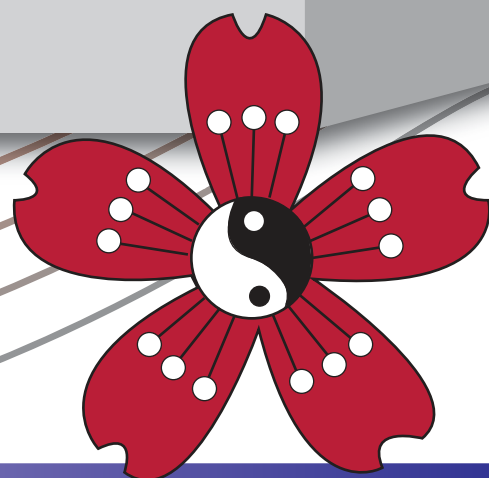


Présentation des Clubs et Associations Sportives 2025-2026



Tenchi Budo Olne : Aïkido



Association
sportive

Description

L'Aïkido est un art martial visant à mieux utiliser son corps et son esprit. Il permet de se défendre en se servant de la force de son adversaire pour le maîtriser rapidement dans la bienveillance. Notre école met l'accent sur des valeurs morales comme le respect, la convivialité et la bonne humeur tout en gardant une efficacité martiale. Possibilité de pratiquer en famille.

Renseignements

Responsable :

Daniel Bisinella

Téléphone:

0497/40.22.69

Mail:

info@tenchibudo.com

Age: à pd 6 ans

Salle de danse
Lundi : 18:15 - 20:15
Mercredi : 19:15 - 21:00

Badminton



Association
sportive

Description

Vous êtes un(e) adulte, vous avez une tenue de sport, une raquette de badminton et envie de bouger, de vous dépenser, de rencontrer d'autres personnes, alors il faut venir "taper le volant" dans une ambiance détendue et conviviale.

Nul besoin d'être un joueur chevronné.

Renseignements

Responsable :

Anne-Lise Deblon

Téléphone:

-

Mail:

aldeblon@gmail.com

Age:

Adultes

Hall de sport
Mercredi : 14:00 - 16:00

Basket Club Olne



BCC



ZIM
ZAM
ZOUM

Association
sportive

Description

L'objectif principal du club est de donner un visage festif et sympathique au sport régional verviétois, tout en alliant un basket de qualité et basé sur des principes forts : une équité dans le temps de jeu, la recherche d'un jeu attractif dans lequel chaque joueur est impliqué, ainsi qu'un sens aiguisé de la troisième mi-temps.

Renseignements

Responsable :

Christophe Berholet

Téléphone:

0498/21 39 78

Mail:

chris_bertholet@hotmail.com

Age: **adultes**

Hall de sport
Entraînement le jeudi soir
Match :
Le samedi ou le dimanche

Dimension Sport



Association
sportive

Description

Nous essayons de proposer aux enfants un contenu des plus variés (plus de 50 activités et sports différents). Depuis toujours, nous avons essayé de privilégier un encadrement professionnel et responsable. Chaque stage reste pour nous un défi de mieux travailler encore et cela pour les 10 prochaines années. Axés sur les sports nouveaux, nous proposons aux enfants un contenu des plus variés (plus de 30 sports différents et autres activités artistiques, culturelles, ...). Nos permanents travaillent toute l'année afin de construire des séances adaptées à chaque âge (réalisation de fiches dans chaque discipline, formation à l'étranger dans les nouveaux sports, ...).

Renseignements

Responsable :

Marc Nibus

Téléphone:

087/74.35.50

Mail:

info@dimension-sport.be

Age:

Pour tous

Hall de sport
Jeudi: Escalade : 17:00 - 20:00

Théâtre de la Métamorphose

Association
culturelle

Description

Le théâtre de Développement Personnel a cette capacité unique de mettre le corps en mouvement, de se connecter avec son être physique, émotionnel et mental. L'alliance du théâtre et du coaching offre une approche globale qui intègre le corps, l'esprit et le cœur.

Cette approche vise à reprogrammer positivement le subconscient par le biais du théâtre et du jeu d'acteur. Les cours de théâtre de développement personnel ne sont donc pas de simples cours de théâtre. Ici pas de Poquelin ou de texte à proprement parler.

