

QUIMPER.BZH

QUIMPER GUIDE PRATIQUE KEMPER STURLEVR PLEUSTREK

LOISIRS ; COMPÉTITION ; INDIVIDUEL ; COLLECTIF ; ÉQUIPEMENTS SPORTIFS ; CLUBS ET ASSOCIATIONS

DUDI ; KEVEZADEGOÙ ; HINI-HA-HINI ; A-STROLL ; AVEADURIOÙ SPORT ; KLUBOÙ HA KEVREDIGEZHIOÙ



QUIMPER,
VILLE SPORTIVE



KEMPER, KÊR
AR SPORTOÙ
2023/24



ÉDITO

Depuis 2020, nous mettons toute notre énergie à développer la pratique du sport pour tous et sous toutes ses dimensions.

Un engagement reconnu nationalement, puisque la ville de Quimper a décroché, en 2022, le label de « Ville Active & Sportive » couronnée de trois lauriers sur quatre. C'est une réelle fierté pour la Ville et une belle reconnaissance du travail engagé. Mais c'est avant tout une distinction collective. Elle honore toute une dynamique locale sportive riche et diverse, en lien avec l'Office du Mouvement Sportif (OMS) : 112 associations pour 75 disciplines, 17 000 pratiquants hebdomadaires... Un grand merci à l'ensemble des acteurs sportifs qui s'investissent sans compter pour le faire vivre.

Pour autant, pas question de se reposer sur ses lauriers, la municipalité entend répondre et accompagner les nouveaux besoins des habitants, poursuivre de nombreux projets structurants et soutenir le tissu associatif.

La rentrée 2023-2024 s'annonce d'ores et déjà particulièrement sportive, tant du point de vue de la dynamique événementielle, que dans l'avancée des travaux des nouveaux grands équipements sportifs structurants.

Ce grand mouvement sportif sera également consolidé par l'arrivée prochaine de nouveaux équipements de pointe : rénovation de la piscine de Kerlan Vian, nouvelle piste d'athlétisme à Penvillers, création d'un nouveau Skate-park, réfection des cours de tennis et création de terrains de padel à Creac'h Gwen... alors que les travaux de notre grande salle débutent parallèlement.

Quimper « Ville Active & Sportive » sera au rendez-vous de l'Olympisme. Nous aurons à cœur de faire vivre notre ville, labellisée « Terre de jeux 2024 », au rythme des jeux : Semaine Olympique et Paralympique, Ping Tour, Relais de la Flamme, Trophées Terre de Jeux, attribution de dossards pour le Marathon Grand Public...

Les mois qui viennent vous réservent de nombreuses surprises 100 % actives !

Quimper dispose de sérieux atouts : alors n'hésitez plus et parcourez ce guide afin d'y trouver votre épanouissement sportif !

CHRISTELLE QUÉRÉ

ADJOINTE À LA MAIRE DE QUIMPER
CHARGÉE DES PRATIQUES SPORTIVES

PENNAD-STUR

Abaoe 2020 e reomp hor seizh gwellañ evit diorren pleustr ar sport evit an holl en e holl zoareoù.

Un emouestl anavezet e Frañs a-bezh, pa oa bet garedonet Kêr Gemper, e 2022, gant al label « Kêr Oberiant & Sportel » loreet gant tri bod lore diwar pevar. Ur gwir lorc'h eo evit kêr hag ur pezh anaoudegezh evit al labour boulc'het. Met a-raok pep tra ez eo ur garedon a-stroll. Enoriñ a ra ul lañs roet d'ar sport er gumun, ma vez pleustret sportoù puilh ha liesseurt enni, e darempred gant Ofis Luskad ar Sport (OLS) : 112 kevredigezh evit 75 diskiblezh, 17 000 pleustrer bep sizhun... Trugarez vras d'an holl obererien a bled gant ar sport hag a laka o foan hep kontañ evit lakaat da vevañ.

N'eus ket anv da chom kousket war al lore koulskoude, fellout a ra d'an Ti-kêr respont ha harpañ ezhommoù nevez an annezidi, derc'hel da gas raktresoù frammus a-leiz da benn ha harpañ rouedad ar c'hevredigezhioù.

Feson vat zo gant distro-skol 2023-2024 war dachenn ar sport dija, ken ez eo, ken evit al lañs roet d'abadennoù, ken evit al labourioù a zo o vont war-raok evit sevel an aveadurioù sport frammus bras ha nevez.

Kreñvaet e vo al luskad bras-se evit ar sport ivez p'en em gavo an aveadurioù nevez eus ar vegenn a-benn nebeut : reneveziñ poull-neual Kerlann Vihan, leurenn atleterezh nevez e Penwiler, krouiñ ur skatepark nevez, ratreañ al leurioù-tennis ha krouiñ tachennoù padel e Krec'h Gwenn... tra m'emañ al labourioù da sevel hor sal vras e-keit-se.

Kemper « Kêr Oberiant & Sportel » he do emgav gant an Olimpegezh. Labelaet eo hor c'humun « Douar C'hoarioù 2024 ». Plijadur hor bo da lakat hor c'humun da vevañ diouzh lusk ar c'hoarioù : Sizhunvezh Olimpek ha Paraolimppek, Ping Tour, Abadenn evit ar Flammenn a-eiladoù, Trofeoù Douar C'hoarioù, Roidigezh ar c'heinennoù evit Maraton an Dud Voutin...

Er mizioù a zeu e vo kinniget kalz a souezhadennoù 100 % oberiant !

Perzhioù mat he deus Kemper : lennit 'ta ar sturlevr-mañ, deoc'h da vezañ en ho pleud war dachenn ar sport !

CHRISTELLE QUÉRÉ

EILMAERZ E KEMPER,
KARGET EUS AR PLEUSTROÙ SPORT

1

4 LA POLITIQUE SPORTIVE DE LA VILLE POLITIKEREZH SPORT AR GUMUN

2

6 LES DISPOSITIFS D'ANIMATION AR STIGNADOÙ BUHEZIÑ

- ▶ EPS à l'école An DKS er skol
- ▶ L'École municipale multisports Skol liessportoù kêr
- ▶ Le chèque « Petit Sportif » Ar chekenn « sportour bihan »
- ▶ Sport dans les quartiers Sport er c'harterioù
- ▶ Atout Sport

3

14 LES ÉQUIPEMENTS SPORTIFS AN AVEADURIOÙ SPORT

- ▶ Le parc des sports et de loisirs de Creac'h Gwen
Park sport ha dudi krec'h gwenn
- ▶ Le centre nautique Ar greizenn verdeiñ
- ▶ La location d'embarcations Feurmiñ bagoù
- ▶ Les stades Ar stadoù
- ▶ Les salles Ar salioù
- ▶ Autres équipements Ar poullouñ-neuiad
- ▶ Les piscines Aveadurioù all
- ▶ Les défibrillateurs An difibrilatorioù

4

32 LE SPORT EN LIBERTÉ AR SPORT ER FRANKIZ

- ▶ Les parcours de course d'orientation,
randonnée pédestre et de VTT
Hentad redadeg-reteriñ,
Troioù-bale war droad, Hentad troioù-bale MTB

5

38 LE SPORT DE HAUT NIVEAU AR SPORT A LIVE UHEL

6

42 LES MANIFESTATIONS SPORTIVES AN ABADENNOÙ SPORT

- ▶ Les événements An darvoudoù
- ▶ Manifestations organisées par la Ville
Abadennoù aozet gant kêr

7

46 L'ANNUAIRE DES ASSOCIATIONS BLOAZLEVR AR C'HEVREDIGEZHIOÙ





Quimper, **ville sportive** **Kemper,** **kêr ar sportoù**

Amateurs de sport nature, pratiquants de haut niveau, écoliers multiactivités... les profils des sportifs quimpérois sont divers. La Ville s'attache à mettre en œuvre une politique sportive en direction du plus grand nombre, tous niveaux et toutes catégories d'âges confondus. Elle est aux côtés de 112 associations sportives, qui représentent 75 disciplines, 17 000 adhérents et 5 000 scolaires. Pour découvrir un sport, dénicher un club ou trouver les coordonnées d'un cours, plongez-vous dans ce guide du sport.

Il vous présente l'offre sportive quimpéroise de manière pratique et précise.

LA POLITIQUE SPORTIVE DE LA VILLE POLITIKEREZH SPORT AR GUMUN

La Ville souhaite répondre aux demandes de pratiques sportives de tous. Pour cela, elle a fixé quatre priorités :

► Renforcer l'accès de tous aux équipements et espaces sportifs.

► Faire du sport et des pratiques physiques un levier d'éducation et de préservation de la santé.

► Soutenir et accompagner les clubs dans leur développement vers le haut niveau.

► Conforter l'identité de Quimper à travers l'organisation d'événements sportifs.



LA VILLE INTERVIENT DANS 4 DOMAINES KËR A RA TRAOÙ WAR 4 ZACHENN

L'AMÉNAGEMENT DE L'ESPACE TERKAÑ AN TAKAD

La dimension « pratique physique » doit être prise en compte dans les différents projets urbains afin de développer et renforcer la pratique des activités physiques. Un schéma directeur des aménagements des espaces et des chemins favorisant les modes de déplacements doux est en cours. La création d'aménagements urbains et d'équipements en accès libre est à développer. La ville de Quimper a décidé de lancer un schéma directeur sur les équipements sportifs de proximité afin de définir les besoins sur l'ensemble du territoire quimpérois.

LA CONSTRUCTION ET L'EXPLOITATION DES ÉQUIPEMENTS SEVEL HA KORVOIÑ AVEADURIOÙ

Il s'agit notamment de renforcer l'accès aux pratiques sportives en déficit d'équipements, de définir les priorités des équipements à construire sur les années futures, d'améliorer l'accessibilité pour les personnes en situation de handicap, de rendre les équipements sportifs plus conviviaux et plus fonctionnels, de satisfaire davantage d'utilisateurs et pas seulement les licenciés ou adhérents. Un schéma directeur des équipements sportifs est à rédiger pour les terrains, les salles, les équipements spécifiques : city-stades, piscine, skate et roller, Penvillers...

Pour en savoir plus sur l'actualité sportive, les manifestations, les équipements et les services, rendez-vous sur les sites :

quimper.bzh

quimper-bretagne-occidentale.bzh

HÔTEL DE VILLE ET D'AGGLOMÉRATION

DIRECTION DES SPORTS

44 PLACE SAINT-COENTIN

CS 26004 – 29107 QUIMPER CEDEX

TÉL. 02 98 98 89 28

secretariat.sports@quimper.bzh

LE SOUTIEN AUX STRUCTURES ET DISPOSITIFS

SKOAZELL D'AR FRAMMOÙ HA D'AR STIGNADOÙ

Les critères de soutien aux clubs continuent de faire l'objet d'une réflexion afin d'impliquer davantage les associations dans une logique de projet et de mieux répondre à leurs besoins. Ce travail se fait en partenariat avec l'Office du Mouvement Sportif, avec lequel une convention a été signée. L'objectif est de maintenir le niveau des subventions critérisées liées aux effectifs, aux jeunes, à l'encadrement, à la formation, aux manifestations... afin de permettre aux clubs de poursuivre leur travail quotidien.

L'ANIMATION DE LA CITÉ BUHEZIÑ KËR

Le jeune doit être au cœur du dispositif éducatif. Les clubs sportifs doivent être impliqués dans l'organisation d'événements sportifs et festifs. Il faut développer la mise en réseau des clubs et associations pour proposer des activités multisports sur les temps scolaire, périscolaire et extrascolaire. Le tout en collaboration avec la direction des sports et ses éducateurs sportifs.



LES DISPOSITIFS D'ANIMATION AR STIGNADOÙ BUHEZIÑ



L'EPS À L'ÉCOLE AN DKS ER SKOL

À la rentrée 2022, le dispositif s'est appuyé sur un partenariat conclu avec 16 associations sportives quimpéroises. Il a permis à un maximum d'enfants scolarisés, de découvrir de nouvelles activités sur des cycles de huit séances. Pour cette nouvelle année scolaire, ce partenariat est relancé sur les mêmes modalités.

Depuis septembre 2022, en lien avec les priorités ministérielles, les éducateurs sportifs territoriaux interviennent massivement sur le développement du « Savoir Rouler à Vélo ».

Cette action a pour but de sécuriser les futurs déplacements à vélo des enfants et d'accompagner l'expansion des mobilités douces.

La Ville apporte une aide éducative aux enseignants, dans la conduite des activités physiques et sportives proposées dans le cadre des enseignements d'EPS obligatoires des écoles primaires (108 h/an par élève). Outre la proposition d'activités terrestres conduites par les éducateurs sportifs municipaux et les clubs sportifs locaux (basket,

escalade, gymnastique, escrime...), la Ville conventionne également avec les clubs nautiques, pour accompagner la découverte de la voile et du kayak. Cette offre éducative a pour but de favoriser l'accès au sport pour tous en leur donnant, dès le plus jeune âge, une habitude de pratique sportive régulière et une culture sportive.



L'ÉCOLE MUNICIPALE MULTISPORTS SKOL LIESSPORTOÙ KÊR

Une formule à l'année dédiée aux plus petits

Au vu du succès rencontré les années précédentes par l'offre multisports proposée, la ville de Quimper reconduit, chaque mercredi après-midi, les créneaux de découvertes sportives destinés aux enfants âgés de 4 à 7 ans.

► Au programme : jeux d'opposition, parcours de motricité et ateliers permettant d'affirmer les conduites motrices, de favoriser l'autonomie, les capacités psychomotrices et la socialisation.

► Deux créneaux horaires sont proposés. Le coût d'inscription annuel par enfant s'élève à 63 €. L'encadrement est assuré par des éducateurs sportifs municipaux et l'effectif des groupes est limité à douze enfants par éducateur.

Au cours de l'année, et sous forme de cycles, les enfants quimpérois découvrent et s'initient à de nombreuses activités sportives.

- ▶ Sports collectifs (hand, foot, basket, hockey, ultimate, tchouk ball...)
- ▶ Sports d'adresse et de plein air (orientation, escalade, golf, vélo, sports de raquette...)
- ▶ Jeux d'opposition (gouren, judo, sumo, escrime...)
- ▶ Jeux athlétiques (lancers, sauts, courses)
- ▶ Activités d'expression (gymnastique, gymnastique rythmique, danse...)
- ▶ Vélo (apprentissage des notions de distance, de freinage, de vitesse, d'équilibre)

Par une approche ludique et une pédagogie adaptée à l'âge des enfants, les apprentissages moteurs et cognitifs sont favorisés.

| MERCREDI | TRANCHE D'ÂGE | LIEU |
|------------------|------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| de 14h à 15h | de 4 ans à 7 ans | Halle des sports de Penhars, plaine des jeux et activité vélo proposée ponctuellement au printemps à Creac'h Gwen |
| de 15h15 à 16h15 | | |

L'École municipale multisports (EMM) est proposée tous les mercredis à la Halle des sports de Penhars, à partir du 20 septembre 2023 jusqu'au 19 juin 2024, en dehors des vacances scolaires.

Les dates de l'EMM :

- ▶ 2023 : 20, 27 septembre / 4, 11, 18 octobre / 8, 15, 22, 29 novembre / 6, 13, 20 décembre.
 - ▶ 2024 : 10, 17, 24, 31 janvier / 7, 14, 21 février / 13, 20, 27 mars / 3, 10, 17 avril / 15, 22, 29 mai / 5, 12.
- Fête de l'EMM : 19 juin

Quand et où s'inscrire ?

- ▶ Se munir :
 - d'un certificat médical
 - d'un justificatif de domicile de moins de trois mois

À noter que les inscriptions débutent lors du Forum des associations du 9 septembre 2023.

Les inscriptions se poursuivent à partir du 11 septembre à l'Hôtel de ville et d'agglomération de Quimper (44 place Saint-Corentin, 29000 Quimper).



LE CHÈQUE « PETIT SPORTIF » AR CHEKENN « SPORTOUR BIHAN »

Soucieuse de permettre à tous les jeunes Quimpérois de découvrir et de s'initier aux activités sportives dans les meilleures conditions possibles et à moindre coût, la ville de Quimper propose un chèque « Petit Sportif » de 15 € pour l'année scolaire 2023/24 aux jeunes (nés entre 2013 et 2017) scolarisés du CP au CM2 à la rentrée et dont les parents ont un quotient familial inférieur à 8 (soit jusqu'à 1 061 €).

Pour en bénéficier, c'est très simple : il vous suffit de présenter votre attestation CAF précisant que votre quotient familial est inférieur à 8 (soit jusqu'à 1 061 €) lors du Forum des associations du samedi 9 septembre ou en vous rendant directement à l'accueil de l'Hôtel de ville et d'agglomération de Quimper. Si votre quotient familial est inférieur à 8, un chèque « Petit Sportif » de 15 € à votre nom et pour chacun de vos enfants vous sera remis.

► Les chèques « Petit Sportif » sont valables dès le Forum des associations qui se tient le samedi 9 septembre 2023 au parc des expositions de Quimper-Cornouaille, jusqu'au 31 décembre 2023, et ne peuvent porter que sur une inscription par enfant auprès d'une association sportive partenaire du dispositif.

► Les retraits des chèques peuvent être effectués à partir du 9 septembre 2023 au Forum des associations et à partir du lundi 11 septembre à l'Hôtel de ville et d'agglomération.

PASS SPORT

L'état et le ministère des sports se sont engagés à favoriser la pratique sportive des jeunes enfants. Le Pass Sport est une nouvelle allocation de rentrée sportive de 50 € par enfant, pour financer tout ou partie de son inscription dans une association sportive volontaire. Cette allocation est attribuée selon conditions.

