INSEE PARIS CLUB

IPC

2026-2027

Adresse Internet : http://inseeparisclub.fr/pluxml/
Adresse mail : **:DG75-INSEE Paris Club**



LA PRATIQUE DU SPORT POUR TOUS

Quel que soit votre niveau, c'est la possibilité que vous offre l'INSEE PARIS CLUB.
L'INSEE PARIS CLUB, c'est une vingtaine de disciplines sportives (voir page 4).

Toute personne désirant créer (en fonction des créneaux disponibles) ou s'occuper d'une discipline ou bien organiser des tournois sera la bienvenue parmi nous.

L'INSEE PARIS CLUB, c'est aussi un bureau composé de 3 personnes, 30 responsables de sections que nous remercions pour le travail effectué tout au long de l'année.
L'appartenance à l'INSEE PARIS CLUB permet à chacun de pratiquer dans une bonne ambiance la discipline de son choix.

Vous pouvez nous rejoindre sur le site internet de l'IPC http://inseeparisclub.fr ou nous contacter à :DG75-INSEE Paris Club (en interne, par la messagerie Insee) ou http://inseeparisclub.fr/pluxml/index.php?contact.

Bonne saison sportive.

PLANNING DES ACTIVITÉS SPORTIVES À MALAKOFF (Gymnase Jacques Duclos, Gymnase René Rousseau)

<table>
<tr><th rowspan="2">JOURS</th><th rowspan="2">HORAIRES</th><th colspan="2">Salle « tennis de table »</th><th colspan="2">Salle « Gymnastique »</th><th rowspan="2">Grande Salle</th><th rowspan="2">Salle de musculation</th></tr>
<tr><th>Salle 1</th><th>Salle 2</th><th>Tatami</th><th>Parquet</th></tr>
<tr><td rowspan="2">LUNDI</td><td>12h - 13h</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td rowspan="2"></td><td rowspan="7">Libre service de 12h à 14h</td></tr>
<tr><td>13h - 14h</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td rowspan="2">MARDI</td><td>12h - 13h</td><td rowspan="2">Tennis de table[1]</td><td></td><td></td><td></td><td rowspan="2">Cours de Tennis</td></tr>
<tr><td>13h - 14h</td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td rowspan="2">MERCREDI</td><td rowspan="2">12h - 13h30</td><td></td><td></td><td></td><td rowspan="2">Kobudo[2]</td><td rowspan="2">Volley</td></tr>
<tr><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td rowspan="2">JEUDI</td><td>12h - 13h</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td rowspan="2">Badminton</td></tr>
<tr><td>13h - 14h</td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td rowspan="2">VENDREDI</td><td>12h - 13h</td><td rowspan="2">Tennis de table</td><td rowspan="2"></td><td>Yoga dynamique</td><td></td><td rowspan="2">Badminton / Volley</td></tr>
<tr><td>13h – 14h</td><td></td><td></td></tr>
</table>

1 Compétitions : soirées à réserver en début de saison à Duclos

2 Gymnase René Rousseau

PLANNING DES ACTIVITÉS SPORTIVES À MONTROUGE (Gymnase / Stade Maurice Arnoux)

JOURS	**HORAIRES**	**Stade Maurice Arnoux**				**White** (Salles de réunion hors visio)
		Motricité	**Tatami**	**Gymnase**	**Stade**	
LUNDI	12h - 13h	Renforcement musculaire, cardio (Marina)	Karaté		Football féminin	Sophrologie, Échecs
	13h - 14h	Danse Fitness (Marina)				
MARDI	12h - 13h	Disponible	Hatha Yoga	Basket		
	13h - 14h	Pilates (Margault)				
MERCREDI	12h - 13h	Renforcement musculaire (Audrey)		Qi Gong & Tai Chi	Football	
	13h - 14h	Salsa cubaine				
JEUDI	12h - 13h	Circuit training (Aurélie)	Karaté			
	13h - 14h	Pilates (Aurélie)				
VENDREDI	12h20 - 13h20	Pilates (Aurélie)				