En permettant aux élèves de jouer différents personnages et de s'immerger dans des situations théâtrales, nous leur offrons une opportunité unique de se libérer de schémas de pensées limitants, de surmonter leurs peurs /inhibitions, de créer de nouvelles croyances / connexions positives dans leur subconscient.

Cette approche combine des éléments d'expression artistique, de psychologie et de techniques de transformation personnelle pour aider les élèves à développer leur confiance en eux, à améliorer leur estime d'eux-mêmes, à renforcer leurs compétences de communication et à cultiver une vision positive d'eux-mêmes et du monde qui les entoure.

Renseignements

Responsable :
Véronique Meunier
Téléphone:
0455/12 63 05

Mail:
info@grainesdemetamorphose.be

Infos:
www.grainesdemetamorphose.be

Age:
Enfants

Salle Théo Dubois
Mardi 17:15-18:15

Danse



L'Escarpin

Association
sportive

Description

L'Escarpin est un club de danse qui a été créé en 1980, il compte 45 ans d'existence, ce n'est donc pas un bébé de l'année, et, à ce titre, il a accumulé pas mal d'expérience dans la pratique, l'enseignement et l'apprentissage de la danse. A ses débuts, il se limitait à la pratique des danses de salon : le tango, la valse, le quick-step, le cha cha, la rumba, le jive et quelques autres avec lesquelles vous ferez connaissance si vous nous faites le plaisir de nous rejoindre.

Au fil des années, les activités de notre club se sont enrichies avec l'apparition du Rock, du Boogie, des danses latines revenues à la mode, et de la Zumba ... Toutes ces disciplines sont enseignées tout au long de l'année par des professeurs confirmés et compétents. Des stages de quelques heures sont aussi organisés en cours d'année pour des danses plus spécifiques.

Renseignements

Responsable :

Georges Hanot

Téléphone:

0476/294 493

Mail:

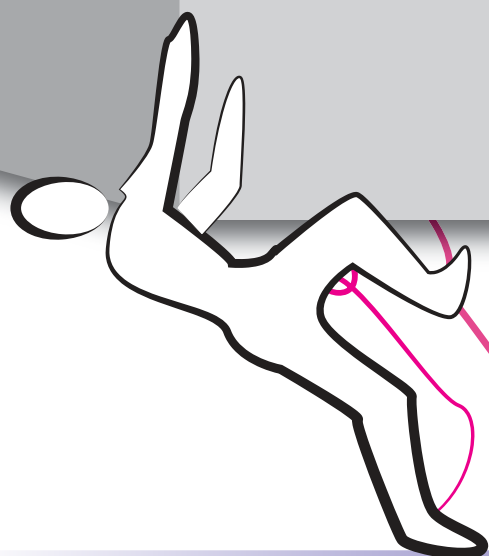
escarpin.olne@gmail.com

Age:

Adultes

Salle Théo Dubois Tous les soirs de la semaine

Escalade



Association
sportive

Description

Escalade Les Montagnards ASBL est un club d'escalade proposant des séances de grimpe libre et des cours pour enfant et adolescents.

Une équipe de professeurs et de bénévoles est là pour vous. L'objectif de cette équipe est de permettre aux grimpeurs débutants comme confirmés de venir s'adonner à leur sport favori à Olne, de profiter des plaisirs de la grimpe en salle, de s'essayer aux roches naturelles mais aussi de découvrir d'autres.

Renseignements

Responsable :

Luc Pernerer

Téléphone:

0497/69 33 73

Mail:

info@escaladelesmontagnards.com

Age:

Pour tous

Cours:

Lundi : 17:15 - 20:15
Mercredi : 14:00 - 17:00
Vendredi : 17:00 - 19:00
Samedi : 09:00 - 10:00

Session de grimpe libre:

Mardi : 18:30-20:00
Jeudi : 20:00 - 22:00
Samedi : 10:00 - 12:00

F.S. Olne



Association
sportive

Description

Le club de foot en salle Futsal Olne est inscrit à la LFFS de la province de Liège. Nous proposons une formation de foot en salle pour les jeunes.