Tous les renseignements sont disponibles sur le site : <https://www.sports.gouv.fr/accueil-du-site/article/le-pass-sport>

SPORT DANS LES QUARTIERS SPORTER C'HARTERIOÙ

Sport dans les quartiers est un dispositif d'animations sportives municipales à destination des jeunes Quimpérois âgés de 6 à 17 ans et des ménages avec enfant(s) en situation d'isolement.

Outre l'accès du plus grand nombre aux activités sportives, plusieurs objectifs sont visés :

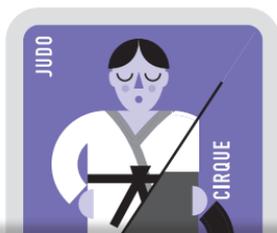
- ▶ Faciliter l'accès des jeunes filles au sport.
- ▶ Faire découvrir le sport de haut niveau.
- ▶ Mobiliser les jeunes sur des enjeux de mixité, d'intégration, de solidarité, de civisme, de comportement écocitoyen, de développement durable, de mobilité et de citoyenneté européenne.
- ▶ Informer les parents sur l'offre sportive.
- ▶ Sortir certains jeunes de l'isolement des quartiers.
- ▶ Favoriser la formation préprofessionnelle des jeunes.

Différent d'un club sportif, ce dispositif vise à initier et faire découvrir un maximum d'activités sportives aux jeunes qui ne s'intègrent pas spontanément dans les programmes d'animation proposés par les associations sportives.

Pour cela, trois éducateurs sportifs municipaux interviennent en proximité sur les quartiers, en soirée et durant les vacances scolaires.

Plus de 400 jeunes ont bénéficié en 2022 des animations sportives de proximité. 315 animations ont été organisées dont 237 sur Kermoyan et 78 sur Ergué-Armel.

La Ville place ici le sport comme un outil éducatif qui met l'accent sur les notions comme la santé (hygiène, alimentation, sommeil...), le respect (des règles, d'autrui, des installations...), ou encore l'autonomie (faire ses propres choix, être capable de s'inscrire à une activité...).



ATOUT SPORT

Proposée par Quimper Bretagne Occidentale, Atout Sport est une formule de découverte d'activités sportives, culturelles ou scientifiques que l'on peut pratiquer sur l'agglomération quimpéroise durant les vacances de la Toussaint, d'hiver, de printemps et d'été.

Elle s'adresse aux enfants à partir de 1 an, aux adolescents et, pour certains créneaux, aux adultes.

Elle permet une initiation à la carte à plus de 30 activités, à des tarifs attractifs. Des formules stages et séances famille sont également proposées. Ainsi, il est possible de pratiquer des sports en salle et en extérieur, des sports collectifs : badminton, rugby, etc., des activités nautiques et aquatiques, des activités liées au patrimoine, aux arts plastiques, au théâtre...

Le programme des activités prend la forme d'une plaquette, disponible dans les mairies de l'agglomération et sur les différents points de vente des coupons. Le programme est aussi disponible en ligne sur le site : atoutsport.qbo.bzh Un module de recherche en ligne est également proposé sur cette page internet pour faciliter vos choix.

**TROUVEZ VOS ACTIVITÉS EN QUELQUES CLICS !
L'INTÉGRALITÉ DE L'OFFRE SPORTIVE EST CONSULTABLE EN LIGNE SUR LA PAGE atoutsport.qbo.bzh**

COMMENT S'INSCRIRE ?

- ▶ Choisissez une activité aux jour, horaire et lieu qui vous conviennent. Et regardez le nombre de coupons demandés.
- ▶ Pour la plupart des activités la réservation est obligatoire (les modalités de réservation et numéros de téléphone figurent dans le programme).
- ▶ Achetez vos coupons Atout Sport à l'unité dans l'un des points de vente signalés dans la rubrique « Où acheter les coupons ». Ils ne sont pas liés à une activité précise, ils vous donnent une liberté d'accès à toutes les activités proposées, aux jours et heures de votre choix.
- ▶ Présentez vos coupons Atout Sport, en guise de règlement et d'officialisation de l'inscription, sur le lieu de pratique de l'activité.
- ▶ Une autorisation parentale est obligatoire pour les moins de 18 ans. Les adultes doivent compléter une fiche d'inscription



et la remettre à la structure partenaire (formulaire disponible dans les lieux de vente des coupons ou téléchargeable sur atoutsport.qbo.bzh).

- ▶ Un brevet de 25 mètres ou un test antipanique est exigé pour les activités nautiques.
- ▶ Un certificat médical est exigé pour certaines disciplines.

QUELS TARIFS ?

▶ Les coupons Atout Sport sont vendus au prix unitaire de 1,60 €. Un super coupon d'une valeur de 16 € (10 coupons unitaires) peut également être acheté pour faciliter le paiement des stages.

▶ Les coupons permettent de payer les activités du programme selon les tarifs indiqués, en nombre de coupon unitaire.

**ATOUT
SPORT**
À VOUS DE JOUER !

En 2024, Atout Sport évolue pour vous permettre de vous inscrire et de payer en ligne! Retrouvez toutes les informations sur : atoutsport.qbo.bzh

OÙ ACHETER LES COUPONS ?

- ▶ Dans certaines mairies de l'agglomération (Briec, Ergué-Gabéric, Guengat, Locronan, Plogonnec, Plomelin, Plonéis, Pluguffan, Quimper).
- ▶ Dans les mairies de quartier de Quimper : Ergué-Armel, Penhars, Kerfeunteun et en mairie centre.
- ▶ À la piscine Aquarive, à Cézam Sud Finistère (Centre Delta, 4 Bd de Creac'h Gwen) et à l'Office de tourisme de Quimper-Cornouaille (8 rue Élie-Fréron).

Important

Il appartient aux parents de :

- ▶ S'informer sur l'activité et de juger si elle est compatible avec l'état de santé de l'enfant.
- ▶ S'assurer de la prise en charge de l'enfant au début et à la fin de la séance, la responsabilité de l'encadrant s'arrêtant à la durée de la séance.
- ▶ En cas d'absence d'usagers ou de l'encadrant 15 minutes après l'heure annoncée du début de la séance, celle-ci sera considérée comme annulée.



LES ÉQUIPEMENTS SPORTIFS AN AVEADURIOÙ SPORT

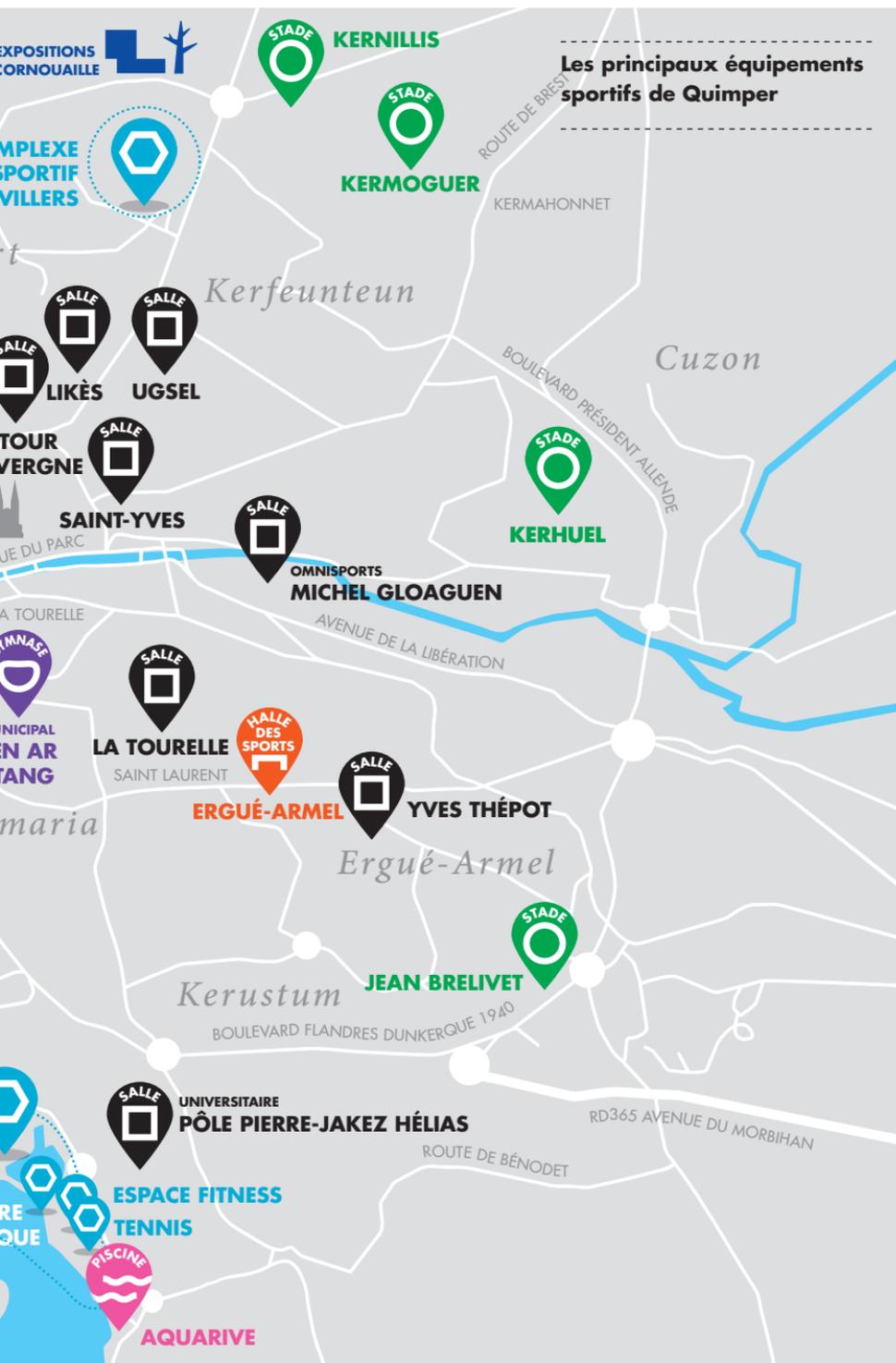
3

Les équipements sportifs sont répartis sur les différents quartiers de Quimper. Certains appartiennent à la Ville, d'autres appartiennent à des propriétaires publics ou privés que la Ville loue avant de les mettre à disposition des associations. Un planning d'utilisation des équipements est établi au mois de juin pour la saison sportive à venir pour leur occupation par les clubs et établissements scolaires.

La Ville est engagée dans trois projets phares :

- ▶ la cité sportive de Penvillers qui comprend la réhabilitation de la piste d'athlétisme et de futurs aménagements ;
- ▶ la transformation des trois terrains de tennis extérieurs et la création de deux pistes de padel à Creac'h Gwen ;
- ▶ la création d'une nouvelle aire de glisse pour toutes les pratiques.





LE PARC DES SPORTS ET DE LOISIRS DE CREAC'H GWEN

Voir plan page 22-23

PARK SPORT HA DUDI KREC'H GWENN

Un espace dédié à la détente, aux sports et aux loisirs

À proximité du centre-ville, au bord de l'Odéa, dans un cadre magnifique, le parc des sports et loisirs de Creac'h Gwen constitue un espace naturel convivial propice aux sports de plein air. C'est aussi un lieu de détente, de rencontres, de sorties en famille.



Ouvert toute l'année, ce parc de sport et de loisirs permet à tous de profiter de nombreuses possibilités de pratiques sportives en libre accès :

- ▶ Aire de glisse (en cours de redéfinition)
- ▶ Aires de jeux pour enfants
- ▶ Course d'orientation
- ▶ Départs circuits de randonnées VTT
- ▶ Espace de fitness et street workout
- ▶ Jogging
- ▶ Parcours santé
- ▶ Pêche
- ▶ Promenade
- ▶ Sports nautiques
- ▶ VTT, BMX...

Des équipements sportifs sécurisés sont mis à disposition du public et des clubs sportifs par la ville de Quimper. Le grand choix d'activités proposées en fait un pôle sportif d'exception :

- ▶ Badminton
- ▶ Football
- ▶ Football américain
- ▶ Navimodélisme
- ▶ Petite plaisance
- ▶ Rugby
- ▶ Sports nautiques
- ▶ Tennis
- ▶ Tir à l'arc...

Voir les coordonnées des clubs page 46







LA LOCATION D'EMBARCATIONS FEURMIÑ BAGOÙ

La location d'embarcations est possible durant les vacances d'été en juillet et août, du lundi au vendredi.

Au club de voile : catamaran, planche à voile, dériveur (02 98 90 04 70, voile.quimper@orange.fr).

Au club de canoë-kayak : kayak, stand up paddle (06 85 77 41 55 - 02 98 53 19 99).



LE CENTRE NAUTIQUE AR GREIZENN VERDEIÑ

► Le centre nautique de Creac'h Gwen regroupe l'ensemble des activités nautiques de la ville de Quimper. Situé au bord de l'Odet, son architecture moderne rappelle la silhouette d'un bateau. Ses aménagements favorisent la pratique de la voile, du canoë-kayak, de l'aviron, de la pêche et du modélisme. Il comprend également une salle de réunion et de cours, des entrepôts de matériel.

ASSOCIATION DE PÊCHE : 02 98 66 69 23

CLUB D'AVIRON : 07 68 88 09 12

CLUB DE CANOË-KAYAK : 02 98 53 19 99

CLUB DE VOILE : 02 98 90 04 70

PETITE PLAISANCE DE CORNOUAILLE :

06 98 61 87 58

LE PARC DES SPORTS ET DE LOISIRS

BUS LIGNE B





LES STADES AR STADOÙ



Stade du Corniguel

AVENUE DU CORNIGUEL

- ▶ 1 terrain en herbe
- ▶ 1 circuit de cross

Stade Jean-Brelivet

AVENUE LÉON-BLUM / RUE DE L'ILE D'ARZ

- ▶ 1 terrain synthétique
- ▶ 2 terrains en herbe
- ▶ 1 petit terrain stabilisé

Stade de Kerhuel

RUE DE KERHUEL, ZI DE L'HIPPODROME

- ▶ 1 terrain en herbe
- ▶ 1 mur de frappe

Stade de Kermabeuzen

ALLÉE DOUR RU

- ▶ 1 terrain en herbe

Stade de Kermoguer

RUE DE KERMOGUER

- ▶ 1 terrain en herbe

Stade de Kernilis

VOIE ROMAINE

- ▶ 3 terrains en herbe

Stade de Nicolas-Kervahut

RUE DU PARC DES SPORTS

- ▶ 1 terrain en herbe et 2 petits
- ▶ 1 terrain stabilisé

Stade Pierre-de-Coubertin

ROUTE DE PONT-L'ABBÉ

- ▶ 1 terrain en herbe

Stade de Penvillers

RUE DE STANG BIHAN

- ▶ 1 terrain en herbe
- ▶ 2 terrains stabilisés
- ▶ 1 terrain synthétique

Stade de Prat ar Rouz

ROUTE DE DOUARNENEZ

- ▶ 1 terrain en herbe

LES SALLES AR SALIOÙ



Halle des sports d'Ergué-Armel

AVENUE YVES-THÉPOT

- ▶ 1 salle / basket, volley, hand, badminton, gymnastique rythmique, tennis de table...
- ▶ 1 salle / tennis de table, basket, volley, badminton, gymnastique rythmique...
- ▶ 1 salle / gym, sports de combat
- ▶ 1 salle spécifique musculation
- ▶ 1 mezzanine

Halle des sports de Penhars

1 RUE DE KERLAN VIAN

- ▶ 1 salle / basket, volley, hand, badminton...
- ▶ 1 salle / gym, sports de combat
- ▶ 1 salle spécifique escalade
- ▶ 1 salle de réunion

Gymnase municipal de Pen ar Stang

RUE PEN AR STANG

- ▶ 1 salle spécifique gymnastique
- ▶ 1 petite salle annexe de gym et de danse classique



Salle omnisports Michel-Gloaguen

IMPASSE DE L'ODET

- ▶ 1 salle (basket / volley)
- ▶ 1 salle de réception et réunion

Salle de Brizeux

RUE BOURG-LES-BOURGS

- ▶ 1 salle / basket et volley

Salle de Chaptal

RUE DE PONT-L'ABBÉ

- ▶ 1 salle / basket, volley et tennis

Salle de Cornouaille

AVENUE DES OISEAUX

- ▶ 1 salle /volley, hand et badminton

Salles du Likès

RUE MARIA CHAPDELAINÉ

- ▶ 1 salle / basket, volley, hand, badminton et tennis
- ▶ 1 salle de musculation
- ▶ 1 aire d'évolution sports de combat

Salles de Max-Jacob

RUE DE KERJESTIN

- ▶ 1 salle / basket, volley, hand et tennis
- ▶ 1 petite salle

Salle Paul-Bert - collège Brizeux

RUE BOURG-LES-BOURGS

- ▶ 1 salle / basket, volley, badminton et tennis

Salles de La Tourelle

RUE DE LA VILLEMARQUÉ

- ▶ 1 salle / basket, volley, hand
- ▶ 1 salle spécifique gymnastique

Salle de Thépot

AVENUE YVES-THÉPOT

- ▶ 1 salle / basket, volley et badminton

Salles de La Tour d'Auvergne

RUE ÉLIE-FRÉRON

- ▶ 1 salle / basket, volley, badminton, hand, tennis, gym
- ▶ 1 Dojo : karaté / sport de combat / gym

Salle de l'UBO

AVENUE DE LA PLAGE DES GUEUX

- ▶ 1 salle

Salle de l'UGSEL

AVENUE DE LA FRANCE LIBRE

- ▶ 1 salle basket, volley, hand et tennis

Salles Louis et Jean-Le-Boedec

RUE JULES-NOËL

- ▶ 1 salle / basket et volley
- ▶ 1 salle spécifique gymnastique
- ▶ 1 salle de tennis de table

AUTRES ÉQUIPEMENTS AVEADURIOÙ ALL

LES COMPLEXES SPORTIFS



Creac'h Gwen

BOULEVARD DE CREAC'H GWEN

- ▶ 2 terrains synthétiques (football, rugby)
- ▶ 2 terrains stabilisés de football
- ▶ 1 terrain en herbe de football en accès libre
- ▶ 1 piste de BMX
- ▶ 1 espace de VTT trial
- ▶ 1 centre nautique
- ▶ 1 aire de glisse (redéfinition en cours)
- ▶ 1 pas de tir à l'arc
- ▶ 9 courts de tennis dont 3 extérieurs en terre battue artificielle et éclairés
- ▶ 1 espace fitness - street workout

NOUVEAUTÉ !

