 31/08/2027. Lunette de tir et protections auditives obligatoire. Détenition d'armes à jour avec un exemplaire détenu par le club. Toute arme personnelle est soumise à demande d'autorisation d'accès validée par le chef de corps de la 13 ^e DBLE Pour les calibres 9mm, 22LR, 223 et 308, possibilité d'acheter les munitions au club. Chaque adhérent devra remplir et signer un Contrôle Primaire qui sera transmis à l'OPSR en version papier et informatique par le responsable d'activité. Contactez impérativement le responsable des activités avant l'inscription.	

Tir Longue Distance



Code activité : 297

Tarifs	MINARM (Militaire/Civil/Famille) : 25 € Autre public : 50 €	Prix de licence FFTir : 87 € (payer une seule fois)
Tarif bis	Si vous désirez adhérer au TLD + Tir Sportif, ajoutez 20€ au tarif de base d'une section	
Responsable	M. JOUANEN Philippe (06.22.25.07.03)	
Lieu	Camp du Larzac	
Horaires	Lundi : de 13h45 à 16h00 selon disponibilité des champs de tir et météo Vendredi : de 08h30 à 11h30 selon disponibilité des champs de tir et météo	
Public	Adultes	
Activités	• Découverte et perfectionnement au tir longue distance • Tirs de 400m à 1850m (tout calibre, jusque .50) • Approfondissement des connaissances balistiques en salle de cours en cas de météo défavorable • Approfondissement du travail tireur/spotter • Participation à des compétitions nationales et internationales (King of 1 mile, king of 2 miles, championnat de France de la FCD, etc.) • Tout niveau bienvenu, le club possède une carabine Remington 700 en calibre 308 à disposition des tireurs	
Particularités	Aucun abris sur le champ de tir, prévoir un équipement en conséquence Contactez impérativement le responsable des activités avant l'inscription.	

Ball-Trap club des Templiers



Code activité : 105

Tarifs	MINARM (Militaire/Civil/Famille) : 25 € Autre public : 30 €
Responsable	ADJ LENS (06 69 79 66 07) SGT PEREIRA DOS SANTOS
Lieu	Zone vierge à l'arrière de TC01
Horaires	Vendredi de 13h30 à 17h30
Public	MinArm; famille MinArm, tout public Adulte
Activités	• Tir sur plateaux d'argile en discipline "Trap Américaine"
Particularités	Port de protection auditive obligatoire. Licence FFBT de la saison à payer qu'une seule fois. Certificat médicale FFBT. La demande d'accès véhicule sera demandé à l'OPSR par le responsable d'activité. Toute arme personnelle est soumise à demande d'autorisation d'accès validée par le chef de corps de la 13ème DBLE. Uniquement les fusils de calibres 12/76 seront autorisés. Contactez impérativement le responsable des activités avant l'inscription.

Airsoft



Code activité : 295

Tarifs	MINARM (Militaire/Civil/Famille) : 10 €
Responsable	LTN DIEVAL Mathis
Lieu	Quartier de Castelnau – Camp du Larzac (BICUBE, PERFOR, Banlieue 13)
Horaires	Vendredi après-midi (heure de service)
Public	Personnels du camp du Larzac
Activités	Affrontements en zone urbaine d'équipes airsoft avec différents scénarios, faisant l'objet de fiches de séances préparées
Particularités	/

Pétanque



Code activité : 170

Tarifs	MINARM (Militaire/Civil/Famille) : 5 € Autre public : 5 €
Responsables	M. COMBES (06 03 29 25 44) ADC LEUNG
Lieux	Quartier ou boulodrome de la Cavalerie
Horaires	Lundi : 20h30 Jeudi : 12h à 14h
Public	Tous publics
Activités	Préparer le championnat
Particularités	Néant

Activités artistiques

Art Tapissier Fauteuil



Code activité : 617

Tarifs	Tout public : 15€
Responsable	Mme MIGNOT Maria
Lieu	Bâtiment 113 – 1 ^{er} étage
Horaires	Lundi de 14h à 17h ou 15h / 17h30 selon disponibilité de l'anilmatrice
Public	Adultes
Activités	Réfection et restauration de garnitures de sièges tapissiers en amenant son matériel à rénover.
Particularité	Les objets présents, les outils utilisés ainsi que la nature de cette activité rend incompatible la présence d'enfants à l'intérieur du local.