Nous souhaitons avant tout permettre à chaque enfant de s'amuser, d'apprendre et s'améliorer en jouant.

L'entraînement a pour but d'apporter les consignes de base et les maniements de ballons nécessaires. Les matchs quant à eux vont apporter du rythme dans la pratique du sport et l'envie d'apprendre.

Cette formation comprend deux entraînements par semaine (mercredi et vendredi) ainsi qu'un match de championnat (dimanche).

Renseignements

Responsable :

Jonathan Rebuffatti

Téléphone:

0499/20.49.39

Mail:

secretariat@futsal-olne.be

Age: à pd 5 ans

Hall de sport

Mercredi et vendredi par équipe d'âge

16:00 - 20:00

Lundi match Vétérans:

21:30 - 22:30

Futsal U 35+



Association
sportive

Description

Jeune ou moins jeune ? Envie de faire ou refaire du sport ? Venez nous rejoindre !

Pour qui ?

Pour tous ceux qui ont envie de faire du sport dans une ambiance conviviale et de respect. Le principe : deux équipes de cinq joueurs. Une heure de jeu. Pas de contact et un respect mutuel. Chacun est responsable de l'intégrité de l'autre. Les équipes se forment d'une manière aléatoire à chaque rencontre.

Renseignements

Responsable :

Davy Marciniak

Téléphone:

0473/45.62.54

Mail:

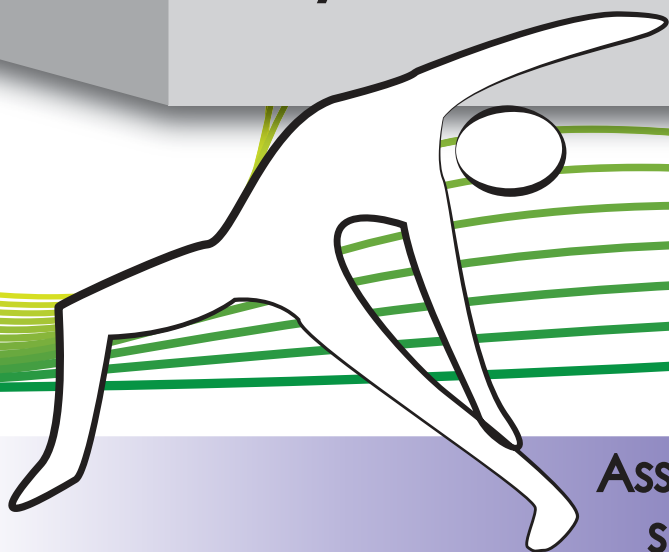
d.marciniak@moduma.be

Age:

Pour tous

Hall de sport
Mardi : 21:00 - 22:15

Gym Silhouette et Pilates



Association
sportive

Description

Pilates: mardi de 9h à 10h

Le cours idéal pour améliorer la posture, l'équilibre, la force et la souplesse tout en renforçant la tonicité des fessiers et des abdominaux profonds.

Des mouvements fluides, exécutés avec une respiration consciente aident à améliorer la mobilité globale et à soulager les maux de dos.

Gym Silhouette: mardi de 10h à 11h et jeudi de 19:00 à 20:00

Cours de tonification globale de la musculature (jambes-abdos-fessiers et haut du corps) Des exercices variés et efficaces au service de votre silhouette et bénéfiques pour votre périnée.

Le cours se termine par une série d'étirements relaxants et bienfaisants.

Renseignements

Responsable :

Fabienne Henriet

Téléphone:

0495/66 56 02

Mail:

fabienne.henriet@skynet.be

Age:

Adultes

Salle de danse
Mardi : 09:00 - 11:00
Jeudi 19:00 - 20:00

Gym Posturale



Association
sportive

Description

La gymnastique posturale est une discipline adaptée à tous et toutes, jeunes et moins jeunes. Elle alterne renforcement en profondeur et assouplissement. Les muscles profonds sont sollicités constamment. Elle agit sur l'attitude et le maintien en utilisant l'autograndissement. Elle joue un rôle curatif et préventif face aux problèmes dorsaux.