- ▶ 2 pistes de padel : ouverture second semestre 2023

Pour plus de précisions, voir page 18

Penvillers

RUE DE STANG BIHAN

- ▶ 1 terrain synthétique
- ▶ 1 terrain en herbe
- ▶ 2 terrains stabilisés
- ▶ 1 piste d'athlétisme (réouverture prévue en octobre 2023)
- ▶ 1 aire de lancers et sauts
- ▶ 1 zone d'entraînement gardiens
- ▶ 3 terrains de basket 3 x 3

LES PISTES D'ATHLÉTISME

- ▶ 1 piste à Penvillers (réouverture prévue en octobre 2023)
- ▶ Plateaux de Cornouaille (rue de Vendée), Sainte-Thérèse (rue Belle-Île-en-Mer), de Kermoguer

LES AIRES D'ATHLÉTISME, DE LANCERS ET SAUTS

- ▶ À Penvillers : saut en longueur, en hauteur, à la perche ; lancer de marteau, disque, poids, javelot

LES CIRCUITS DE CROSS

AVENUE DU CORNIGUEL

- ▶ 3 boucles : 2 000 m, 800 m, 560 m (jalonnement du parcours du halage)

LE CENTRE NAUTIQUE

BOULEVARD DE CREAC'H GWEN

TÉL. 02 98 53 23 27

- ▶ Canoë-kayak, aviron, voile, pêche...

Pour plus de précisions, voir page 21

LE CENTRE ÉQUESTRE

- ▶ KERHUELLA, CHEMIN DE TOULVEN, RTE DE BÉNODET

LES TENNIS

Couverts

- ▶ 6 à Creac'h Gwen

Découverts

- ▶ 3 à Creac'h Gwen
- ▶ 3 à la piscine de Kerlan Vian
- ▶ 1 zone de l'Hippodrome

LE TIR À L'ARC

- ▶ 1 pas de tir couvert boulevard de Creac'h Gwen
- ▶ 1 parcours campagne : bois de Saint-Alouarn à Guengat

Le BMX

- ▶ 1 piste à Creac'h Gwen
- ▶ 1 piste de dirt au Corniguel

LES SPORTS DE GLISSE

- ▶ 1 espace de glisse
boulevard de Creac'h Gwen
- ▶ 1 salle de skate Prat ar Rouz



L'ESCALADE

- ▶ 1 salle d'escalade à la halle des sports de Penhars, 1 rue de Kerlan Vian

LE PARCOURS SPORTIF

- ▶ 1 parcours de 2 000 m sur le complexe de Creac'h Gwen

LE TENNIS DE TABLE

- ▶ 1 salle spécifique à la halle des sports d'Ergué-Armel

LES BOULODROMES

- ▶ Ergué-Armel : rue Léon-Blum (stade)
- ▶ Kerfeunteun : abords de la MJC/MPT de Kerfeunteun
- ▶ Moulin Vert
- ▶ Penhars, terrain blanc (MPT), square des Goélands, square du Moustoir, résidence des Bruyères,

LES PLATEAUX SPORTIFS SCOLAIRES

- ▶ 20 plateaux sportifs scolaires d'écoles primaires avec terrains de basket, volley, hand et aménagements divers dans 21 écoles primaires et 26 écoles maternelles

LES PETITS ÉQUIPEMENTS DE PROXIMITÉ

- ▶ 29 équipements répartis sur 4 secteurs géographiques

LES CITY-STADES

- ▶ Kervouyec : city-stade, espace fitness, street workout
Avenue de Ty Pont
- ▶ Penhars : city-stade,
Rue de l'île de Man



LES TERRAINS DE 3X3

- ▶ 1 terrain au Complexe de Penvillers
- ▶ 1 terrain avenue Léon Blum

LES TOURS CYCLOTOURISTES DE QUIMPER

Départ parking de la Providence,
3 circuits

LES SALLES D'ACTIVITÉS SPORTIVES DIVERSES

- ▶ MPT D'ERGUÉ-ARMEL
4 RUE DE SAINT-ALOR
- ▶ MJC / MPT DE KERFEUNTEUN
RUE THEILLARD-DE-CHARDIN
- ▶ MPT DE PENHARS
39 BOULEVARD DE BRETAGNE
- ▶ MAIRIE ANNEXE D'ERGUE-ARMEL
SALLE D'ACTIVITÉS EN SOUS-SOL

LES CIRCUITS PÉDESTRES

- ▶ 8 circuits de petite randonnée
 - ▶ 2 boucles familiales
 - ▶ 1 circuit sportif
- [Voir détail page 34](#)

LES CIRCUITS VTT

- ▶ Base de VTT à Creac'h Gwen (5 circuits balisés)
 - ▶ Espace de VTT trial à Creac'h Gwen
- [Voir aussi page 35](#)

LE VÉLODROME

ABEL-FLOCH
49 RUE PEN AR STANG



LES SALLES SPÉCIFIQUES MUSCULATION

HALLE DES SPORTS D'ERGUÉ-ARMEL
AVENUE YVESTHÉPOT
STADE DE CREAC'H GWEN

Diverses activités sportives sont par ailleurs accueillies dans des équipements sportifs intégrés à ceux cités ci-dessus ou relevant du domaine privé.



LES PISCINES AR POULLOÛ-NEUIAL



Aquarive

Le bassin sportif de 25 mètres permet aux nageurs de pratiquer leur activité dans de bonnes conditions.

Le toboggan géant (60 mètres de longueur et 8 mètres de hauteur), les pataugeoires accessibles à tous, permettent de s'amuser en famille ou avec des amis et de prendre confiance dans l'eau en toute sécurité. Les maîtres-nageurs de Quimper Bretagne Occidentale proposent également, pour votre plaisir, des séances d'aquagym, aquabike, circuit training et d'aquaphobie (vaincre la peur de l'eau en douceur) et de l'aquagym douce. L'activité aquabébé vous permet, le samedi matin, de passer des moments privilégiés avec votre enfant dans une eau chauffée à 31°.



Datant de 1971, la piscine de Kerlan Vian est fermée pour travaux de réhabilitation technique et structurelle, nécessaires à son bon fonctionnement, depuis le 5 juillet 2023. Réouverture la saison prochaine.

Une réflexion a été conduite pour optimiser l'utilisation des équipements du territoire et pour permettre la réorganisation des activités à Aquarive, selon les priorités suivantes : développement du savoir nager, l'accueil du public scolaire, de l'école de natation, des associations à visée compétitive et formative, le maintien des activités aquagymniques, de loisirs et l'accueil du grand public.





Kerlan Vian

La piscine de Kerlan Vian est fermée pour travaux depuis le 5 juillet 2023. Réouverture la saison prochaine !



RÈGLES PRATIQUES

► Le bonnet de bain est obligatoire. Les shorts, caleçons et bermudas sont interdits. Seuls les slips de bain sont autorisés. Les enfants de moins de 10 ans doivent être accompagnés par un adulte majeur. Pour tous renseignements complémentaires, n'hésitez pas à vous adresser à l'accueil de la piscine Aquarive aux heures d'ouverture au public.

► Pendant les vacances, des stages sont proposés (en supplément) pour rester en contact avec les activités.

AQUARIVE

159 BOULEVARD DE CREAC'H GWEN
TÉL. 02 98 52 00 15 / AQUARIVE@QUIMPER.BZH
🚌 LIGNE DE BUS **B** UNIVERSITÉ-GOURVILY
ARRÊT AQUARIVE (DIMANCHE LIGNE **A**)

KERLAN VIAN

47 AVENUE DES OISEAUX / TÉL. 02 98 55 39 30
🚌 LIGNE DE BUS **A** KERMOYSAN-PETIT GUÉLEN
ARRÊT KERLAN VIAN

RENSEIGNEMENTS & INFORMATIONS

TÉL. 02 98 52 00 15 / AQUARIVE@QUIMPER.BZH
QUIMPER-BRETAGNE-OCCIDENTALE.BZH



HORAIRES D'OUVERTURE Aquarive

| Vacances | | | Périodes scolaires | | |
|----------|-------------|-------------|---------------------------------------|---------------|---------------|
| L | 10h - 13h | 14h - 20h | | | 14h - 20h |
| M | 10h - 18h30 | | 07h - 08h | 11h30 - 13h45 | |
| M | 10h - 13h | 14h - 18h30 | | | 14h30 - 17h30 |
| J | 10h - 18h30 | | 11h30 - 13h45 (que le bassin sportif) | | |
| V | 10h - 13h | 14h - 20h | 07h - 08h | | |
| S | 09h - 13h | 15h - 18h30 | | | 15h - 19h |
| D | 09h - 13h | 15h - 18h30 | 11h - 13h | | 15h - 19h |

HORAIRES D'OUVERTURE Kerlan Vian

Fermée pour travaux

**ATOUT
SPORT**
À TOUS DE JOUER !

Dans le cadre du dispositif Atout Sport, pendant les vacances (hors Noël), les maîtres-nageurs de Quimper Bretagne Occidentale proposent également des stages d'apprentissage de la natation pour les enfants de 6 à 12 ans, par session de quatre leçons de 50 minutes.

LES DÉFIBRILLATEURS AN DIFIBRILATORIOÙ

RENSEIGNEMENTS & INFORMATIONS

QUIMPER.BZH : ACCUEIL > VIVRE À QUIMPER > SOLIDARITÉ, CCAS > SANTÉ > CARTE DES DÉFIBRILLATEURS

Pour la sécurité des usagers, des défibrillateurs sont installés dans les principales installations sportives. Un défibrillateur portable est à la disposition des organisateurs de manifestations.

Les défibrillateurs dans les installations sportives



CENTRE-VILLE

1. SALLE OMNISPORTS MICHEL-GLOAGUEN
IMPASSE DE L'ODET
2. GYMNASSE PEN AR STANG, 47 RUE PEN AR STANG

KERFEUNTEUN

3. STADE DE PENVILLERS, RUE LÉON-JOUHAUX
SYNTHÉTIQUE PENVILLERS, RUE STANG BIHAN
4. STADE DE KERHUEL, 1 RUE DU STADE DE KERHUEL

PENHARS

5. HALLE DES SPORTS, RUE KERLAN VIAN
6. PISCINE DE KERLAN VIAN, 47 AV DES OISEAUX
7. STADE NICOLAS-KERVAHUT, RUE DU PARC DES SPORTS

ERGUE-ARMELE

8. HALLE DES SPORTS, AVENUE YVES-THÉPOT
9. STADE JEAN-BRÉLIVET, AVENUE LÉON-BLUM

CREAC'H GWEN

10. TENNIS, 131 BD DE CREAC'H GWEN
11. CENTRE NAUTIQUE, 131 BD DE CREAC'H GWEN
12. PISCINE AQUARIVE, 159 BD DE CREAC'H GWEN
13. PÔLE SPORTIF DE CREAC'H GWEN, 9 ALLÉE LOIC CARADEC, ACCÈS VIA RUE FÉLIX LE DANTEC

Numéro d'urgence médicale

15 : SAMU / 112 : EUROPÉEN / 114 : PERSONNES SOURDES ET MALENTENDANTES (SMS OU FAX)



LE SPORT EN LIBERTÉ PAR LE SPORT EST FRANKIZÉ



La ville de Quimper met l'accent sur le développement des activités physiques de pleine nature : parcours de randonnée pédestre et VTT, course d'orientation...

La nature, présente en centre-ville et à proximité, permet à chacun de se ressourcer dans les parcs et les bois, sur les bords du Steïr, de l'Odet ou en empruntant des circuits pédestres. Des clubs proposent des activités de plein air.

Pour vous aider à visualiser les circuits proposés, rendez-vous sur le site internet de Quimper Bretagne Occidentale

- > Vie quotidienne
- > Culture, sports, loisirs
- > Randonnées pédestres et VTT.

Une fois sur cette page, laissez-vous guider et faites votre choix !
Bonnes randonnées !



PARCOURS DE COURSE D'ORIENTATION HENTAD REDADEG-RETERIÑ



La ville de Quimper et le club **Quimper Orientation Coatarmor** proposent sept parcours permanents de course d'orientation : Bois d'Amour, Creac'h Gwen, Keradennec, Penvillers, Vallon Saint-Laurent, bois du Séminaire et bois de Saint-Alouarn, propriété de la ville de Quimper sur la commune de Guengat. Les cartes des parcours et un petit guide pratique permettent de vous initier librement à cette activité.

À l'aide de la carte, vous devrez localiser les balises numérotées situées sur le terrain. Sur chaque balise, une pince vous permet de poinçonner un feuillet de contrôle (téléchargeable avec la carte) : vous pouvez concevoir votre propre circuit en indiquant les numéros des balises.

Les balises en bois sont fixées aux arbres. Elles sont semi-permanentes, c'est-à-dire déplacées plusieurs fois dans l'année pour renouveler les parcours d'orientation et pour préserver l'environnement naturel (arbres, cheminements...).

En pratique, téléchargez les cartes sur le site du club : quimper-orientation.fr ; rubrique Parcours permanents. Un petit guide pratique est également téléchargeable sur le site quimper.bzh

RANDONNÉE PÉDESTRE TROIOÙ-BALE WAR DROAD



À pied, partez à la découverte de Quimper en empruntant huit circuits de randonnée pédestre balisés en jaune, deux boucles familiales balisées en bleu et un circuit sportif pour les adeptes du trail et de la marche nordique par exemple, également balisé en bleu. Vous cheminerez ainsi au travers des différents quartiers de la ville, en passant par les jardins et parties boisées sans oublier les attraits des rives de l'Odet et du Steir.



3 CIRCUITS DANS LE QUARTIER DE PENHARS

▶ **Penhars de bois en bois** (départ centre commercial Kermoyan - 11,5 km - 3 heures - niveau moyen - balisage jaune).

▶ **Le Corniguel, baie de Kerogan** (départ : port du Corniguel - 9 km - 3 heures - niveau facile - balisage jaune).

▶ **L'estuaire de l'Odet... en famille** (départ : parking de la cale neuve - 4,5 km - famille, niveau facile - balisage bleu).

2 CIRCUITS DANS LE QUARTIER DE KERFEUNTEUN

▶ **Vers la chapelle de Ti Mamm Doué** (départ : maison de quartier du moulin vert - 8 km - 2h40 - niveau facile - balisage jaune).

▶ **À la découverte des gorges du Stangala** (départ : parking de Kerlic - 10 km - 3 heures - niveau moyen - balisage jaune).

3 ITINÉRAIRES DANS LE QUARTIER D'ERGUÉ-ARMEL

▶ **Sur les pas de Saint-Alor** (départ église d'Ergué-Armel - 11 km - 3 heures - niveau moyen - balisage jaune).

▶ **Creac'h Gwen, fontaines et tourbières** (9,5 km - 3 heures - niveau facile - balisage jaune).

▶ **Découverte sportive des espaces boisés d'Ergué-Armel** (départ piscine Aquarive - 9 km - niveau difficile, sportif - balisage bleu).

3 CIRCUITS DANS LE CENTRE-VILLE DE QUIMPER

▶ **Locmaria, aux origines de Quimper** (3,5 km - 2 heures du fait des nombreux lieux méritant une visite - niveau très facile - balisage jaune).

▶ **Quimper, les vieux quartiers** (5 km - 2 heures du fait des nombreux lieux méritant une visite et d'endroits invitant à la flânerie, - niveau facile - balisage à l'aide de clous posés au sol dans le centre historique et jaune).

▶ **Quimper au fil de l'eau** (départ : parking de la Résistance - 4,8 km - famille, niveau facile - balisage bleu).

Retrouvez l'offre pédestre :

▶ Topo-guide PR 299* « Des environs de Quimper au Pays Fouesnantais... à pied* ». Édité par le Comité Départemental de la Randonnée Pédestre, il est disponible à l'Office de Tourisme Quimper Cornouaille, librairies et grande distribution.

▶ Topo-guide « Balades et vous... » présente des circuits communaux sur Bric, Ergué-Gabéric, Guengat, Locronon, Plogonnec, Plomelin, Plonéis, Pluguffan, Quéménéven et Quimper. Sur Quimper, il est disponible à la vente à l'Office de Tourisme Quimper Cornouaille: 10€



PARCOURS DE RANDONNÉE VTT AU DÉPART DE CREAC'H GWEN HENTAD TROIOÛ-BALE MTB

Point de départ de cinq boucles de randonnée VTT, le parc des sports et loisirs de Creac'h Gwen permet aux pratiquants de s'adonner à leur activité quel que soit leur niveau.

La base VTT - Vallée de l'Odet, basée à Creac'h Gwen, figure parmi les sept bases départementales labellisées « Base VTT » par la Fédération française de cyclotourisme. Ce label garantit ainsi aux usagers un lieu d'accueil où tous les amateurs de VTT peuvent trouver les meilleures conditions de pratique sur des circuits adaptés à tous les niveaux : débutants ou confirmés, familles ou individuels, enfants...