Gravure



Code activité : 584

Tarifs	MINARM (Militaire/Civil/Famille) : 5 € Autre public : 15 €
Responsables	CCH SUMILOV Evghenii (06 15 33 73 53) CCH CARABADJAC Vitali (06 08 43 80 37)
Lieu	Bat 76
Horaires	Lundi : de 19h00 à 20h00 (selon rendez-vous)
Public	Adultes
Activités	Gravure sur différents support, entretien e mise en forme de différents matériels.
Particularité	Utilisation des équipements de protection individuel obligatoire. Articles non commercialisables.

Couture



Code activité : 513

Tarifs	MINARM (Militaire/civil/famille) : 7 € Autre public : 25 €
Responsable d'activité	Mme LOPEZ NAVARRETE Diana (0698430680) Mme BRUNET Anne-Gaëlle
Lieu	Bâtiment 113 – 1 ^{er} étage (Local couture)
Horaires	Le mardi entre 9h et 16h
Public	Adultes et enfants à partir de 10 ans accompagné d'un parent.
Activités	Aide à la réalisation de projets en couture.
Particularité	Néant

Activités culturelles et cohésion

Section féminine

« Les Carda Belles de la 13 »



Code activité : 558

Tarifs	MINARM (Militaire F/civils F/famille F) :	Inclus dans la licence CSAL
Responsable	Mme LAUNAY Alexia	
Lieu	Bâtiment 113 – 1 ^{er} étage – Salle commune	
Horaires	Selon rendez-vous	
Public	Conjointes d'un ressortissant du MINARM au camp du Larzac et le personnel féminin du MINARM.	
Activités	Rencontres et activités à caractère culturel, sportif, de détente et/ou loisirs.	
Particularité	Activités ouvertes personnel féminin uniquement.	

DJ'ing



Code activité : 512A

Tarifs	MINARM (Militaire/Civil/Famille) :	5 €
	Autre public	15 €
Responsable	MJR PORNET (06 75 63 75 28) SGT PEREIRA DOS SANTOS	
Lieu	A venir	
Horaires	Mercredi et vendredi après-midi	
Public	Tout public de plus de 16 ans	
Activités	Mixage, apprentissage matériel et animation soirée	
Particularités	Détenir un PC portable	

Musique Groupe



Code activité : 522

Tarifs	MINARM (Militaire/Civil/Famille) :	5 €
Responsable	ADC CLARCK-TEFAU Axel (24951) ADC DE LIMA Leonardo (0620202755)	
Lieu	A Venir	
Horaires	Selon disponibilité	
Public	Tout public	
Activités	Concerts sur la Journée des arrivants/ journée famille/ JPO/ etc... dès que possible	
Particularités	Voir avec le responsable de l'activité	

Apiculture



Code activité : 566

Tarifs	MINARM (Militaire/civil/famille) :	5 €
	Autre public :	15 €
Responsable	M. RIVES Michel (06.43.11.23.84) MAJ @ DEUTSCHMANN	
Lieu	Rucher-école Cdt. François LANTERI (13° DBLE)	
Horaires	1 samedi par mois : de 14h00 à 16h30	
Public	Adultes et enfants (7 ans minimum et accompagné d'un adulte).	
Activités	Initiation à l'apiculture	
Particularité	Allergiques s'abstenir	

Bassecour



Code activité : 619

Tarifs	MINARM (Militaire/civil/famille) :	5€
Responsable	CNE HALLIER (06 81 63 64 02)	
activité	ADJ LUKASZUK (06 43 86 89 87)	
Lieu	Poulailler BCC	
Horaires	Tous horaires tous les jours (clé à percevoir au SG ou PLE)	
Public	Militaires, civils et familles du camp du Larzac	
Activités	Elevage de volaille	
Particularité	Activité dont l'objectif est la sensibilisation à la biodiversité	

Jardinage



Code activité : 571

Tarifs	MINARM (Militaire/Civil/Famille) :	5 €
Responsable	CNE MANOLACHE Mirela (06.98.15.64.51)	
Lieu	Terrain élaboré à l'antenne médicale	
Horaires		
Public	MINARM (Militaire/Civil/Famille)	
Activités	Travailler la terre afin de créer un potager et apprendre les notions de base de jardinage (semier, repiquer, planter, tailler, etc...) permettant de faire profiter aux adhérents les fruits de leur activité.	
Particularités	S'équiper, au minimum, avec des outils pour jardiner. La tenue doit être adaptée à la discipline et l'outillage à charge de l'adhérent si plus de dix participants.	