Renseignements

Responsable :

Marie-Françoise Crépin

Téléphone:

0470/665.024

Mail:

gymnastiqueposturale@gmail.com

Age:

Adultes

Salle de danse
Vendredi : 09:00 - 11:00



Jogging

Association
sportive

Description

"Courir pour le plaisir" a pour objectif principal d'amener un maximum de personnes à courir à l'aise, sans forcer, sans souci de performance. Le jogging est un moyen simple, accessible à tous, qui permet de (re)mettre le corps en action, de réagir contre la sédentarité mais aussi de développer les capacités cardio-pulmonaires, de donner ou parfaire la condition physique et de se "détresser".

Faire cet effort en pleine nature et dans la bonne humeur constitue un excellent remède contre les "agressions" de la vie courante.

"Courir pour la forme et non pour la frime" pourrait aussi être notre slogan. Chez nous, la compétition à peu d'importance, et si compétition il y a, c'est d'abord par rapport à soi-même. De manière générale, la participation prend le pas sur le résultat.

Courir doit devenir pour chaque participant un moment intense de joie, de plaisir, de relations d'amitié.

Renseignements

Responsable :

Félix Mordant

Téléphone:

0496/17.60.27

Mail:

felix.mordant@gmail.com

Age:

Pour tous

Départ du hall:

Mercredi : 17:00 - 18:15 18:30 - 19:45

Vendredi : 17:00 - 18:00

Dimanche : 10:00 - 11:30

Marche Nordique



Association
sportive

Description

Le Centre Sportif en collaboration avec Thomas Verdin organise des sessions de marche nordique deux fois par an:

- de avril à juin
- de septembre à novembre

A raison de 11 séances par session!

La première session est gratuite à titre d'essai.

Pourquoi faire de la marche nordique?

- Pour s'évader et s'aérer
- Une activité apportant un réel plus pour votre condition physique
- Renforce les articulations et les os
- Une activité complète qui fait travailler presque l'entièreté du corps.

Alors, n'hésitez plus! Et venez essayer cette superbe activité.

Renseignements

Responsables :

Simon Faway

Thomas Verdin

Téléphones:

0475/63 64 76 (S.F.)

0494/79 37 14 (T.V.)

Mail:

faway@olne.be

Age:

Pour tous

**Départ du hall de sport
Mercredi (avril, mai, juin) à**

Langages en Equilibre : Yoga



Association
sportive

Description

Le yoga est une méthode éducative complète qui englobe toute la personnalité : le corps physique, le corps mental, le corps spirituel. Chaque geste s'accomplit avec lenteur et harmonie, entre étirement et relâchement. Une qualité d'attention à soi dans l'instant présent conduit à un apaisement du corps et de l'esprit. Le yoga peut jouer un rôle positif dans le domaine de la santé physique et psychologique.

Renseignements

Responsable :

Chantal Ledoux

Téléphone:

0472/68.73.37

Mail:

chant.i@hotmail.com

Age:

Pour tous

**Salle de danse
Mercredi 09:30 - 10:45**



Marche

Association
sportive

Description

Une des trois activités du CMO est la création d'un groupe de marcheurs, voici plusieurs années.

La marche est un sport sans contrainte qui nous apporte une activité physique et mentale douce, procurant une détente, loin des soucis quotidiens.

Les bienfaits de la marche

- Prendre l'air en contemplant la nature, en arpentant des chemins et des sentiers dans une ambiance amicale ;
- Le plaisir de marcher à notre rythme pour garder la forme sans être seul ;
- Améliorer nos systèmes circulatoire et respiratoire ;
- Tonifier notre corps.

Les marcheurs Olnois vous proposent deux marches (une plus lente et une rapide) improvisées dans notre superbe région.

Renseignements

Responsables :

Jean Lemaire (marche rapide)

Claude Cornil (marche lente)

Téléphones:

0494/08.73.39 (J.M.)

0498/81.30.54 (C.C.)