► Les tracés GPS des itinéraires sont téléchargeables sur vttfinistere.fr

COMITÉ DÉPARTEMENTAL DE CYCLOTOURISME
PERMANENCE BASE VTT - VALLÉE DE L'ODET

TÉL. 02 98 52 00 81

VTTFINISTERE.FR / CONTACT@VTTFINISTERE.FR

► Le topo-guide « Randonnez à VTT » de la base VTT – Vallée de l'Odet – Quimper présente les 19 boucles VTT disponibles sur le territoire de Quimper Bretagne Occidentale et de Fouesnant. Sur Quimper, le topo-guide est en vente au prix de 5 € dans les points de vente suivants :

**PERMANENCE DE LA BASE VTT -
VALLÉE DE L'ODET**

159 BOULEVARD DE CREAC'H GWEN

(PARVIS PISCINE AQUARIVE)

TÉL. 02 98 52 00 81

OFFICE DE TOURISME QUIMPER-CORNOUAILLE

RUE ÉLIE FRÉRON

TÉL. 02 98 53 04 05





BOIS DE KERADENNEC
(Wbalisage Vert n° 1)
9 km / dénivelé 160 m

Parcours plutôt urbain, familial, pour découvrir le sud de Quimper et les rives de la baie de Kerogan (Odet).

CORNIGUEL (balisage Vert n° 3)
14 km / dénivelé 200 m

C'est un parcours très facile pour toute la famille.

AUTOUR DE LA TERRE NOIRE
(balisage Bleu n° 4)
22 km / dénivelé 360 m

Ce parcours classé facile mais qui tend vers le difficile vous permet d'apprécier toute la géographie en confluence de Quimper.

VALLÉE DE L'EAU BLANCHE
(balisage rouge n° 2)
18 km / dénivelé 450 m

Cette boucle difficile permet la visite complète de Quimper-sud.

LES COLLINES DE QUIMPER
(balisage noir n° 5)
39 km / dénivelé 850 m

Certainement le parcours le plus intéressant et aussi le plus éprouvant pour découvrir Quimper.

► Il reprend les tracés des parcours 1, 2, 3 et 4 pour n'en garder que le meilleur.

► Vous aurez une bonne idée de l'histoire et de l'urbanisation de l'agglomération.

► Vous vous apercevrez que les vallées du Steïr, du Jet et de l'Odet ont façonné la ville.

NIVEAU DE DIFFICULTÉ DES BOUCLES

VERT ► TRÈS FACILE

BLEU ► FACILE

ROUGE ► DIFFICILE

NOIR ► TRÈS DIFFICILE



Hieronimus Art
Photographie
www.hieronimus-art.com

LE SPORT DE HAUT NIVEAU PAR LE SPORT À LIVE UHEL

5

Le sport d'élite et le sport de loisir coexistent à Quimper, ils sont complémentaires et se nourrissent l'un l'autre... La ville de Quimper soutient les deux, permettant aux clubs amateurs de proposer des activités sportives de loisirs et éducatives pour tous, et aux clubs de haut niveau de dynamiser la ville et de la faire rayonner à l'extérieur. Ces clubs sportifs, qui évoluent aux premiers échelons de leur discipline, permettent aux Quimpérois d'assister à des rencontres de qualité tout au long de l'année.



Hieronymus Art
Design
www.hieronymus-art.com



QUIMPER CORNOUAILLE TENNIS DE TABLE — PRO A DAMES

Toujours coachée par Manu Palud, l'équipe première féminine a réalisé une très belle saison 2022-2023. À l'issue d'un championnat très disputé, elles se sont octroyé le titre de championnes de France de Pro B Dames et évolueront en 1^{re} division féminine lors de la saison 2023-2024.

Pour affronter les joutes de ce championnat Pro A Dames, le QCTT pourra compter sur son socle de cinq joueuses qui l'a porté tout au long de la saison et qui, accompagné d'un potentiel renfort, viseront un maintien au plus haut niveau.

QUIMPER VOLLEY 29 — LIGUE A FÉMININE

Sous la houlette de François-Xavier Garnon et son staff, l'équipe fanion du Quimper Volley 29 a pleinement rempli son contrat durant cette saison 2022-2023. En restant invaincues en deuxième phase de cette saison, elles ont acquis le Titre de Championnes de France Élite et le droit de remonter en Ligue A Féminine que le Club a connu il y a quelques années.

Pour la saison 2023-2024, l'ensemble du Quimper Volley 29 espère vous compter parmi ses supporters pour les aider à rivaliser face aux meilleurs clubs français.



BÉLIERS DE KEMPER — N 1 MASCULINE

Un nouveau cycle débute en Finistère pour nos Béliers de Kemper. Après une descente en Nationale 1, le club quimpérois s'est attaché les services d'un nouveau coach Thibault Wolicki. Seuls Antoine Wallez et Izan Le Meut poursuivront l'aventure avec nos Béliers la saison prochaine.

L'objectif du club est désormais de remonter le plus vite possible en Pro B, à l'horizon 2025, date de la livraison de la nouvelle grande salle. En attendant, le club continue de se structurer en rayonnant socialement et économiquement grâce à son fonds de dotation BK Citoyen et son BK Club Entreprises Actual.



LES MANIFESTATIONS SPORTIVES AN ABADENNOÙ SPORT



Porteuse d'événements qui rythment la saison sportive (Printemps de Creac'h Gwen, Forum des associations, JOP* et SOP*...), la ville de Quimper accueille et soutient de nombreux événements organisés par les associations sportives : des championnats départementaux, régionaux, nationaux et internationaux, des manifestations sportives d'envergure, accueillant un nombre important de participants et de spectateurs, une grande diversité de manifestations et d'animations, de tout niveau et pour tout public.

*Journée Olympique et Paralympique

*Semaine Olympique et Paralympique

Retrouvez les dates des manifestations sportives et toutes les informations utiles sur le site : quimper.bzh

LES ÉVÉNEMENTS AN DARVOUDOÙ

De grands événements participent au rayonnement sportif de la Ville. Ces manifestations permettent aux associations organisatrices de valoriser leur activité et leur savoir-faire et de contribuer à l'animation sociale et économique du territoire. Les services de la Ville accompagnent ces associations et leur apportent un important soutien logistique.



| ÉVÉNEMENTS | DATES |
|---------------------------------------------------------|------------------------------|
| Tournoi « Pro Master le Prad » Quimper Volley 29 | 14, 15, 16 septembre 2023 |
| Ping Tour | 23 septembre 2023 |
| La Kemper'Ose | 1 ^{er} octobre 2023 |
| L'Open de Tennis | du 22 au 28 janvier 2024 |
| Le Semi-Marathon Locronan-Quimper | 17 mars 2024 |
| Le Tour du Finistère | 11 mai 2024 |
| Le Relais de la Flamme | 7 juin 2024 |
| La Descente de l'Odé | 9 juin 2024 |



MANIFESTATIONS ORGANISÉES PAR LA VILLE ABADENNOÙ AOZET GANT KÊR

La Ville est aussi organisatrice d'événements qui rythment la saison sportive, fédèrent les clubs, irriguent et dynamisent les quartiers.

SUMMER KEMP'

► Vacances d'été

Durant tout l'été, la ville de Quimper propose un programme complet d'animations culturelles et sportives, intitulé « Summer Kemp » à destination des Quimpérois, des touristes et pour toute la famille. À Creac'h Gwen, l'Éphémère (jardin de l'Evêché), Locmaria, à la Maison du patrimoine, au musée des beaux-arts et dans les médiathèques, l'été sera animé dans la capitale de la Cornouaille ! L'approche se veut accessible et pragmatique, nous entendons donner davantage de visibilité et de lisibilité à la richesse de l'offre culturelle et sportive dont regorge la ville de Quimper et son agglomération : Fête de la musique, Festival de Cornouaille, Les enfants sont des princes, sport santé, structures gonflables, skate électrique... Une palette de culture et de sport pour tous les goûts !



FORUM DES ASSOCIATIONS

► Samedi 9 septembre 2023

Le Forum des associations accueille au Parc des Expositions, plus de 200 associations sportives, culturelles, socioculturelles, éducatives et de solidarités de 9h à 18h. Il s'agit d'un des moments phares de la rentrée et reste un rendez-vous incontournable entre les associations sportives et ceux qui sont en quête d'une activité sportive.

TROPHÉES SPORTIFS

► Vendredi 24 novembre 2023

La soirée des Trophées Sportifs quimpérois met à l'honneur ceux et celles qui se seront distingués par leurs résultats, leurs performances ou leur investissement dans leur club. (Sur invitation).

FÊTES DE FIN D'ANNÉE - PASSEURS DE LUMIÈRE

► Décembre 2023 > Janvier 2024

L'animation proposée en fin d'année sur la place Saint Corentin, est un temps fort de l'animation du centre-ville et contribue à son attractivité. Depuis 2022, la piste de roller a remplacé la patinoire. Rendez-vous en décembre 2023 pour un nouveau programme d'animations.

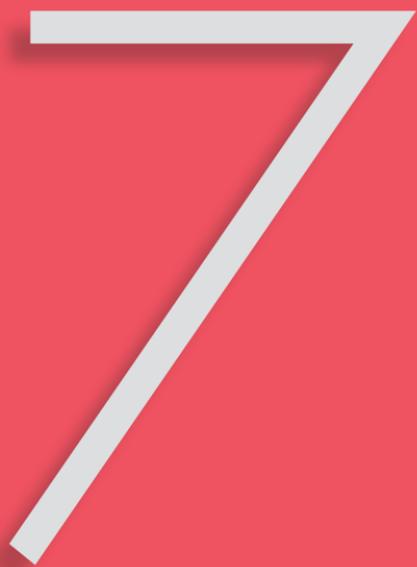
PRINTEMPS DE CREAC'H GWEN

► Vacances de printemps

Le Printemps de Creac'h Gwen est une manifestation sportive conviviale, ouverte à tous, aux familles, aux petits, aux grands, aux sportifs comme aux non-sportifs. Une quarantaine d'activités sont proposées par des associations dans un cadre naturel en plein air, permettant au public de s'initier gratuitement à la pratique d'un sport. Cette journée est un vrai tremplin pour les clubs. Cet événement est gratuit et ouvert à tous.

L'ANNUAIRE DES ASSOCIATIONS BLOAZLEVR AR C'HEVREDI- GEZHIOÙ

**Vous recherchez
des renseignements
sur une discipline ou
vous souhaitez contacter
un club sportif?
Retrouvez ici toutes
leurs coordonnées.**



SOMMAIRE DES ASSOCIATIONS

| | |
|--------------------------------------|------------------------------------|
| 48 LES ASSOCIATIONS | 61 HALTÉROPHILIE |
| 48 ASSOCIATIONS MULTIACTIVITÉS | 61 HANDBALL |
| 50 ACTIV'MÉMOIRE | 61 HIIT |
| 50 AÉROCLUB | 61 HOCKEY SUBAQUATIQUE |
| 50 AÉRO FIT BOXING | 61 JUDO |
| 50 AÉROMODÉLISME | 61 KARATÉ |
| 50 AÏKIDO | 62 KENDO |
| 51 AQUA BÉBÉ | 62 KICKBOXING |
| 51 AQUABIKE | 62 KRAV MAGA |
| 51 AQUADANSE | 62 KUNG-FU |
| 51 AQUAGYM | 62 MODÉLISME |
| 51 AQUAPHOBIE | 62 MARCHÉ ET RANDONNÉE |
| 51 ATHLÉTISME | 63 MARCHÉ NORDIQUE ET RUNNING |
| 52 AVIRON | 64 MUSCULATION |
| 52 BABY GYM | 64 NATATION |
| 52 BADMINTON | 64 NAGE AVEC PALMES |
| 52 BASE-BALL / SOFTBALL | 64 PARACHUTISME SPORTIF |
| 52 BASKET-BALL | 64 PARKOUR |
| 53 BASKET DE RUE | 65 PÊCHE |
| 53 BMX | 65 PÉTANQUE |
| 53 BOWLING | 65 PLONGÉE |
| 53 BOXE / WING TSUN | 65 PLONGÉE APNÉE |
| 54 BRIDGE | 65 RELAXATION |
| 54 CANNÉ DE COMBAT / ESCRIMA | 66 ROLLER |
| 54 CANOË KAYAK / KAYAK-POLO / PADDLE | 66 RUGBY |
| 54 CAPOEIRA ANGOLA | 66 SAMBO |
| 54 CIRQUE | 66 SAUVETAGE EN MER SECOURISME |
| 55 COURSE À PIED | 66 SCRABBLE |
| 55 COURSE D'ORIENTATION | 66 SKATEBOARD, ROLLER, TROTTINETTE |
| 55 CROSSFIT | 66 SKI |
| 55 CYCLISME | 67 SOCCER |
| 55 CYCLOTOURISME | 67 SOPHROLOGIE |
| 56 DANSE | 67 SQUASH |
| 56 ÉCHECS | 67 SURF / BODYBOARD PADDLE |
| 56 ÉQUITATION | 67 TAI-CHI-CHUAN |
| 57 ESCALADE | 68 TENNIS |
| 57 ESCRIME | 68 TENNIS DE TABLE |
| 57 FOOTBALL AMÉRICAIN | 68 TIR À L'ARC |
| 57 FOOT CORPORATIF | 68 TRIATHLON |
| 57 FOOTBALL | 68 ULTIMATE FRISBEE |
| 58 FOOTBALL FÉMININ | 69 VOILE |
| 58 FOOTBALL GAÉLIQUE | 69 VOLLEY-BALL |
| 58 GOLF | 70 VTT - VTC |
| 58 GOURNEN | 70 YOGA |
| 59 GYMNASTIQUE | 70 ZUMBA |
| 60 GYMNASTIQUE AQUATIQUE | |
| 61 GYMNASTIQUE RYTHMIQUE | |

OFFICE DU MOUVEMENT SPORTIF DE QUIMPER (OMS)

Cette association fédère de nombreuses associations sportives quimpéroises. Ses trois missions principales sont :

► LA CONCERTATION

L'OMS est un lieu d'échanges entre les associations sportives et avec la municipalité. Les thèmes abordés sont la répartition des subventions, les équipements, les projets d'investissements, les manifestations et tout ce qui touche à la vie sportive quimpéroise.

► LA PROMOTION ET L'ANIMATION DE LA VILLE

L'OMS participe à la promotion de la vie sportive de la cité dans le cadre d'animations : Forum des associations, soirée des Trophées sportifs quimpérois, challenge du jeune sportif quimpérois (mensuel), mérites du bénévolat sportif.

La cohésion du mouvement sportif, assurée par l'OMS, permet aux clubs de créer et de développer leurs projets en harmonie avec l'ensemble des acteurs de la vie associative et sportive quimpéroise.

► LES SERVICES AUX ASSOCIATIONS

Une permanence est assurée du lundi au mercredi, de 8h30 à 12h30 - du jeudi au vendredi, 13h30 à 17h30 au bureau d'accueil de l'OMS. L'OMS met des minibus et un percolateur à disposition des associations sportives. Il offre aussi la possibilité aux associations adhérentes de se réunir dans ses locaux.

OMS

MAISON DÉPARTEMENTALE DES SPORTS
4 RUE ANNE ROBERT JACQUES TURGOT
29000 QUIMPER
TÉL. 02 98 98 75 44
oms-quimper.fr
om-sports.quimper@maisondessports29.fr

LES ASSOCIATIONS

LOISIRS.QUIMPER.BZH

À noter :

Sauf indication contraire, les tarifs indiqués correspondent à une année de pratique et les sites sont localisés à Quimper. Certaines associations, avec le soutien de la Ville, accueillent des personnes en situation de handicap. Voir les adresses précises des lieux de pratique dans le chapitre « Les équipements sportifs » page 24-25.

Handicap auditif  Handicap visuel 
Handicap mental  Handicap moteur 

ASSOCIATIONS MULTIACTIVITÉS

Accueil des Villes Françaises – AVF

L'AVF de Quimper est animée, depuis plus de 40 ans, par des bénévoles qui se mettent à votre disposition pour faciliter votre intégration dans notre région. Vous y trouverez accueil, convivialité, animations, sorties et ateliers divers. Cartonnage, marche, peinture sur porcelaine, atelier cuisine, art floral, bien-être, anglais, espagnol, breton, connaissance des vins, danses bretonnes, encadrement, pyramide, bibliothèque, rencontre philo, rencontre livre, dessin-peinture, shiatsu et qi gong.

CONTACT : 5 RUE FRÉDÉRIC-LE-GUYADER
TÉL. 02 98 95 79 78
avfquimper@free.fr / avf.asso.fr/fr/quimper

AK 29 Santé

Sport Santé : Activité Physique Adaptée de renforcement musculaire, équilibre, stretching et cardio-training pour des personnes sous pathologies chroniques et/ou disposant d'une prescription médicale. Activité labellisée par l'ARS, conventionnée avec la Maison Médicale du Sport et instruite par un éducateur médico-sportif.

JOURS : COURS COLLECTIFS LE JEUDI DE 18H À 19H / CARDIO : SUR RENDEZ-VOUS
TARIFS : 140€ À L'ANNÉE HORS LICENCE (COURS COLLECTIFS) / FORFAIT SÉANCES (CARDIO-TRAINING)
LIEU : HALLE DES SPORTS ERGUÉ-ARMEZ (COURS COLLECTIF)
87 ROUTE DE PLUGUFFAN (COURS CARDIO-TRAINING)
CONTACT : CUZON CHANTAL
TÉL. 06 73 86 62 06

contact@ak29-sante.com / aikido29.com/sport-sante

Amicale Laïque de Quimper

Gymnastique zumba, haltérophilie, crossfit, musculation, kickboxing, boxe, modélisme, randonnée, sambo combat.

CONTACT : 4 RUE BOURLA
TÉL. 02 98 90 08 77

alaiquequimper@orange.fr / alquimper.fr

ARPAQ (Association de Retraités et Personnes Âgées de Quimper)

Aquagym, atelier cuisine, atelier floral, gymnastique, natation, pilates, randonnée, sophrologie, stretching, tai-chi-chuan, tennis de table, yoga.