Activités mise en sommeil

Non activé pour l'instant, à la recherche d'un responsable

Rugby à 7



Code activité : 144

Tarifs	MINARM (Militaire et civil) : 5 €
Responsable	
Lieu	Stade municipal de La Cavalerie
Horaires	
Public	Personnel MinArm
Activités	Rugby à VII / R-TOUCH / Rugby à XV
Particularités	Néant

Bibliothèque



Code activité : 506

Tarifs	MINARM (Militaire F/civils F/famille F) : Inclus dans la licence CSAL
Responsable	
Lieu	Bâtiment 113 – 1 ^{er} étage – Salle commune
Horaires	
Public	
Activités	
Particularité	

Parachutisme



Code activité : 137

Tarifs	MINARM (Militaire/civil/famille) : Autre public :	Licence FFP :
Responsable d'activité	SCH JUREK	
Lieu		
Horaires		
Public		
Activités		
Particularités	Contactez le responsable de l'activité Pour tout renseignement et avant toute inscription,	

Judo



Code activités : 130

Tarifs	MINARM (Militaire/Civil/Famille) : 5 € Autre public : 30 €	Licence FFJDA : voir responsable
Responsable	CCH CIUCA Giovanni	
Lieu	Bâtiment 88	
Horaires	Mercredi (Salle de fête La Cavalerie) 13h30 à 16h30 (enfant et adolescent) Mercredi 19h30 à 21h30 (sur rendez-vous pour tout public) Vendredi 08h00 à 10h00 (Tout public)	
Public	Adultes et enfants	
Activités	Découverte, perfectionnement du judo pour l'aguerrissement personnel, les compétitions sportives et l'auto défense.	
Particularités	La section est vouée aux compétitions des fédérations délégataires de niveau national et international et aux formations qualifiantes.	

La tenue doit être adaptée à la discipline.
 La complexité des sports de combat requiert un encadrement qui répond aux exigences juridiques et réglementaires bien précises.
 Chaque adhérent devra remplir et signer un **Contrôle Primaire** que sera transmis à l'OPSR en version papier et informatique par le responsable d'activité.
Contactez impérativement le responsable des activités avant l'inscription.

Karaoké



Code activité : 512B

Tarifs	Tout public : 10 €
Responsable	CNE AUTIER (06 08 62 58 87)
Lieu	Bâtiment 70
Horaires	Vendredi 16h – 19h
Public	Adulte à partir de 16 ans
Activités	Chant loisir
Particularités	Détenir un PC portable

Loisirs créatifs



Code activité : 504

Tarifs	MINARM (Militaire F/civils F/famille F) : 10 €
Responsable	Mme Priscilla NADAL (06 73 13 47 58) → séances pour les enfants
Lieu	Bâtiment 113 – 1 ^{er} étage – Salle commune
Horaires	Enfants – mercredi de 10h00 à 12h00
Public	Adultes et enfants
Activités	Voir avec les responsables de l'activité
Particularité	Enfants à partir de 3 ans – groupe de 10 maximum Ouverture de la section en fin d'année 2025

Apprentissage Français / Langues Etrangères

Code activité : 603

Tarifs	MINARM (Militaire/civil/famille) : 5 €
Responsable activité	Mme Andrada Bernard (07.68.05.80.55) ; andrada110287@gmail.com
Lieu	Maison des familles de la 13DBLE / visioconférence sur demande
Horaires	Samedi, Dimanche entre 10h et 12h, sur inscription (groupes selon demandes inscription)
Public	MINARM (Militaire/civil/famille)
Activités	Culturel
Particularité	groupes selon niveau, horaires exactes à confirmer après constitutions groupes, suite inscriptions