Mails:

halleuxdominique@gmail.com

claudecornil@live.be

Age:

Pour tous

**Départ du hall de sport
Dimanche : 10:00**

MiniZautoClub



Association
sportive

Description

Le MiniZautoclub est un club de modélisme radio-commandé pour les voitures à l'échelle 1/28eme. Le club possède une piste en RCP et nous nous réunissons le lundi soir, de 20h30 à minuit. (Voir calendrier sur le site <https://www.minizautosclub.be/>)

L'adresse du club est celle du centre sportif d'Olne.

Centre de Sports et de Loisirs d'Olne
Chemin des Ecoliers 5, 4877 Olne

Renseignements

Responsable :

Pierre-Olivier Massin

Téléphone:

0473/28 49 37

Mail:

po.massin@gmail.com

Age:

-

Hall Omnisports
Lundi : 20:30 - 00:00
Certains samedis 09:00-14:00

Psychomotricité et Fitness

MOTRI'SPORT

Association
sportive

Description

Psychomotricité et MultiSports : Motri'Sport est une ASBL de psychomotricité, initiation sportive et multisports pour les enfants de 18 mois à 8 ans.

Notre objectif ? Faire évoluer le développement moteur à long terme de votre enfant.

Comment ? Dès le plus jeune âge, nous travaillons l'équilibre de l'enfant, sa proprioception, sa motricité globale et fine,... à travers différents ateliers, parcours, etc. Ensuite, l'enfant découvrira des jeux et activités sportives qui le mèneront à l'apprentissage de diverses compétences. Celles-ci lui permettront de choisir son orientation sportive avant de s'engager dans une discipline spécifique réalisée en club.

Fitness : 30 minutes intensives en musique, ensemble et dans la bonne humeur

Renseignements

Responsable :

**Eva Norga et
Pauline Marenne**

Téléphone:

0472/48 55 73

0483/34 54 42

Mail:

motrisport.asbl@gmail.com

Age:

àpd de 18 mois

Hall de sport

18-24 mois (+ parents) : 09:40 -10:10 (psychomotricité)

2-5 ans : 10:10 -11:00 (psychomotricité + initiation sportive)

5-8 ans : 11:00 -12:00 (multisports)

Salle du 1er étage : Fitness

Mercredi : 21:00-21:30

Percussions



OLNY DRUM'S

Association
culturelle

Description

Depuis juin 2005, le groupe de percussions sur bidon "OlnyDrum's" d'Olné (Liège) regroupe une vingtaine de percussionnistes pour exploiter la capacité rythmique du bidon.

Ce groupe amateur a la chance de prêter régulièrement comme artiste de rue et de partager un répertoire dynamique et rythmiquement varié.

Renseignements

Responsable :
Devrecker Christine

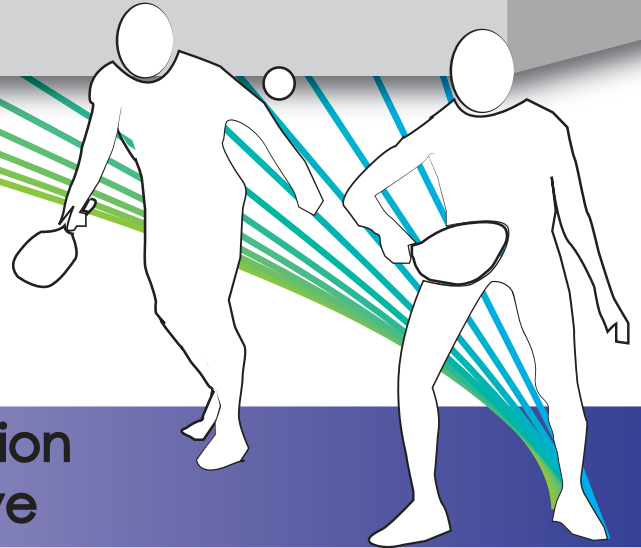
Téléphone:
0486/71.18.56

Mail:
contact@olnydrums.be

Age:
Pour tous

**Salle Théo Dubois
Dimanche après midi en
fonction du calendrier**

PickleBall



Association
Sportive

Description

Ce sport de raquettes, inventé par ennui, est devenu un sport addictif pour près de 9 millions d'Américains (une hausse de 86% par rapport à l'année 2022).

En Europe, le pickleball s'est surtout développé au Royaume-Uni (6000 joueurs) et en Suède (plus de 4000)..