CONTACT : ESPACE SIMONE-VEIL, 4 AV. DES COLS VERTS
TÉL. 02 98 55 53 86

contact@arpaq.fr / arpaq.fr

ASPTT (Association Sportive des Postes, Télégraphes et Téléphones)

Organisation de séjours-stages de ski, tennis de table, voile.

CONTACT : PATRICK DERRIEN
CENTRE NAUTIQUE DE KERLEVEN - PORTIA-FORËT
TÉL. 02 98 56 98 01

quimperasptt@gmail.com / quimper.asptt.com

CDSA 29 (Comité Départemental Sport Adapté du Finistère)

Association multisports au service des personnes en situation de handicap mental et/ou psychique et des personnes autistes. Plusieurs manifestations compétitives et non compétitives de Sport Adapté sont proposées chaque saison : kayak, futsal, foot à 7, activités motrices, randonnées, vélo, équitation, tennis de table... Le CDSA peut sensibiliser et former des clubs qui souhaitent accueillir ce public.

CONTACT : MAISON DÉPARTEMENTALE DES SPORTS
4 RUE ANNE-ROBERT-JACQUES-TURGOT - VINCENT
KERANGUYADER
TÉL. 06 62 35 42 10
cdsa29.vincent@gmail.com / sportadapte29.wixsite.com/cdsa-1

Centre des Abeilles

Gymnastique dynamique et d'entretien, randonnée, relaxation, yoga, marche, modern jazz, danse, qi gong, taï chi, wingsu, escrime, atelier équilibre

CONTACT : 4 RUE SERGENT LE FLAO
TÉL. 02 98 55 33 13
contact@centredesabeilles.fr / centredesabeilles.fr

Handisport Cornouaille Quimper



Équitation, futsal, gym, musculation, plongée sous-marine, sarbacane, escrime, tennis de table, voile, natation, boccia, volley assis, boxe, basket en fauteuil, cyclisme solo et tandem, surf, aquagym et badminton.

CONTACT : MAISON DÉPARTEMENTALE DES SPORTS
4 RUE ANNE-ROBERT-JACQUES-TURGOT
HERVÉ LARHANT
TÉL. 06 28 34 67 10 OU 02 98 98 75 40
handisport.cornouaille@maisondessports29.fr
handisport-quimper.fr

Senior Sport Santé à Quimper

Ce club multiactivités, affilié à la Fédération Française de la Retraite Sportive propose marche, randonnée, gymnastique, vélo, boules et Activ'Mémoire et promeut les bienfaits des activités physiques sur la santé et la vitalité des seniors. Une seule licence pour des activités adaptées aux plus de 50 ans.

JOURS : MARDI, MERCREDI, JEUDI, VENDREDI
CONTACT : BOITE AUX LETTRES 111 - MAISON DES ASSOCIATIONS, 1 ALLÉE JEAN-RENÉ-CALLOC'H
retraitesportivequimper@gmail.com / retraite-sportive-quimper.fr

Sport pour tous

Aquagym, natation, aquajogging, body sculpting, body fitness, dos stretching, gym-ball, gym pilates, cardio training, marche aquatique, marche nordique, bungy pump,

musculation, badminton, sophrologie, sophro-danse, sophro-balade, yoga, qi gong, HIIT, zumba.

CONTACT : 1 ALLÉE MGR JEAN-RENÉ-CALLOC'H
TÉL. 02 98 95 50 80
sportpourtousquimper@gmail.com / sport-pour-tous-quimper.fr

MPT Ergué-Armel

Gymnastique, randonnée, qi gong, taï-chi-chuan, yoga, aikido, body barre, gouren, fitness, relaxation, pêche à la mouche, pétanque, pilates, foot américain, marche, shojindo, sophrologie, stretching.

CONTACT : 16 RUE GEORGES-POMPIDOU
TÉL. 02 98 90 78 00
info@mptea.org / mptea.org

MJC Kerfeunteun

Anglais, cross training, qi gong, dessin manga, danse, yoga, stretching, guitare, théâtre, sorties pour tous, ateliers parent-enfant, accueil jeunes, informatique, arts numériques, échecs, capoeira, gym douce, zumba, fitness boxe, théâtre...

CONTACT : 4 RUE TEILHARD-DE-CHARDIN
TÉL. 02 98 95 46 25
contact@mjckerfeunteun.org / mjckerfeunteun.org

MDQ Moulin Vert

Gymnastique pilates, gym douce, gym éveil, qi gong, gym loisirs, parents-bébé, récréative.

CONTACT : 47 CHEMIN DE PRATEYER
TÉL. 02 98 55 79 79
moulin.vert@yahoo.fr / moulinvert.info

MPT Penhars

Qi gong, randonnée, yoga, gym douce, gym dynamique, capoeira.

CONTACT : 39 BOULEVARD DE BRETAGNE
TÉL. 02 98 55 20 61
accueil@mptpenhars.com / mptpenhars.com

ACTIV'MÉMOIRE

Senior Sport Santé à Quimper

Maintenir et développer les fonctions cognitives au travers de la pratique d'exercices physiques variés et ludiques, pour les plus de 50 ans.

JOURS : VENDREDI DE 13H30 À 14H30

DU 1^{ER} SEPTEMBRE AU 30 JUIN

LIEU : MAISON DE QUARTIER DU CORNIGUEL

TARIFS : 71€ POUR TOUTES LES ACTIVITÉS PROPOSÉES

PAR LE CLUB ET ADHÉSION À LA MAISON DE QUARTIER DU CORNIGUEL 10€

CONTACT : MARC DORNET

TÉL. 02 98 50 21 87

retraitesportivequimper@gmail.com / retraite-sportive-quimper.fr

AÉROCLUB

Aéroclub de Quimper

Baptêmes : 15 min aller Bénodet ou Pont-l'Abbé et retour. Promenades aériennes : 30 min, trajets à convenir avec le pilote (Penmarc'h ou Concarneau ou autre).

TARIFS : BAPTÊMES 95€ (1 PERS) – PROMENADES 190€ (1 À 3 PERS) OU 210€ (3 ADULTES + 1 ENFANT DE 12 ANS MAX OU 2 ADULTES + 2 ENFANTS) COTISATION CLUB : 150€ (OU 95€ POUR LES – DE 21 ANS). L'HEURE DE VOL AVEC INSTRUCTEUR À PARTIR DE 154€

TÉL. 02 98 94 05 22

contact@aeroclub-quimper.fr / aeroclub-quimper.fr

AÉRO FIT BOXING

MJC Kerfeunteun

Fitness, musculation et remise en forme. À partir de 15 ans.

JOURS : LUNDI DE 18H À 19H

TARIF : 178€

LIEU : 4 RUE TEILHARD-DE-CHARDIN

CONTACT : FANNY GUEDES

TÉL. 02 98 95 46 25

contact@mjckerfeunteun.org / mjckerfeunteun.org

AÉROMODÉLISME

Club d'aéromodélisme de Quimper Cornouaille

À partir de 14 ans.

JOURS : VOLS AUTORISÉS LES MERCREDIS, SAMEDIS, DIMANCHES ET JOURS FÉRIÉS

HORAIRES : DE 14H À 20H

LIEU : CLUB D'AÉROMODÉLISME DE QUIMPER ET DE CORNOUAILLE

CONTACT : MARC LE BRET

TÉL. 02 98 56 42 88

cadqc@wanadoo.fr / cadqc.blogspot.fr

AÏKIDO

Aïkido Quimper

Aïkido et Qi Gong. Ados et adultes.

JOURS : MARDI 19H30-21H (AÏKIDO)/18H (QI GONG)

- MERCREDI 17H-18H (10-15 ANS) / JEUDI 20H30-22H30 (ADOS-ADULTES)

TARIFS : DE 140€ À 195€ ASSURANCE ET LICENCE COMPRISES

LIEU : DOJO SANSHIRO 10 AVENUE DE KERADENNEC,

MPT D'ERGUÉ-ARMELE

CONTACT : XAVIER DUNEAU

TÉL. 06 67 98 35 76

contact@aikido-quimper.fr / aikido-quimper.fr

AK29 Santé

Aïkido adultes et enfants. À partir de 6 ans.

JOURS : MERCREDI DE 20H30 À 22H (ADULTES) -

SAMEDI DE 16H À 17H (ENFANTS)

TARIF : 120€ L'ANNÉE HORS LICENCE

LIEU : HALLE DES SPORTS DE PENHARS (ENFANTS) ET

D'ERGUÉ-ARMELE (ADULTES)

CONTACT : SÉBASTIEN GUETON-ESTRADE

TÉL. 06 30 51 14 95

contact@ak29-sante.com / aikido29.com

Dojo Sanshiro

À partir de 6 ans. Aïkido, jujitsu, taïso.

JOURS : LUNDI AU SAMEDI

TARIFS : DE 170€ À 240€

CONTACT : GILLES QUENET

TÉL. 02 98 52 11 65 OU 06 70 38 32 77

contact@dojo-sanshiro.fr / dojo-sanshiro.fr

Hent Ar Steredenn

À partir de 12 ans.

JOURS : LUNDI ET JEUDI 19H30-21H45,
MARDI 20H30-21H45, DIMANCHE 10H40-12H30
TARIF : À PARTIR DE 110€
LIEU : COMPLEXE SPORTIF DE CROAS SPERN
CONTACT : JEAN-PIERRE ROSSAUT
TÉL. 02 98 95 06 92
lechemindeletoile@orange.fr

AQUA BÉBÉ

Piscine Aquarive

À partir de 6 mois, jusqu'à 6 ans.

JOURS : SAMEDI, 4 CRÉNEAUX DE 9H30 À 12H
TARIFS : 109€ LE TRIMESTRE, 208€ L'ANNÉE
LIEU : 159 BOULEVARD DE CREAC'H GWEN
TÉL. 02 98 52 00 15
aquarive@quimper.bzh
quimper-bretagne-occidentale.bzh/208-piscines.htm

AQUABIKE

Piscine Aquarive

À partir de 16 ans.

JOURS : LUNDI, MARDI ET JEUDI DE 19H À 19H45,
MARDI DE 12H30 À 13H15 ET DE 20H À 20H45
TARIF : 77,50€ LE TRIMESTRE
LIEU : 159 BOULEVARD DE CREAC'H GWEN
TÉL. 02 98 52 00 15
aquarive@quimper.bzh / quimper-bretagne-occidentale.bzh/208-piscines.htm

AQUADANSE

Piscine Aquarive

(ou natation synchronisée sans compétition)

JOURS : SAMEDI DE 10H30 À 12H
TARIF : 210€ LA SESSION DE SEPTEMBRE À JUIN
LIEU : 159 BOULEVARD DE CREAC'H GWEN
TÉL. 02 98 52 00 15
aquarive@quimper.bzh / quimper-bretagne-occidentale.bzh/208-piscines.htm

AQUAGYM

Gymnastique Volontaire de l'Odét

À partir de 16 ans (bonnet de bain obligatoire).



JOURS : MERCREDI 17H30-18H15 ET 18H15-19H
TARIFS : 1 COURS 190€, 1 GYM + AQUAGYM
265€, 2 GYM + AQUAGYM 290€
LIEU : AQUARIVE, 159 BD DE CREAC'H GWEN
CONTACT : SYLVIE LE NOUY
TÉL. 06 75 51 72 27
gvo.quimper@outlook.fr

Handisport de Cornouaille



À partir de 10 ans.

JOURS : VENDREDI 16H30-17H30
TARIF : VARIABLE SUIVANT DIFFÉRENTS CRITÈRES
LIEU : AQUARIVE, 159 BD DE CREAC'H GWEN
CONTACT : VOIR PAGE 49

Piscine Aquarive

À partir de 16 ans.

JOURS : LUNDI 12H30-13H15, MERCREDI 20H-20H45,
JEUDI 14H15-15H, VENDREDI 11H30-12H15
TARIF : 77,50€ LE TRIMESTRE
LIEU : 159 BOULEVARD DE CREAC'H GWEN
TÉL. 02 98 52 00 15
aquarive@quimper.bzh / quimper-bretagne-occidentale.bzh/208-piscines.htm

Sport Pour Tous

À partir de 16 ans.

JOURS : DU LUNDI AU VENDREDI
TARIFS : 22€ ADHÉSION + 200€
LIEU : AQUARIVE, 159 BD DE CREAC'H GWEN
CONTACT : VOIR PAGE 49

AQUAPHOBIE

Piscine Aquarive

À partir de 16 ans.

JOURS : JEUDI DE 19H50 À 20H50
TARIF : 77,50€ LE TRIMESTRE
LIEU : 159 BOULEVARD DE CREAC'H GWEN
TÉL. 02 98 52 00 15
aquarive@quimper.bzh / quimper-bretagne-occidentale.bzh/208-piscines.htm

ATHLÉTISME

Quimper Athlétisme

Découverte de l'athlétisme pour les plus petits. Entraînement et compétition pour les plus grands. À partir de 6 ans.

CONTACT : MOÏSE EUGENE
TÉL. 02 98 95 61 10 OU 07 87 07 31 01
quimper.athle@orange.fr / quimper-athle.com

AVIRON

Club d'Aviron de l'Odet

À partir de 16 ans. Centre nautique de Creac'h Gwen.

JOURS : VENDREDI (AVIRON SANTÉ) 10H-12H,
SAMEDI, DIMANCHE
TARIFS : DE 175€ À 240€ L'ANNÉE
CONTACT : OLIVIER RONDARD
TÉL. 07 68 88 09 12
contact@aviron-quimper.fr / aviron-quimper.fr

BABY GYM

La Quimpéroise

De 2 ans à 3 ans.

JOURS : LUNDI, MARDI, JEUDI, 17H-20H / VENDREDI
17H-21H / MERCREDI, SAMEDI 10H-19H30
TARIFS : DE 140€ À 210€
LIEU : GYMNASSE MUNICIPALE, 47 RUE PEN AR STANG
TÉL. 02 98 90 10 77
laquimperoise@wanadoo.fr / laquimperoise.gym.free.fr

BADMINTON

Association Loisir Quimper Badminton

À partir de 18 ans.

JOURS : MARDI, JEUDI, VENDREDI ET DIMANCHE
TARIF : 60€ L'ANNÉE
LIEU : PÔLE UNIVERSITAIRE PIERRE-JAKEZ-HÉLIAS
ET COLLÈGE DE LA TOUR D'Auvergne
CONTACT : ÉMELINE CHRISTIEN
TÉL. 07 82 31 00 82
alqbadloisir@orange.fr / alquimperbadmintonloisir.jimdofree.com

Sport Pour Tous

À partir de 16 ans.

JOURS : LUNDI ET JEUDI (18H30-20H30)
TARIFS : 22€ ADHÉSION + 180€
LIEU : GYMNASSE PAUL-BERT
CONTACT : VOIR PAGE 49

Tennis Club Quimper

À partir de 3 ans.

LIEU : TENNIS DE CREAC'H GWEN,
131 BOULEVARD DE CREAC'H GWEN
CONTACT : OLIVIER TÉTARD
TÉL. 02 98 90 42 66
contact@tcquimper.fr / tcquimper.fr

UJAP Badminton Quimper

À partir de 6 ans.

JOURS : DU LUNDI AU SAMEDI
TARIF : À PARTIR DE 116€
LIEU : HALLE DES SPORTS PENHARS OU GYMNASSE
LYCÉE DE CORNOUAILLE
CONTACT : ANTHONY BOURBIGOT
TÉL. 06 77 04 78 21
ujapbadminton.fr / anthony.bourbigot@wanadoo.fr

BASE-BALL / SOFTBALL

Sharks 29

À partir de 9 ans.

JOURS : MARDI 19H-21H30 (SENIORS),
SAMEDI 10H-12H (JEUNES)
TARIFS : JEUNES 85€, SENIORS 130€
LIEU : TERRAIN STABILISÉ DE CREAC'H GWEN
CONTACT : LUIS PEREIRA, PRÉSIDENT
TÉL. 06 60 90 08 14
bureau@sharks29.fr / sharks29.fr

BASKET-BALL

ASEA Basket Quimper

Catégories de U7 à seniors, garçons et filles
section loisirs. À partir de 5 ans.

TARIFS : DE 125€ À 200€
LIEU : HALLES DES SPORTS D'ERGUÉ-ARMELET
DE PENHARS, GYMNASSE DU LYCÉE THÉPOT
CONTACT : ÉRIC GARNIER (COORDINATEUR
GÉNÉRAL) / SECRÉTARIAT
TÉL. 06 59 85 48 98
aseabbquimper@gmail.com / [f](https://www.facebook.com/Asea-Quimper) [@Asea Quimper](https://www.instagram.com/Asea-Quimper)

EBQC / Espoirs du Basket Quimper Cornouaille (féminin)

CONTACT : MARINE TOULC'HOAT
TÉL. 06 47 16 16 00
marine.1191@hotmail.fr
ebqc.fr / [f](https://www.facebook.com/EspoirBasketQuimperCornouaille) [EspoirBasketQuimperCornouaille](https://www.facebook.com/EspoirBasketQuimperCornouaille)



Handisport de Cornouaille

Basket-ball en fauteuil. À partir de 10 ans.

JOURS : MARDI 18H30-20H, JEUDI 18H30-20H30
TARIF : VARIABLE SUIVANT DIFFÉRENTS CRITÈRES
LIEU : SALLE UGSEL
CONTACT : VOIR PAGE 49



UJAP Basketball Quimper

À partir de 3 ans.

TARIFS : DE 105€ À 215€

LIEU : SALLE LOUIS ET JEAN LE BOÉDEC,
SALLE MICHEL GLOAGUEN, SALLE DU LIKES,
SALLE DE LA TOUR D'AUVERGNE

CONTACT : LUDOVIC BERTRAND

TÉL. 06 18 86 76 64

ujapbasket@gmail.com / ujapbasket.com

BASKET DE RUE

Quimper Passion Streetball

Basket 3x3. À partir de 16 ans.

