



# VAILLANTE OLYMPIQUE MONTAUBAN ~ MONTBETON

Club omnisports: SAMBO & GYMNASTIQUE

223 Rue de palisse 82000 MONTAUBAN

Croix de segaud Rte de Lavilledieu 82290 MONTBETON

Mail : [vaillante-olympique-montalbanaise@wanadoo.fr](mailto:vaillante-olympique-montalbanaise@wanadoo.fr) site : [www.vomontauban.com](http://www.vomontauban.com)

Tél/Fax: 05 - 63 - 63 - 41 - 50

Club labellisé F.F.LUTTE/C.N.SAMBO Ecole de SAMBO/ANIMATION/PERFORMANCE/SANTE

Centre National de formation et d'examen d'enseignants lutte, sambo et grappling

Club classé PERFORMANCE REGIONALE SAMBO, 8 athlètes en liste Haut Niveau SAMBO



Ville de  
**Montauban**



**SAMBO**

Ville de

**Montbeton**



## SAISON 2021-2022

Jours et Horaires des séances d'entraînement des deux salles spécialisées

MONTAUBAN : 200m<sup>2</sup> de tapis sambo, sauna, matériel de préparation physique, training etc...

MONTBETON : 280 m<sup>2</sup> de tapis sambo, sauna, rameur pro, matériel de préparation physique, training

Des éducateurs diplômés d'état SAMBO 4 DEJEPS - 2 BEES

Diplômés fédéraux FFLDA 4 BF1 - 8 BF2 - 2 COACH W.CARDIO-TRAINING

8 samboïstes classés en liste haut niveau et 2 sur la ranking FIAS

10 athlètes de niveau international, des médaillés de bronze monde et Europe

15 titres de champions de France, 9 vice-champions de France et 6 médailles de bronze en 2019-2020

Plusieurs sélections au championnat d'Europe, Monde, coupe d'Europe, coupes internationales A

### 2 lieux d'entraînement

#### MONTBETON Croix de Segaud



#### SAMBO SPORTIF

tarif adhésion: 160€ pour la saison sept à juin

Mercredi: 18h00/19h30 toutes catégories

Samedi: 10h00 / 11h30 poussins 6 /10 ans

Samedi: 10h00/12h00 benjamins à seniors

#### MONTAUBAN Gymnase Palisse

Mardi: 18h30/20h00 toutes catégories

Vendredi: 19h00/20h30 toutes catégories



#### SAMBO COMBAT/DEFENSE

tarif adhésion: 160€ pour la saison sept à juin

Lundi: 18h00/20h00 benjamins à masters

Vendredi: 18h30/20h00 cadets à masters



#### SAMBO CROSS CARDIO TRAINING

Mardi: 20h00/21h00

Jeudi: 20h00/21h00

tarif adhésion: 145€ pour la saison sept à juin

Lundi: 18h45 à 20h15



#### MUSCULATION/ PREPA-PHYSIQUE

Jeudi: 18h00/19h30

tarif adhésion: 145€ pour la saison sept à juin

#### BABY SAMBO de 3 à 5 ans

Mercredi: 16h45/17h45 tarif adhésion: 125€ pour la saison sept à juin



#### DATES D'OUVERTURE SAISON 2021-2022

Lundi 6 septembre 2021 puis en suivant selon jours et horaires des autres sections

INSCRIPTIONS PENDANT LES SEANCES (une séance d'essai gratuite)

Renseignements : web site : [www.vomontauban.com](http://www.vomontauban.com)

Mail : [vaillante-olympique-montalbanaise@wanadoo.fr](mailto:vaillante-olympique-montalbanaise@wanadoo.fr)

Contact: [cerutti82@orange.fr](mailto:cerutti82@orange.fr) Tel : 07/85/07/61/72



Ne pas jeter sur la voie publique