SECTIONS	RESPONSABLES	TÉLÉPHONE	BUREAU	PROFESSEURS
ARTS MARTIAUX	José LOBO Dominique PENOT	(01 87 6) 9 54 77 9 54 78	3-C-532 3-C-532	José LOBO Dominique PENOT
BADMINTON	Yves COLTIER	9 55 53	4-C-386	
BASKET-BALL	Sébastien HALLÉPÉE	9 63 96	2-B-274	
SALSA CUBAINE	Antoine LANHER	9 61 91	4-A-116	Solène
ÉCHECS / JEUX SOCIÉTÉ	Tanguy BARTHELEMY YVES COLTIER	9 55 64 9 55 53	4-C-396 4-C-386	
FOOT LOISIR	Vincent GOMBAULT	9 60 59	3-B-142	
FOOT LOISIR FEMININ	Marine SEILLES	9 63 60	5-C-446	
FOOTBALL COMPETITION	Manuel HONTANGS	9 51 90	3-D-674	
RENFORCEMENT / CIRCUIT TRAINING	Véronique TESSIER	9	5-B-306	Aurélie HERISSON Marina QUILES Audrey ANTOINE
KOBUDO	Jean-François HERDOIN Dominique PENOT	06 22 28 25 30 9 54 78	3-C-532	Georges MANULELIS Jean-François HERDOIN
MUSCULATION				
NATATION/PISCINE	Séverine CLEMENT	9 58 94	5-C-356	
PILATES	Daniel RULFI	9 60 56	3-B-140	Margault STEINEUR Aurélie HERISSON
SOPHROLOGIE	Sonia LUBIN	9 51 10	2-D-584	Laurence PENLOUP
TAI CHI et QI GONG	Yves-Laurent BENICHOU Jérôme LEBRUN Valérie DEJONGHE	9 59 02 9 64 65	5-C-356 2-A-032	Maître Tun Ken WONG
TENNIS	Jean-Samy AZIZ	9 60 58	3-B-142	Julien CHOUCAIR
TENNIS DE TABLE	Corinne TCHOBANIAN Fabien MAZENOUX (Compétition)	9 57 89 9 57 20	1-C-526 1-C-314	
VOLLEY-BALL	Philippe PLUTINO	9 64 07	2-A-034	
YOGA	Emilie RAYNAUD Emilie CUPILLARD	9 63 69 9 62 89	2-B-212 1-B-234	Salma El Assaad (Hatha yoga) José TORRENTE (Yoga dynamique)
DANSE FITNESS	Véronique TESSIER	9	5-B-306	Marina Quiles

■IPC

L'association dite INSEE PARIS CLUB, fondée en 1975, a pour objet la pratique de l'éducation physique et des sports. Sa durée est illimitée. Elle a son siège au 88 Avenue Verdier – 92541 MONTROUGE CEDEX. Cette association a été déclarée à la Préfecture de police sous le numéro 28329P le 8 octobre 1975 (J.O. du 29/10/75). L'agrément du Secrétariat d'État à la Jeunesse et aux Sports a été accordé à l'association sous le numéro 75-9-156, par arrêté en date du 25 mars 1977.

L'IPC a remporté en 1980, la coupe académique de l'entreprise la plus sportive de l'Île-de-France, challenge organisé par le Ministère de la Jeunesse et des Sports. En mars 2018, l'association a reçu le trophée de l'entreprise remis par le Comité Départemental Olympique et Sportif de Paris.

Le club est entièrement géré par des bénévoles.

Président	**Jean-Samy AZIZ**	**Bureau 3-B-142**	**01.87.69.60.58**
Secrétaire	**Véronique TESSIER**	**Bureau 3-B-240**	**01.87.69.61.41**
Trésorier	**Vincent GOMBAULT**	**Bureau 3-B-142**	**01.87.69.60.59**

■DISPONIBILITES DES CRENEAUX

Les créneaux sont accessibles de la rentrée scolaire à la sortie des classes sauf durant les vacances de Noël et la deuxième semaine des autres vacances scolaires (Toussaint, hiver et printemps).

■LA COTISATION A L'IPC

Pour pratiquer un ou plusieurs sports au sein de l'IPC, l'adhérent doit s'acquitter, auprès du responsable de section du sport principal, de la cotisation annuelle qui est de **28 €** pour les agents de l'INSEE et de **40 €** pour les extérieurs.

Cette cotisation doit être obligatoirement réglée dès le démarrage de l'activité afin de faciliter la tâche des responsables et de remettre un fichier à jour à la Mutuelle des Sportifs (l'assurance de l'IPC). Pour s'acquitter de la cotisation IPC, les adhérents devront libeller, **en toutes lettres**, leur chèque à l'ordre de « **INSEE PARIS CLUB** ».