JOURS : JEUDI 20H30 À 22H30, DIMANCHE 14H À 16H

TARIF : 50€

LIEU : SALLE LOUIS ET JEAN LE BOÉDEC, RUE JULES-NOËL
ET/OU TERRAINS DE STREETBALL DE LA VILLE

CONTACT : OLIVIER FOUGÈRE

TÉL. 06 65 08 41 52

contact@quimper-passion-streetball.fr

quimper-passion-streetball.fr

BMX

Freewheels

Pratique du VTT, BMX et DIRT (vélo et équipement non fournis). À partir de 10 ans.

JOURS : SAMEDI 14H-18H (HORS VACANCES),
AUTRES JOURS POSSIBLES PENDANT LES VACANCES

TARIF : 30€

LIEU : COMPLEXE SPORTIF DU CORNIGUEL

CONTACT : THÉO COSMAO

TÉL. 06 59 87 13 99

freewheelstrailquimper@gmail.com

freewheelstrailquimper.wordpress.com

Sammy Skate Club

Pratique du BMX dans un skatepark de
1 000 m². À partir de 8 ans.

JOURS : DU MARDI AU SAMEDI

TARIFS : 10€ ADHÉSION, 5€ LA SESSION

LIEU : SKATEPARK PRAT AR ROUZ

71 AVENUE JACQUES LE VIOL

TÉL. 02 90 94 74 35

sammyskateclub@hotmail.com / sammyskateclub.fr

BOWLING

Boules Santé

Senior, Sport et Santé. À partir de 50 ans.

JOURS : JEUDI 9H

TARIFS : 65€ POUR 3 ACTIVITÉS PARMİ CELLES

PROPOSÉES PAR LE CLUB. CARTE DÉCOUVERTE : 10€

LIEU : MAISON DE QUARTIER DU CORNIGUEL

CONTACT : MARC DORNET

TÉL. 02 98 50 21 87

retraitesportivequimper@gmail.com / retraite-sportive-quimper.fr

Odet Bowling Club

À partir de 8 ans. Sport de précision et de tir.

JOURS : MERCREDI 19H,

SAMEDI 10H30-12H, 12H-13H30

TARIFS : DE 75€ À 95€

LIEU : BOWLING LE MASTER, 59 RUE DU PDT. SADATE

CONTACT : PATRICK KERVEILLANT

TÉL. 06 37 53 01 85

pat46s29@hotmail.fr

BOXE / WING TSUN

Boxing Club de l'Ouest

Boxe pieds/poings, kickboxing, full-contact,
boxe thaï, K1 rules.

JOURS : LUNDI 18H-19H (5-12 ANS) / 19H15-20H45
(ADOS/ADULTES)

TARIFS : -15 ANS : 170€, +14 ANS : 210€.

UNE COTISATION VALABLE DANS 9 VILLES.

LIEU : HALLE DES SPORTS DE PENHARS

CONTACT : DOMINIQUE PANN

TÉL. 06 30 37 18 54 OU 02 98 52 80 00

boxingclubdelouest@orange.fr / boxingclubdelouest.fr

Centre des abeilles

Wing tsun ou wing chun kuen (boxe du
printemps éternel) est un art martial chinois
traditionnel, originaire du sud de la Chine,
destiné au combat rapproché, incluant des
techniques à mains nues et le maniement
d'armes.

JOURS : LUNDI DE 19H30 À 21H

TARIFS : 220€ + 30€ ASSURANCE + 13€ ADHÉSION

LIEU : CENTRE DES ABEILLES, 4 RUE SERGENT LE FLAO

CONTACT : SERGE PARISI - WING TSUN BREIZH

TÉL. 06 28 32 93 59

contact@centredesabeilles.fr / centredesabeilles.fr

BRIDGE

Bridge Club de Quimper Cornouaille

Cours et tournois de bridge à la table. De jeune à senior.

JOURS : LUNDI, MERCREDI 14H-18H / MARDI 19H30-23H

TARIF : DROIT DE TABLE 4€

LIEU : 3 ALLÉE MARC ELDER

CONTACT : MARYSE LAFORÊT

TÉL. 02 98 10 12 42

bridge-club-quimper@wanadoo.fr

CANNE DE COMBAT / ESCRIMA

Centre des abeilles

Escrime ou eskrima est un art martial originaire des îles Philippines. Bien qu'il ait une composante à mains nues, l'entraînement est axé principalement sur le travail des armes (bâtons, couteaux et lames de tailles intermédiaires mais également parfois, suivant les écoles, bâtons longs). Il permet de travailler les distances et les frappes et est utilisé dans le self défense.

JOURS : LUNDI DE 19H30 À 21H

TARIFS : 220€ + 30€ ASSURANCE + 13€ ADHÉSION

LIEU : CENTRE DES ABEILLES, 4 RUE SERGENT LE FLAO

CONTACT : SERGE PARISI - WING TSUN BREIZH

TÉL. 06 28 32 93 59

contact@centredesabeilles.fr / centredesabeilles.fr

Kemper canne de combat bâton et savate

À partir de 12 ans.

JOURS : MERCREDI 18H30-20H, SAMEDI 13H30-16H

TARIFS : DE 117€ À 182€

LIEU : GYMNASSE DU COLLÈGE BRIZEUX (SALLE PAUL-BERT)

CONTACT : ADRIEN LE MAO

TÉL. 06 95 96 67 92

bureau@kccbs.fr / kccbs.fr

CANOË KAYAK / KAYAK-POLO / PADDLE

Club de Canoë Kayak de Quimper Cornouaille

Découverte des sports de pagaie et perfectionnement (loisirs et compétition).

Club labellisé Sport Santé disposant d'un éducateur sportif spécialisé. École de pagaie à partir de 6 ans. Pratique en eau calme, eau vive, mer et vagues sur tous supports adaptés: kayaks de rivière, slalom, descente, course en ligne, mer, surf ski, wave ski, paddle, canobus, pirogue. Apprentissage de l'esquimauteage. Descente de l'Odét.

JOURS : DU MARDI AU SAMEDI

LIEU : CENTRE NAUTIQUE DE CREAC'H GWEN

CONTACT : MICHEL CHAPALAIN

TÉL. 02 98 53 19 99 OU 06 85 77 41 55

contact@kayak-quimper.org / kayak-quimper.org

CAPOEIRA ANGOLA

Ngoma Capoeira Angola en Bretagne

Pratique culturelle afro-brésilienne très complète qui associe étirements, mouvements de défense et d'attaque, danse, combat ritualisé, musicalité et chant. Échauffement, renforcement musculaire, apprentissage des mouvements du jeu, découverte des percussions et des chants. Ados et adultes. À partir de 13 ans.

COURS DE MUSICALITÉ

JOURS : MARDI 19H30-21H30 (SALLE 1)

COURS DE MOUVEMENTS

JOURS : MERCREDI 20H30-22H30 (SALLE DE DANSE)

LIEU : MAISON POUR TOUS DE PENHARS

39 BD DE BRETAGNE, EN SALLE DE DANSE

asso.camab29@gmail.com

CIRQUE

Balles à fond

Arts du cirque, loisirs et perfectionnement. Parents-enfants, éveil, découverte. À partir de 4 ans, jusqu'à l'âge adulte.

JOURS : TOUS LES JOURS SAUF LUNDI ET DIMANCHE

TARIFS : ENTRE 196€ ET 400€, ADHÉSION 6€

MINEURS ET 12€ ADULTES, LICENCE 22,70€ (TARIFS

PRÉFÉRENTIELS SELON LE QUOTIENT FAMILIAL)

LIEU : MAISON DU CIRQUE, 11 RUE DU MAINE

TÉL. 02 98 10 29 83

ballesafond@wanadoo.fr / ballesafond.net

COURSE À PIED

Kemper Sport Découverte

Course et marche. À partir de 16 ans.

JOURS : MERCREDI 18H-19H30, DIMANCHE 10H-11H30

TARIF : 20€ ADHÉSION

LIEU : STADE DE CREAC'H GWEN ET

BOIS DE KERADENNEC

CONTACT : FRÉDÉRIC LANDOUARD

TÉL. 06 47 30 61 03

kempersportdecouverte@gmail.com

Quimper Footing Loisirs

Course et marche. À partir de 16 ans.

JOURS : DU LUNDI AU JEUDI 18H30-20H,

DIMANCHE 9H30-11H

TARIF : 25€ L'ANNÉE

LIEU : MAISON DU BRADEN

CONTACT : PHILIPPE EMIG

TÉL. 06 48 94 87 94

philippe.emig@neuf.fr / qflphotos@gmail.com

quimperfootingloisirs.fr

COURSE D'ORIENTATION

Quimper Orientation Coatarmor

JOURS : SAMEDI, COMPÉTITION LE DIMANCHE

TARIFS : -18 ANS 60€, +18 ANS 100€, FAMILLE 210€

LIEU : BOIS D'AMOUR, CREAC'H GWEN,

KERADENNEC, PENVILLERS, VALLON ST-LAURENT

CONTACT : JOËL LE COZ

TÉL. 06 81 11 93 24

joel1.lecoz@orange.fr / quimper-orientation.fr

CROSSFIT

Amicale Laïque de Quimper section musculation

À partir de 16 ans.

JOURS : TOUS LES JOURS 7H-22H

TARIFS : 120€ À 160€

LIEU : 4 RUE BOURLA

CONTACT : XAVIER MONGEREAU

TÉL. 06 40 12 05 20

alaiquequimper@orange.fr / alquimper.fr

CYCLISME

Kerfeunteun Animation Sportive

Tour du Finistère Cycliste, 11 mai 2024

CONTACT : MARC FAYET, COMITÉ ORGANISATEUR

DU TOUR DU FINISTÈRE CYCLISTE PROFESSIONNEL

TÉL. 06 84 35 16 73

marc.fayet2@wanadoo.fr / tourdufinisterecycliste@gmail.com

Leucémie Espoir cyclisme

À partir de 6 ans.

JOURS : SAMEDI À 14H30

LIEU : PARKING DE LA CCI DU BOIS DE KERADENNEC

CONTACT : FRÉDÉRIC FORTIN

TÉL. 06 03 08 13 35

fortinfred@free.fr

Vélo Sport Quimpérois

Sport cycliste de compétition, école de cyclisme, route, piste, cyclo-cross, VTT. Keradennec, vélodrome... À partir de 5 ans.

JOURS : SAMEDI ET MERCREDI

TARIFS : SELON L'ÂGE ET LA CATÉGORIE

LIEU : ÉCOLE DE VÉLO, VÉLODROME ABEL-FLOCH, RUE PEN AR STANG

CONTACT : MICKAËL CALVEZ

TÉL. 06 52 95 01 13 OU 06 79 33 54 88

velosportquimper@gmail.com / vsquimperois.fr

CYCLOTOURISME

Cyclos Randonneurs Quimper Cornouaille



École de cyclotourisme à partir de 8 ans. Adulte.

JOURS : JEUDI APRÈS-MIDI ET DIMANCHE MATIN (ADULTE),

SAMEDI DE 14H30 À 17H (À PARTIR DE 8 ANS)

CONTACT : DANIEL LE MOULLEC

TÉL. 02 98 52 97 53

crqc29@gmail.com

Quimper Cyclo Club

Cyclisme et VTT. À partir de 18 ans.

JOURS : MARDI, JEUDI MATIN, DIMANCHE

TARIFS : DE 50€ À 100€

LIEU : MPT DU MOULIN VERT

CONTACT : SERGE LE BIGOT

TÉL. 06 44 39 47 88

cycles-lebigot@wanadoo.fr / quimpercycloclub.com/index.php

DANSE

A Mi Danse

Rock'n'roll, salsa, bachata, line dance et danses de salon : valse, tango, paso doble, cha-cha-cha, samba, rumba. Pour adultes et adolescents.

JOURS : DU LUNDI AU JEUDI EN SOIRÉE ET VENDREDI APRÈS-MIDI.

STAGES : 1 DIMANCHE PAR MOIS.

TARIFS : À PARTIR DE 260€ À L'ANNÉE ET 25€ EN STAGE

LIEU : GYM IN, SALLE DE L'UBO, FOYER DES CHÂTAIGNIERS

CONTACT : SONIA DAVID

TÉL. 06 87 17 71 87

contact@amidanse.fr / amidanse.fr

Centre des abeilles

Danse Modern Jazz – Adultes

JOURS : JEUDI 18H15-19H45 ET 20H-21H30

TARIFS : 205€/AN

LIEU : CENTRE DES ABEILLES, 4 RUE SERGENT LE FLAO

CONTACT : LIUDMYLA MAUPOME

TÉL. 02 98 55 33 13

contact@centredesabeilles.fr / centredesabeilles.fr

Compagnie Del Gesto

Danse d'expression africaine, créations chorégraphiques, ateliers de pratique artistique.

À partir de 15 ans.

HORAIRES : COURS ADULTES ET ADOS : MERCREDI 20H

LIEU : ÉCOLE EDMOND-MICHELET

TARIF : 75€ LE TRIMESTRE

CONTACT : SERGIO ARGOLAS

TÉL. 02 98 53 79 27

cie.delgesto@gmail.com

Hip Hop New School

École de danses hip-hop et parkour.

À partir de 4 ans.

JOURS : MARDI, MERCREDI, VENDREDI, SAMEDI

TARIFS : DE 180€ À 220€

LIEU : 113, ROUTE DE PONTL'ABBÉ

TÉL. 09 53 32 21 93

contact.hiphopnewschool@gmail.com / hiphopnewschool.bzh

Pomme Piment Danses et Musiques

Association de danse moderne et autres styles. Cours, stages, sorties culturelles, ateliers de création. Avec Anne Pohon. Cours d'éveil à la danse, initiation à la danse, danse moderne, danse africaine, street dance, ateliers chorégraphiques. Enfants, ados, adultes.

JOURS : LUNDI, MARDI, MERCREDI, JEUDI ET SAMEDI
LIEU : MJC KERFEUNTEUN, SALLE STANG AR C'HOAT, SALLE DU QUINQUIS

CONTACT : ANNE POHON

TÉL. 02 98 95 46 25 (MJC) - 06 18 89 61 78 (ANNE)

pommepimentdancesetmusiques@gmail.com

ÉCHECS

Échiquier Quimpérois

Cours d'initiation et de perfectionnement.

À partir de 6 ans.

ADULTES :

JOURS : MARDI 20H-21H (DÉB.), 20H-22H30 (CONF.)

6-18 ANS :

JOURS : VENDREDI 17H15-18H15 (DÉBUTANTS/DÉB. +),

18H30-19H30 (CONFIRMÉS/CONF. +)

LIEU : MPT DE KERFEUNTEUN 4 RUE TEILHARD-DE-CHARDIN

TARIFS : 80€ (COURS, LICENCE, ASSURANCE) +

ABONNEMENT MPT- MDQ

CONTACT : JEAN-MARC LE GUÉHENNEC (PRÉSIDENT)

TÉL. 06 17 57 33 04

contact@echiquierquimerois.fr / echiquierquimerois.fr

ÉQUITATION

Centre équestre UCPA

À partir de 3 ans.

JOURS : DU LUNDI AU DIMANCHE

TARIF : À PARTIR DE 185€ LE TRIMESTRE

LIEU : CHEMIN DE TOULVEN

CONTACT : ANNE LE LAY

TÉL. 02 98 54 84 02

quimper@ucpa.asso.fr / quimper.ucpa.com

Poney club de Kerzon - Landudal

À partir de 3 ans.

JOURS : MARDI, MERCREDI, VENDREDI, SAMEDI

TARIF : À PARTIR DE 130€, 10 SÉANCES

LIEU : LANDUDAL

CONTACT : ÉLODIE SERPE

TÉL. 07 85 99 35 22

aek.acceuil@gmail.com / poneyclubkerzon.wixsite.com

ESCALADE

GDO Quimper Escalade

Accueil de tous les publics sur différents créneaux en fonction de son niveau de pratique et de ses envies. Stages sur les vacances avec Atout Sport. Encadrants diplômés. À partir de 4 ans.

JOURS : DU MARDI AU SAMEDI (ENFANTS),
LUNDI, MERCREDI, VENDREDI, SAMEDI (ADULTES).
LIEU : HALLE DES SPORTS DE PENHARS
CONTACT : PASCAL MICHEL
TÉL. 02 98 55 30 92
contact@lesgdo.org / lesgdo.org

ESCRIME

Escrime Quimper Cornouaille

À partir de 5 ans. Pratique du sabre et de l'épée.

JOURS : MERCREDI 13H30-20H30,
VENDREDI 17H30-21H30, SAMEDI 14H-16H30
TARIFS : 180€ + 60€ LICENCE + 60€ LOCATION DE LA TENUE COMPLÈTE
LIEU : 5 RUE DE KERFILY
CONTACT : CAMILLE DONNART
TÉL. 07 87 08 19 04
escrime.quimpercornouaille@gmail.com / eqc-asso.fr

FOOTBALL AMÉRICAIN

Kelted Quimper Football Américain

École de Flag de 7 à 14 ans (mixte). Flag adolescents et adultes dès 15 ans (mixte). Football américain dès 13 ans.

JOURS : LUNDI 19H-21H (FOOT AM),
MARDI 19H-20H30 (FLAG ADO-ADULTES, FOOT AM U20),
JEUDI 18H30-20H30 (FOOT AM),
SAMEDI 10H-11H30 (ÉCOLE DE FLAG), 10H-12H30
(FOOT AM U14-U17-U20),
DIMANCHE MATCH CADETS, JUNIORS ET SENIORS
TARIFS : LICENCE FLAG 50€, FOOTBALL AMÉRICAIN
110€ À 175€, LOC. ÉQUIPEMENT 50€/AN.
LIEU : PÔLE SPORTIF DE CREAC'H GWEN
CONTACT : BLANDINE JOUNIER
TÉL. 07 83 79 84 72
kelted.quimper@gmail.com / kelted.com /  [keltedQuimper](https://www.facebook.com/keltedQuimper)

FOOT CORPORATIF

USACQ (union sportive des associations corporatives quimpéroises)

À partir de 18 ans.