Populaire, d'un coût initial abordable (l'équipement est minimum), amusant, se rapprochant plus d'un « grand ping-pong » que d'un « petit tennis », sa facilité d'apprentissage vous permettra de jouer en l'espace de quelques minutes, même sans expérience, contrairement à ce que l'on observe dans d'autres activités sportives.

Le sport est salvateur mais vient un moment, avec l'arrivée des cheveux blancs, où les défis engendrés par la pratique d'une activité physique deviennent plus complexes. Il a particularité de ne pas être exigeant techniquement et physiquement. Il est donc particulièrement accessible aux aînés.

La solution pour vous ? Le pickleball

Même si les mouvements sont doux pour les articulations et peuvent être pratiqués quelque soit votre niveau de forme physique, vous n'en développerez pas moins votre endurance cardiovasculaire, vos réflexes, votre équilibre et des compétences comme la coordination, la concentration, la réflexion rapide.

Renseignements

Responsable :

Luc Vertongen

Téléphone:

0477/62 02 34

Mail:

lucvertongen@hotmail.com

Age:

Séniors

Hall Omnisports
Jeudi 10:00-12:00
Vendredi 10:00-12:00

RJSO



Association
sportive

Description

- Football en prairie
- Plusieurs équipes de jeunes
- Organisation de tournois amicaux
- Etc.

Renseignements

Site Internet :
<http://rjsolnoise.be/>
Adresse :
30 Rue Bouteille
4877 Olne

Taichi - Qi Gong - Zhi Neng Qi Gong



Association
sportive

Description

- Qi Gong : art millénaire chinois regroupant des techniques corporelles, de l'esprit et de la respiration pour être en bonne santé.
- Tai Chi : forme martiale de Qi Gong, vise une détente profonde et une bonne mobilisation corporelle
- Zhi Neng Qi Gong du Maître Pang He Ming : développe conscience, intuition, connaissance de soi et intelligence corporelle-émotionnelle pour améliorer ses capacités (physique, mental, spirituel).

Renseignements

Responsable :

Daniel Bisinella

Téléphone:

0497/40.22.69

Mail:

shenjintaichi@gmail.com

Age:

àpd 11 ans

Salle de danse

Lundi : 20:15 - 21:30 Qi Gong

Mercredi 18:00 - 19:15 Taichi



Tennis



Association
sportive

Description

- 3 terrains extérieurs en brique pilée
- Participation aux interclubs AFT
- Cotisations modérées

N'hésitez pas à venir nous rejoindre sur le court!

Ambiance familiale et conviviale garantie!

Renseignements

Responsable :

Georges Habay

Téléphone:

0476/38.24.32

Mail:

jo.habay@infonie.be

Age:

Pour tous

Terrains de tennis du hall En saison



Danse

Association
sportive

Description

Transcen'Danse est une école de danse dans la région d'Olné avec des cours de baby, d'éveil à la danse, de danse classique, de pointes, d'atelier chorégraphique, de jazz, de claquettes, de Hip-Hop, de ragga adultes et de danse contemporaine.

Elle a pour but de développer et de promouvoir un enseignement de qualité de la danse afin de former des élèves avec de bons niveaux techniques et artistiques tout en respectant leurs capacités, en maintenant le plaisir de danse et en privilégiant l'épanouissement des élèves.

Renseignements

Responsable :

Gregory Jordens

Téléphone:

0475/33.28.81

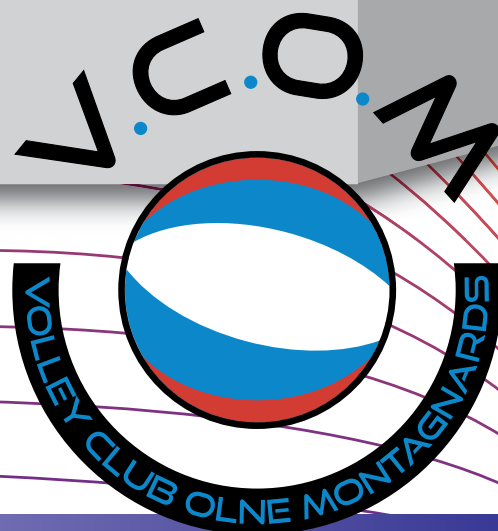
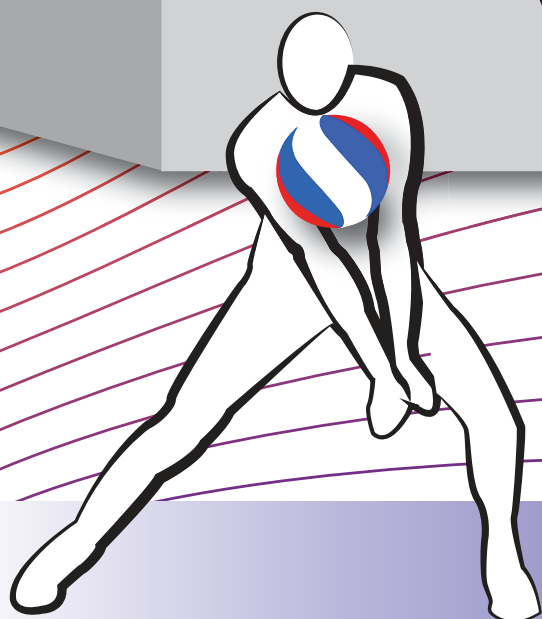
Mail:

info@transcen-danse.be

Age: **3 - 60**

**Du lundi au samedi
Dans les salles de Saint Louis,
de Théo Dubois et dans la salle de
danse du hall**

Volley



Association
sportive

Description

Sport d'équipe, le VOLLEY-BALL, est désormais présent à Olne depuis plus de 4 ans ! Dès 8 ans, fille ou garçon, rejoignez le VC Olne-Montagnards (ou VCOM pour les intimes) ! Créé il y a presque 40 ans, le VCOM fait partie des clubs phares de la province avec notamment une équipe Nationale et compte, à ce jour, une bonne centaine de membres répartis dans une petite dizaine d'équipes.

Ces dernières couvrent plusieurs catégories allant de la Nationale 3 (dames) jusqu'aux équipes d'âges (minimes et cadettes) en passant par des équipes représentant le club à différents échelons des divisions provinciales. Quelque soit votre âge et/ou votre expérience du volley-ball, nous vous invitons donc à prendre contact avec nous et, qui sait, à rejoindre le VCOM que nous nous plaisons à considérer comme une grande famille.

Renseignements

Responsable :

Robert Lapierre

Téléphone:

0473/522.331

Mail:

robertlapierre@skynet.be

Age: **Tous**

Hall de sport
Du Lundi au jeudi. 1 à 2 entraînements
semaine en fonction de l'âge et du niveau.
Match le week-end



V.T.T.

Association sportive

Description

Une des trois activités du CSO est née de la rencontre hebdomadaire entre amis passionnés de vélo tout terrain, le V.T.T. Olnois est constitué actuellement d'une vingtaine d'adhérents et propose chaque dimanche à 10h au départ du hall des sports, une rando improvisée dans notre superbe région. De plus, nous participons ponctuellement à des sorties organisées hors de notre secteur. Un séjour découverte le dernier w.e. de Septembre est également proposé, et ce quelques fois hors de nos frontières.

Le niveau de rando est cependant moyen et accessible à toute personne ayant une condition physique raisonnable.

Notre mot d'ordre est avant tout "CONVIVIALITE"

Renseignements

Responsable :

Sergio Corman

Téléphone:

0477/29.60.18

Mail:

s.corman@skynet.be

Age:

Pour tous

Départ du hall Dimanche



Shanti -Yoga

Association
sportive

Description

Ces cours emploient la technique classique du viniyoga qui vise à s'ajuster à chaque personne et insiste largement sur la coordination du rythme des respirations et du rythme des exercices. Ils sont destinés à toute personne d'au moins 15 ans.

Renseignements

Responsable :

Christian Gietka

Téléphone:

0495/57.65.52

Mail:

c.gietka@skynet.be

Age: à pd 15 ans

Salle de danse
Jeudi : 20:00 - 21:30
Vendredi 19:30 - 21:00