Important : Pour les **sports de compétition (licence fédérale**), la pratique est conditionnée à la fourniture d'un certificat médical d'aptitude à pratiquer cette discipline au moment de la prise de licence.

La carte **annuelle** Insee Paris Club, remise lors de l'inscription, peut être demandée aux adhérents lors de l'accès aux installations : gymnase Jacques Duclos, gymnase René Rousseau, piscines et gymnase/stade Maurice Arnoux. Cette carte a une couleur différente à chaque nouvelle saison sportive.

■REMBOURSEMENT MUTUELLE OU AUTRE ORGANISME Les membres de l'IPC (à jour de leur cotisation) et **adhérents de la MGEFI** peuvent se faire rembourser les frais engagés à l'IPC à hauteur de 30 €. Des reçus seront transmis à tous les adhérents fin novembre par le bureau de l'IPC, via les responsables de section, afin d'effectuer leur demande auprès de la mutuelle de l'Insee (Timbre X801). La demande d'allocation à la pratique sportive peut être effectuée directement en ligne : https://www.mutuelle-insee.fr/prevention/la-pratique-sportive (une demande par année civile).

■CHAMPIONNATS ET COMPÉTITIONS CORPORATIFS Si vous voulez pratiquer une activité sportive (football, karaté, basket, tennis, tennis de table) et participer aux différents championnats et compétitions corporatives, n'hésitez pas à nous rejoindre. Contactez les responsables des sections concernées.

■MODE DE PAIEMENT

Les cotisations et participations aux cours sont versées par les adhérents en début de saison pour la **totalité de la saison**. Cependant, ce versement peut être effectué en plusieurs chèques (3) et être encaissé par l'association en début de chaque trimestre. **Le montant de la cotisation doit être totalement intégré au premier chèque**. Les adhérents indiquent au dos du chèque la nature de l'opération (cotisation, cours, libre-service), leur nom, leur prénom et le trimestre d'encaissement souhaité.

Dès réception des chèques, les responsables de section saisissent le montant et la nature de l'opération dans **l'application de gestion IPC** (http://inseeparisclub.fr/appli).

■COMMUNICATION

N'hésitez pas à consulter le site internet de l'IPC ou à regarder les panneaux d'affichage réservés à l'association situés à chaque étage.

TARIFICATION DES SECTIONS		
Pour toutes les sections :	Cotisation annuelle IPC : **28 €** (**interne** INSEE) 4**0 €** (**externe** INSEE)	Cette cotisation ouvre l'accès à toutes les sections.
SECTIONS	Une adhésion complémentaire est demandée pour les sections animées par un professeur extérieur ou engageant des équipes en compétition.	
ARTS MARTIAUX (Chanbara, Karaté et Shotokan)	-	
BADMINTON	-	
BASKET-BALL compétition	Compétition corpo : 150 € (cotisation annuelle IPC comprise)	
DANSE AFRICAINE	Grille tarifaire	
SALSA CUBAINE	Grille tarifaire	
RENFORCEMENT / GYM TONIC	Grille tarifaire	
BACHATA		
FOOTBALL LOISIR		
FOOTBALL Compétition	Compétition corpo : 150 € (cotisation annuelle IPC comprise)	
KOBUDO	-	
PILATES	Grille tarifaire	
SOPHROLOGIE	Grille tarifaire	
TAI CHI QI GONG	Grille tarifaire	
TENNIS	Grille tarifaire	
TENNIS DE TABLE	Compétition corpo (licence) : 52 €	
YOGA	Grille tarifaire	
ZUMBA	Grille tarifaire	
NATATION / PISCINE	Piscine de Vanves : 10 tickets pour 33 €	

Grille tarifaire :

Nb d'heures / semaine **et par section**	**Catégorie A**	**Retraité A**	**Catégorie B**	**Retraité B**	**Catégorie C**	**Retraité C**
1h	170	120	120	90	90	70
1h30 (Tai Chi)	220	150	150	110	110	80
2h	260	180	180	130	130	90
3h	340	230	230	160	160	110

Exemples de tarification :

Un adhérent catégorie A souhaite participer à 2 cours de Yoga : 260 euros/an

Un adhérent catégorie B souhaite pratiquer 1h de tennis et 1h30 de Tai Chi : 120 + 150 = 270 euros/an

Un adhérent retraité catégorie B souhaite pratiquer 1h de yoga et 1h de renforcement : 90 + 90 = 180 euros/an

Le tarif catégorie A s'applique aux extérieurs (agents hors Insee et hors SSM).