JOURS : DIMANCHE MATIN 10H
CONTACT : HERVÉ LE DOUR
TÉL. 06 36 30 50 84
usacq29@gmail.com / foot-corpo.org /  [usacq foot corpo](https://www.facebook.com/usacqfootcorpo)
ledour.herve@live.fr

FOOTBALL

Football Club Quimper Penhars

De U6 à U13 et de U16 à seniors.

TARIFS : SENIORS 130€, JEUNES 110€, ÉCOLE DE FOOT
80€ (ÉQUIPEMENT COMPRIS POUR CETTE CATÉGORIE)
LIEU : STADES KERVAHUT, COUBERTIN, CORNIGUEL,
CREAC'H GWEN
CONTACT : PHILIPPE COLIN
TÉL. 06 76 24 22 78
fcap@fcquimperpenhars.fr / fcqpenhars.fr

Quimper Ergué-Armel Football Club

École de foot 6-9 ans et 10-11 ans en championnat. Football jeunes 11-16 ans. Football masculin seniors à partir de 17 ans.

JEUNES 6-9 ANS

JOURS : SAMEDI 10H-11H45
CHAMPIONNAT 10-11 ANS

JOURS : MARDI, MERCREDI, VENDREDI, SAMEDI

ENTRAÎNEMENTS FOOTBALL JEUNES

HORAIRES : FIXÉES EN DÉBUT DE SAISON

ENTRAÎNEMENTS FOOTBALL MASCULIN SENIORS

JOURS : MERCREDI, VENDREDI 19H-21H

TARIFS : LICENCE 110€ (2015-2018),
140€ (2013-2014).

NOUVEAUX JOUEURS (2015-2018) : TENUE DU CLUB
(SHORT, MAILLOT, CHAUSSETTES) 50€.

FOOTBALL JEUNES 160€.

FOOTBALL SENIORS 170€.

MAILLOT D'ÉCHAUFFEMENT OFFERT.

LIEU : STADE JEAN BRÉLIVET

CONTACT : JEAN-LUC JEGOT

TÉL. 06 25 20 27 93

jean-luc.jegot@wanadoo.fr

Quimper Italia Calcio

CLASS FOOT ACADEMY

JOURS : ENFANT 3 À 13 ANS : MERCREDI MATIN ET APRÈS-MIDI / JEUNE DE 14 À 18 ANS : MARDI, MERCREDI, JEUDI 17H30-19H, MATCH LE SAMEDI MATIN OU APRÈS-MIDI. STAGES DE FOOT PENDANT LES VACANCES SCOLAIRES

FOOT À 11 SENIOR MASCULIN

JOURS : 2 ENTRAÎNEMENTS/SEMAINE

FUTSAL SENIOR MASCULIN ET FÉMININ

JOURS : COMPÉTITION EN SEMAINE

SPORT, SANTÉ, BIEN-ÊTRE

FOOT EN MARCHANT (40 À 70 ANS)

TARIF : LICENCE 35€/TRIMESTRE

CONTACT : SYLVIA LE FUR

TÉL. 06 83 89 69 03

sylvia.aline.lefur@gmail.com / micheleciocce@orange.fr
quimper-italia.fr

Quimper Kerfeunteun Football Club

École de foot 4-13 ans. Foot à 11 des U14 aux seniors garçons.

JOURS : MERCREDI, SAMEDI, L'APRÈS-MIDI

TARIFS : ENTRE 110€ ET 130€ / 170€ FOOT À 11. TARIFS DÉGRESSIFS EN FONCTION DU NOMBRE DE LICENCIÉS PAR FAMILLE.

LIEU : STADE DE PENVILLERS, 31 RUE LÉONJOUHAUX

TÉL. 02 98 95 31 31 / 06 35 39 39 24

quimper-kerfeunteun.fc@orange.fr / qqkfc.fr

Union Sportive Portugaise

Football seniors

JOURS : MARDI ET JEUDI 19H-21H (ENTRAÎNEMENTS), DIMANCHE APRÈS-MIDI (COMPÉTITIONS)

LIEU : STADE DE PRAT AR ROUZ

uspquimper@hotmail.fr

FOOTBALL FÉMININ

Quimper Kerfeunteun Football Club féminin

À partir de 4 ans.

TARIFS : ENTRE 70€ ET 100€. TARIFS DÉGRESSIFS EN FONCTION DU NOMBRE DE LICENCIÉS PAR FAMILLE.

LIEU : STADE DE KERHUEL

TÉL. 02 98 95 31 31 OU 06 78 36 93 87

quimper-kerfeunteun.fc@orange.fr / qkfc.fr

FOOTBALL GAÉLIQUE

Kerné Football Gaélique

À partir de 16 ans.

JOURS : JEUDI 20H15

TARIF : 60€

LIEU : PÔLE SPORTIF DE CREAC'H GWEN

CONTACT : HOEL MALEUVRE

TÉL. 06 61 71 70 41

gaeliquequimper@hotmail.fr / gaeliquequimper.wixsite.com/kernelg

GOLF

Association sportive Golf Club de l'Odet

À partir de 6 ans.

LIEU : MENEZ CROAS, CLOHARS-FOUESNANT

CONTACT : JEAN-CLAUDE GOUNOD

TÉL. 02 98 54 89 22

as.golfodet@orange.fr / asgolfodet.fr

Association sportive Golf de Kerbernez



À partir de 7 ans.

LIEU : ROUTE DES CHÂTEAUX PLOMELIN

CONTACT : PATRICK DIEUSET

TÉL. 06 89 82 90 91

patrick.dieuset@wanadoo.fr / golfdekerbernez.com

Association sportive Golf de Lanniron

À partir de 6 ans.

TARIFS : DE 43€ À 350€

LIEU : ALLÉE DE LANNIRON

CONTACT : BERTRAND COATHALEM

TÉL. 06 78 42 85 06

contact@bertrandcoathalem.com

GOUREN (LUTTE BRETONNE)

Skol Gouren Kemper



À partir de 4 ans.

JOURS : VENDREDI

TARIF : À PARTIR DE 132€

LIEU : HALLE DES SPORTS DE PENHARS

CONTACT : DOMINIQUE BARRERE

TÉL. 06 83 23 88 36

skolgourenkemper@gmail.com

skolgourenkemper.wixsite.com/skolgourenkemper

GYMNASTIQUE

Amicale Laïque de Quimper

Gym fitness, gym douce, renforcement musculaire, zumba.

GYM DOUCE

JOURS : LUNDI 11H-12H

GYM FITNESS CUISSES- ABDOS-FESSIERS ADULTES ET ADOS

JOURS : JEUDI 12H30-13H30

RENFORCEMENT MUSCULAIRE

JOURS : MARDI 18H30-19H30

ZUMBA ADULTES-ADO

JOURS : MARDI 19H45-20H45, SAMEDI 11H-12H

ZUMBA ENFANTS

JOURS : SAMEDI 13H30-14H30

TARIFS : 160€ (SAUF ZUMBA ADULTES-ADO : 175€)

LIEU : 4 RUE BOURLA

CONTACT : NICOLE RAOUL

TÉL. 02 98 90 08 77

gym.alquimper@gmail.com

ARPAQ (Association de Retraités et Personnes Âgées de Quimper)

Gymnastique, Pilates

GYMNASTIQUE

JOURS : MARDI 9H-10H ET 10H-11H

LIEU : SALLE DES CHÂTAIGNIERS

PILATES

JOURS : MARDI 9H-12H, VENDREDI 15H15-16H15

LIEU : SALLE DE L'ARPAQ

TARIFS : 32 SÉANCES, 105€ (GYM) 107€ (PILATES)

CONTACT : VOIR PAGE 48

Centre des abeilles

Atelier équilibre. Gymnastique dynamique, stretching. Gymnastique d'entretien. Qi gong. Détente et mobilité, gym méthode Ehrenfried.

ATELIER ÉQUILIBRE ADULTES

JOURS : JEUDI DE 15H30 À 16H30

TARIF : 65€ 12 SÉANCES + ADHÉSION 15€

CONTACT : SOPHIE GILLES - TAMM KREIZ

TÉL. 02 98 82 62 55

GYMNASTIQUE DYNAMIQUE, STRETCHING

JEUNES ET ADULTES

JOURS : MARDI 18H-19H ET 19H15-20H15,

VENDREDI 18H30-19H30

TARIF : 145€

GYMNASTIQUE D'ENTRETIEN ADULTES

JOURS : MARDI 11H15-12H15, VENDREDI 10H-11H

TARIF : 145€

QI GONG JEUNES ET ADULTES

LES MOUVEMENTS SONT LENTS, FLUIDES ET DENSES, LE CORPS S'ASSOULI, SE RENFORCE, L'ESPRIT S'APaise, S'ÉCLAIRCIT, TOUT CIRCULE.

JOURS : JEUDI 9H30-10H45

TARIF : 200€

QI GONG ADAPTÉ ADULTES

CONVIENT AUX PERSONNES DÉBUTANTES, GRÂCE À UN RYTHME ET DES MOUVEMENTS ADAPTÉS.

JOURS : JEUDI 10H45-12H

TARIF : 200€

DÉTENTE ET MOBILITÉ ADULTES

GYM MÉTHODE EHRENFRIED, UNE APPROCHE CORPORELLE GLOBALE, RESPECTUEUSE DU RYTHME DE CHACUN.

JOURS : JEUDI 12H-13H15

TARIF : 200€

LIEU : CENTRE DES ABEILLES, 4 RUE SERGENT LE FLAO

CONTACT : BRIGITTE BOUCHAUD

TÉL. 02 98 55 33 13

contact@centredesabeilles.fr / centredesabeilles.fr

Gymnastique Volontaire de l'Odet



Gymnastique d'entretien pour adultes femmes, aquagym. Gymnastique dynamique, Pilates, stretching. De 16 à 90 ans.

PILATES

JOURS : LUNDI 13H30-14H30

LIEU : MAIRIE D'ERGUÉ-ARMELE

GYM DYNAMIQUE

JOURS/LIEU : LUNDI 19H-20H ÉCOLE JACQUES-PRÉVERT, MARDI 9H-10H ET JEUDI 12H15-13H15 HALLE DES SPORTS D'ERGUÉ-ARMELE (SALLE JUDO), JEUDI 18H15-19H15 ÉCOLE E. MICHELET (BRADEN)

GYM D'ENTRETIEN

JOURS/LIEU : LUNDI 10H30-11H30, VENDREDI 10H15-11H15 MAIRIE D'ERGUÉ-ARMELE, MERCREDI 10H15-11H15 ÉCOLE LÉON-BLUM

AQUAGYM (bonnet de bain obligatoire)

JOURS : MERCREDI 17H30-18H15 ET 18H15-19H

LIEU : AQUARIVE, 159 BD DE CREAC'H GWEN

STRETCHING

JOURS : LUNDI, JEUDI 11H30-12H30

LIEU : MAIRIE D'ERGUÉ-ARMELE

TARIFS : 110€ À 330€ LICENCE COMPRISE.

RÉDUCTION - DE 18 ANS ET DEMANDEURS D'EMPLOI.

CONTACT : SYLVIE LE NOUY

TÉL. 06 75 51 72 27

gvo.quimper@outlook.fr

Gymnastique Volontaire de Quimper



Gymnastique dynamique et d'entretien, cours adaptés aux maladies cardio-vasculaires, gymnastique aquatique, pilates, gym douce. Adultes, seniors.

GYMNASTIQUE D'ENTRETIEN ADULTES

JOURS : MARDI 10H10, MERCREDI 9H30, JEUDI 10H20

GYMNASTIQUE DYNAMIQUE ADULTES

JOURS : LUNDI 9H15, 12H30, 19H30, MARDI 9H, 18H, MERCREDI 10H45, JEUDI 9H15, 18H15, VENDREDI 9H15

GYM SANTÉ ADULTES

JOURS : MARDI 11H15

TARIFS : 120€ TARIF DÉGRESSIF POUR 2 ACTIVITÉS OU PLUS (LICENCE ET ASSURANCE INCLUSES)

GYMNASTIQUE ADAPTÉE ADULTES

JOURS : MARDI, JEUDI 16H-17H30.

PILATES ADULTES

JOURS : LUNDI 18H, JEUDI 19H15, VENDREDI 11H15

TECHNIQUES DOUCES ADULTES

JOURS : MERCREDI 12H

TARIFS : 120€ (LICENCE ET ASSURANCE INCLUSES)

LIEU : SALLE SOUS LA MAIRIE D'ERGUÉ-ARMEU OU ÉCOLE ST-JOSEPH

CONTACT : FRANÇOISE LE MAÎTRE

TÉL. 07 80 32 85 98

gv.quimper@gmail.com / gvdequimper.fr

La Quimpéroise



Gymnastique artistique et d'entretien pour garçons et filles de 2 à 77 ans.

BABY GYM : DE 2 À 3 ANS

ÉVEIL GYMNIQUE : DE 4 À 5 ANS

ÉCOLE DE GYMNASTIQUE (+ TRAMPOLINE) :

DE 6 À 50 ANS

GROUPE COMPÉTITION : DE 7 À 50 ANS

GYMNASTIQUE DOUCE : DE 50 À 77 ANS

GYMNASTIQUE TONIC : (ABDOS, FESSIERS, STEP...)

À PARTIR DE 16 ANS

JOURS : LUNDI, MARDI, JEUDI 17H-20H, VENDREDI

17H-21H, MERCREDI ET SAMEDI 10H-19H30,

DIMANCHE 10H45-12H

TARIFS : 140€ À 240€, 250€ À 270€ GROUPES

COMPÉTITIONS (STAGES INCLUS), 170€ GYM TONIC

ET 60€ GYM DOUCE (DIMANCHE MATIN)

LIEU : GYMNASSE MUNICIPALE 47 RUE PEN AR STANG

TÉL. 02 98 90 10 77

laquimperoise@wanadoo.fr

Senior Sport Santé à Quimper

Gymnastique de maintien en forme (GMF) – 50 ans et plus. Du 1^{er} septembre au 30 juin.

JOURS : MER 16H/16H50/17H45, VEN 14H, 14H55/15H45

TARIFS : 71€ POUR 3 ACTIVITÉS PARMI CELLES

PROPOSÉES PAR LE CLUB. CARTE DÉCOUVERTE 10€

LIEU : MAISON DE QUARTIER DU CORNIGUEL

CONTACT : MARC DORNET

TÉL. 02 98 50 21 87

retraitesportivequimper@gmail.com / retraite-sportive-quimper.fr

UJAP Gymnastique

Gymnastique féminine aux agrès. À partir de 4 ans.

JOURS : MARDI 18H-19H30, VENDREDI 18H-20H,

SAMEDI 10H30-12H30, 13H30-15H30 OU

15H45-16H30 SELON L'ÂGE

TARIFS : 140,01€ (6-10 ANS), 159,99€ (10-14 ANS, 14 ANS ET +), 99,99€ (4-5 ANS)

LIEU : GYMNASSE DE L'UJAP RUE JULES NOËL,

SALLE LOUIS ET JEAN LE BOËDEC

CONTACT : AUDE DALBIES

ujapgym@gmail.com / ujapgym.wordpress.com

GYMNASTIQUE AQUATIQUE

Gymnastique Volontaire de Quimper

À partir de 18 ans.

JOURS : MARDI 11H30-12H15, SAMEDI 14H-14H45

TARIFS : À PARTIR DE 145€, (TARIF DÉGRESSIF POUR 2 ACTIVITÉS OU PLUS (LICENCE ET ASSURANCE INCLUSES)

LIEU : AQUARIVE, 159 BD DE CREAC'H GWEN

CONTACT : FRANÇOISE LE MAÎTRE

TÉL. 07 80 32 85 98

gv.quimper@gmail.com / gvdequimper.fr

Piscine Aquarive

Circuit training. À partir de 16 ans.

JOURS : VENDREDI DE 19H À 19H45

TARIF : 77,50€ LE TRIMESTRE

LIEU : 159 BOULEVARD DE CREAC'H GWEN

TÉL. 02 98 52 00 15

aquarive@quimper.bzh

quimper-bretagne-occidentale.bzh/208-piscines.htm

GYMNASTIQUE RYTHMIQUE

Quimper GR en Finistère

À partir de 3 ans.



JOURS : DU LUNDI AU SAMEDI

TARIFS : DE 150€ À 295€

LIEU : GYMNASSE COLLÈGE BRIZEUX, LA HALLE DES SPORTS D'ERGUÉ-ARME ET AUTRES SALLES

CONTACT : SARAH HERRY OU VALERIE BOTHOREL

TÉL. 06 12 22 52 09 OU 06 62 34 20 46

quimpergr29@gmail.com / quimpergrenfinistere.fr

HALTÉROPHILIE

Amicale Laïque Quimper

À partir de 9 ans.



JOURS : DU LUNDI AU VENDREDI

HORAIRE : 17H À 20H

TARIFS : 60€ À 150€, - DE 20 ANS 80€, + DE 20 ANS

90€, LOISIR ÉTUDIANT / SANS EMPLOI : 120€

LIEU : 4 RUE BOURLA

TÉL. 06 15 41 24 38

alq.halterophilie@hotmail.fr

alqh.free.fr/actualites/actu/actualites.htm

HANDBALL

Ergué Quimper Handball

Club affilié FFHB, pratique en compétition, loisir et handfit.

TARIFS : DE 100€ À 180€

LIEU : SALLE MAX-JACOB À QUIMPER ET COMPLEXE

SPORTIF CROAS SPERN À ERGUÉ-GABÉRIC

CONTACT : NOLVWENN KERRINCKX

presidenteqhb@gmail.com / erguequimperhandball.bzh

HIIT

Sport Pour Tous

Renforcement cardio intense.

JOURS : MERCREDI 19H30-20H30

TARIFS : 150€ + 22€ ADHÉSION

LIEU : ÉCOLE PAULINE KERGOMARD

CONTACT : VOIR PAGE 49

HOCKEY SUBAQUATIQUE

Diaouliged Bro Gerné

À partir de 11 ans.

JOURS : JEUDI 20H45-21H45, SAMEDI, DIMANCHE 9H-11H

TARIFS : DE 50€ À 100€

LIEU : PISCINE KERLAN VIAN

CONTACT : FRÉDÉRIC FRESNE

TÉL. 06 60 58 42 23

frederic.fresne@orange.fr / diaouligedbrogerne.ze-forum.com

JUDO

Dojo de Cornouaille

Judo à partir de 4 ans. À partir de 13 ans : jujitsu, self défense, taïso.

JOURS : DU LUNDI AU SAMEDI

TARIFS : 140€ À 220€ (LA COTISATION PERMET

DE FAIRE PLUSIEURS COURS PAR SEMAINE)

LIEU : HALLES DES SPORTS D'ERGUÉ-ARME ET DE PENHARS

CONTACT : SAMUEL MOTTIN

TÉL. 07 83 99 80 24

info@dojo-cornouaille.com / dojo-cornouaille.com

Dojo sanshiro



Judo, jujitsu, taïso, aikido. À partir de 4 ans.

JOURS : DU LUNDI AU SAMEDI

TARIFS : DE 170€ À 230€

LIEU : DOJO SANSHIRO, 16 RUE PIERRE BROSSOLETTE

CONTACT : GILLES QUENET

TÉL. 02 98 52 11 65 OU 06 70 38 32 77

contact@dojo-sanshiro.fr / dojo-sanshiro.fr

KARATÉ

Karaté Club de Quimper

Karaté et self défense, Kobudo. À partir de 6 ans.

JOURS : DU LUNDI AU SAMEDI

TARIFS : DE 176€ À 249€

LIEU : COLLÈGE LA TOUR D'AUVERGNE (ENTRÉE RUE ÉLIE-FRÉRON)

CONTACT : FRÉDÉRIC AYASSAMY

TÉL. 06 25 91 28 57

contact@karate-club-quimper.com / karate-club-quimper.fr

Karaté Shoto JKA Quimper

Karaté, sport de combat, self défense, sport loisir, arts martiaux. Adultes.

JOURS : MERCREDI 19H-21H, JEUDI 19H30-21H

TARIF : 320€

LIEU : HALLE DES SPORTS DE PENIHARS

CONTACT : PATRICK ROUDOT

TÉL. 06 61 95 23 70 OU 02 98 87 20 57

pat.roudot291@orange.fr / shotokarate-quimper.skyrock.com

KENDO

Cercle d'Escrime Japonaise de Cornouaille

À partir de 10 ans.

JOURS : MARDI 18H30-21H, SAMEDI 10H-12H

TARIFS : 105€ À 135€

LIEU : GYMNASSE PAUL-BERT (COLLÈGE BRIZEUX)

CONTACT : FRANÇOIS BORDELET

TÉL. 02 98 64 76 53 OU 06 88 48 75 76

kendo.kemper@gmail.com / kendo.kemper.free.fr

KICKBOXING

Amicale Laique de Quimper

À partir de 12 ans.

JOURS : MERCREDI ET VENDREDI 19H-21H

TARIFS : DE 150€ À 180€

LIEU : 4 RUE BOURLA

CONTACT : ALLAND ABBEY

TÉL. 02 98 90 08 77

alaiquequimper@orange.fr / alquimper.fr

Boxing Club de l'Ouest

Boxe pieds/poings, kickboxing, full-contact, boxe thaï. K1 rules.

JOURS : LUNDI 18H-19H (5-12 ANS), 19H15-20H45 (ADOS/ADULTES)

TARIFS : 170€ (- 15 ANS), 220€ (+ 14 ANS)

UNE COTISATION VALABLE DANS 9 VILLES

LIEU : HALLE DES SPORTS DE PENIHARS

CONTACT : DOMINIQUE PANN

TÉL. 06 30 37 18 54 OU 02 98 52 80 00

boxingclubdelouest@orange.fr / boxingclubdelouest

KRAV MAGA

Krav Maga Penn Ar Bed

Méthode de self défense simple, efficace et rapidement assimilable, le krav maga se veut pragmatique et accessible au plus grand nombre. À partir de 15 ans.

JOURS : LUNDI, MERCREDI 19H- 20H15

TARIF : 220€ L'ANNÉE

LIEU : 1 RUE FRANÇOIS-MARIE ANDRÉ MOULIN DES LANDES (CFA DU BÂTIMENT DERRIÈRE CHEZ BUT)

CONTACT : ARNAUD COUDRAY

TÉL. 06 63 82 26 43

sebastien@krav-maga.fr

krav-maga-finistere.fr / [kravmagaquimper](https://www.instagram.com/kravmagaquimper)

KUNG-FU

Association Qimpéroise de Vô-Thuât Y-Quyên

Arts martiaux sino-vietnamiens. Cours tous niveaux à partir de 15 ans.

JOURS : VÔ THUÂT : MARDI ET VENDREDI 19H15

TAÏ JI QUAN : VENDREDI 19H15

TARIFS : VÔ THUÂT 1 55€, TAÏ JI QUAN 100€

LIEU : ÉCOLE ÉMILE ZOLA

CONTACT : FRANÇOIS BERNARD

TÉL. 06 15 88 51 59

francois.bernard64@orange.fr

MODÉLISME

Club d'Aéro Modélisme de Quimper Cornouaille

CONTACT : MARC LE BRET

TÉL. 02 98 56 42 88

cadqc@orange.fr

MARCHE ET RANDONNÉE

Accueil des Villes Françaises - AVF

À partir de 18 ans.

JOURS : MARDI

TARIFS : 10€ + ADHÉSION 35€

LIEU : VARIABLE (CF LIEN SUR SITE)

TÉL. 02 98 95 79 78

avfquimper@free.fr / avf.asso.fr/fr/quimper

Amicale Laïque de Quimper

JOURS : MARDI 13H30-17H ET DIMANCHE 8H30-12H
CONTACT : FANCH DUBOSSE
TÉL. 02 98 53 58 85
alaiquequimper@orange.fr / alquimper.fr

ARPAQ

JOURS : LUNDI 13H30 À 17H
TARIFS : 170€, 6,50€ LA SORTIE
LIEU DÉPART : PISCINE KERLIAN VIAN
CONTACT : VOIR PAGE 48

Les Marcheurs de Cornouaille

Rando, séjours rando, marche Audax, marche santé. Balisage et entretien des sentiers. À partir de 7 ans.

JOURS : MERCREDI, DIMANCHE
CONTACT : RAYMOND ABOMNÉS
TÉL. 06 38 19 38 81
marcheursdecornouaille.fr

Les Marcheurs de la Fontaine

À partir de 18 ans.

JOURS : JEUDI 13H30 RANDONNÉE,
RYTHME 4 KM/H, COVOITURAGE
CONTACT : CHRISTINE LE BIGOT (PRÉSIDENTE)
TÉL. 06 98 57 73 43
christinelebigot@orange.fr

Les Sentiers du Stangala

Randonnées pédestres, balisage, entretien et éco-veille des chemins de randonnée.

JOURS : SAMEDI APRÈS-MIDI, À LA JOURNÉE UNE FOIS PAR MOIS. DERNIER JEUDI DE CHAQUE MOIS : CHANTIER D'ENTRETIEN ET DE BALISAGE
CONTACT : GEORGES KERVERN
TÉL. 06 33 11 23 58
contact@sentiersdustangala.fr / les-sentiers-du-stangala.jimdosite.com

Loisirs et solidarités des retraités des PTT du Finistère sud

Ouvert à tous à partir de 55 ans.

DÉPART DES RANDONNÉES

JOURS : MARDI 14H (12-14 KM, RYTHME 4 KM/H),
JEUDI 14H (RYTHME 3-4 KM/H, G1 8-10 KM/G2 7-8 KM).
HORS VACANCES SCOLAIRES ET JUILLET/AOÛT.

DÉPART DES BALADES CONVIVIALES

JOURS : VENDREDI 14H30 (4-5 KM, RYTHME LENT),
HORS VACANCES SCOLAIRES ET JUILLET/AOÛT.
LIEU : SUIVANT LA LOCALISATION DE LA RANDONNÉE (COVOITURAGE POSSIBLE).
TARIFS : 27€/PERSONNE, 51€/COUPLE, À L'ANNÉE
lsrpt29s@gmail.com / lsrpt29s.org

Quimper rando

Randonnées pédestres et balisage de sentiers pour adhérents détenteurs d'une licence FFRP. Randonnées à la journée tous les dimanches, sur une distance de 20 à 24 kms et à l'après-midi tous les 15 jours sur une distance de 10 à 12 kms. Covoiturage organisé depuis la place de la Résistance. Entretien des balisages existants: Grande Randonnée GR34, GR38, PR (promenade et randonnée) et circuits intercommunautaires.

JOURS : DIMANCHE EXCLUSIVEMENT
TARIFS : LICENCE INDIVIDUELLE 41€, FAMILLE 69€
CONTACT : RONAN DAGORN
TÉL. 06 88 95 12 39
rando.quimper@gmail.com / quimperrando.jimdofree.com

Senior Sport Santé à Quimper

Marche santé au départ de la piscine Aquarive le lundi 15h30, au départ de la Maison de quartier du Corniguel le vendredi à 16h45. Randonnées sur des itinéraires balisés ou non de 8 à 10 kms le mardi et jeudi 8h30 et 13h au départ de la Maison de quartier du Corniguel.

JOURS : LUNDI, MARDI, JEUDI, VENDREDI
HORAIRES : 8H30, 13H, 15H30, 16H45,
TARIFS : 71€/AN POUR 3 DES ACTIVITÉS PROPOSÉES PAR LE CLUB. CARTE DÉCOUVERTE À 10€ OU 15€
CONTACT : RETRAITE SPORTIVE QUIMPER (CF. PAGE 48-49)

MARCHE NORDIQUE ET RUNNING

Quimper Athlétisme

À partir de 14 ans.

CONTACT : MOÏSE EUGENE
TÉL. 07 87 07 31 01
quimper.athle@orange.fr / quimper-athle.com

Senior Sport Santé à Quimper

En collaboration avec le Club Vitalité Océane à Quimper. 50 ans et +.

JOURS : MARDI 13H
LIEU : MAISON DE QUARTIER DU CORNIGUEL
TARIF : 71€ POUR 3 ACTIVITÉS DU CLUB.
CONTACT : MARC DORNET
TÉL. 02 98 50 21 87
retraitesportivequimper@gmail.com / retraite-sportive-quimper.fr

Sport Pour Tous

À partir de 16 ans.

MARCHE NORDIQUE

JOURS : LUNDI, MARDI, SAMEDI

TARIFS : 160€ À 250€ + 22€ ADHÉSION

CONTACT : VOIR PAGE 49

MUSCULATION

Amicale Laïque de Quimper

À partir de 16 ans.

JOURS : TOUS LES JOURS 7H À 22H

TARIFS : 120€ À 160€

LIEU : LOCAL DE L'AMICALE LAÏQUE DE QUIMPER

CONTACT : XAVIER MONGEREAU OU ALAIN REDOT

TÉL. 06 40 12 05 20

alaiquequimper@orange.fr / alquimper.fr

Handisport de Cornouaille

À partir de 10 ans.

JOURS : MERCREDI 19H-20H

LIEU : HALLE DES SPORTS D'ERGUÉ ARMEL

CONTACT : VOIR PAGE 49



NATATION

Sport Pour Tous

À partir de 16 ans.

JOURS : DU LUNDI AU SAMEDI

TARIFS : 200€ + 22€ ADHÉSION

LIEU : AQUARIVE, 159 BD DE CREAC'H GWEN

CONTACT : VOIR PAGE 49

Union Quimper Natation

À partir de 6 ans, adultes. Apprentissage, natation de compétition.

TARIF : 285€

LIEU : AQUARIVE ET AQUAFORME

CONTACT : FRANCINE LALLAURET (PRÉSIDENTE),

THIERRY AUDOURENQ (ENTRAÎNEUR)

TÉL. 06 86 44 92 52 (FL) / 06 87 34 79 69 (TA)

unionquimpernatation@gmail.com / uqn.bzh



Piscine Aquarive

À partir de 6 ans. Apprentissage et perfectionnement enfants et adultes.

JOURS : SAMEDI 10H-10H40 NATATION PERF 2
OPTION AQUADANSE, 10H30-12H AQUADANSE
(OU NATATION SYNCHRONISÉE SANS COMPÉTITION),
14H15-14H55 ET 15H-19H BREVET NATIONAL DE
SÉCURITÉ ET DE SAUVETAGE AQUATIQUE
TARIF : 210€ LA SESSION DE SEPTEMBRE À JUIN
LIEU : 159 BOULEVARD DE CREAC'H GWEN
TÉL. 02 98 52 00 15

aquarive@quimper.bzh

quimper-bretagne-occidentale.bzh/208-piscines.htm

NAGE AVEC PALMES

Palmes en Cornouaille

Initiation et perfectionnement en nage avec palmes (bipalmes, monopalmes, avec tuba) en piscine ou eau libre. À partir de 8 ans, adolescents, adultes en formule loisir ou compétition.

TARIF : À PARTIR DE 280€

LIEU : AQUARIVE ET AQUAFORME ERGUÉ-GABÉRIC

CONTACT : THIERRY (ENTRAÎNEUR) OU

MARIE (PRÉSIDENTE)

TÉL. 06 42 55 42 19 OU 06 88 97 53 77

palmesencornouaille29@gmail.com

PARACHUTISME SPORTIF

Kemp-Air Parachutisme

À partir de 15 ans.

JOURS : TOUS LES JOURS 9H -20H

TARIFS : LICENCE CADET/JUNIOR 72€,

LICENCE SENIOR VÉTÉRAN 175€

CONTACT : RAOUL FREITAS

TÉL. 06 79 81 64 11 OU 06 67 88 03 09

jefflm@orange.fr / kemp-airparachutisme.com

PARKOUR

Parkour Old School

À partir de 5 ans. Cours.

JOURS : MARDI 17H45-18H45 (8-12 ANS),
18H45-19H45 (13-17 ANS) / JEUDI 17H45-18H30
(5-7 ANS), 18H45-19H45 (8-12 ANS), 19H45-20H45
(13-17 ANS)

LIEU : GYMNASSE DU CFA (À CÔTÉ DE BUT)

JOURS : MERCREDI 18H-18H45 (5-7ANS),

18H45-19H45 (8-12 ANS), 19H45-20H45 (13-17ANS),

20H45-22H (ADULTE)

LIEU : GYMNASSE DE L'UJAP, 32 RUE JULES NOËL

CONTACT : DOMINIQUE LEXILUS

TÉL. 07 68 32 13 37

parkour-old-school@outlook.com / parkouroldschool.com

PÊCHE

AAPPMA (Association Agréée pour la Pêche et la Protection du Milieu Aquatique) KEMPER Pêche

Pêche au lancer et à la mouche. De 8 ans à 17 ans.

JOURS : MERCREDI ET SAMEDI
LIEU : À CREAC'H GWEN, SUR L'ODET, LE JET, LE STEÏR,
CENTRE NAUTIQUE DE CREAC'H GWEN
129 BD DE CREAC'H GWEN
CONTACT : BRUNO JONCOUR
TÉL. 06 21 02 25 10
peche-rivieres-quimper.com
aappma.quimper@orange.fr / joncour.bruno@orange.fr

Club Mouche de Cornouaille (CMC)

Pêche de la truite à la mouche dans le respect de la nature et du poisson. À partir de 15 ans.

JOURS : DE FIN SEPTEMBRE À MI-MARS
HORAIRES : VENDREDI 20H-22H À L'ESPACE ASSOCIATIF.
DIMANCHE 9H-12H MONTAGE ET COURS.
TARIFS : LANCER SUR UN ÉTANG PRIVÉ 40€ + 25€ DE PARTICIPATION À L'EMPOISSONNEMENT DE L'ÉTANG (TOUT EST FOURNI PAR LE CLUB)
CONTACT : JOËL BOUGAIN
TÉL. 06 38 50 44 28
bougain.joel@orange.fr / club-mouche-odet.com

PÉTANQUE

Loisirs et solidarités des retraités des PTT du Finistère sud

Ouvert à tous à partir de 55 ans.

JOURS : LUNDI ET VENDREDI DE 14H À 17H,
HORS VACANCES SCOLAIRES ET JUILLET/AOÛT
LIEU : TERRAIN STABILISÉ AU STADE JEAN BRÉLIVET
D'ERGUÉ-ARMELE
TARIFS : 27€/PERSONNE, 51€/COUPLE, À L'ANNÉE
lsrptt29s@gmail.com / lsrptt29s.org

Pétanque Loisirs du Paludec

CONTACT : MATHIEU YVENOU
mathieu.yvenou@orange.fr

Pétanque Odet Club Quimpérois

À partir de 6 ans.

JOURS : MERCREDI ET SAMEDI DE 14H À 19H
LIEU : BOULODROME DU MOULIN VERT
CONTACT : PASCAL GALLET
TÉL. 06 70 06 93 58
pascal.gallet76@sfr.fr

PLONGÉE

ASEB (Association Subaquatique En Bretagne)

À partir de 10 ans.

JOURS : JEUDI, DIMANCHE
CONTACT : YVES CESTEL
TÉL. 06 30 93 20 38
aseb.plongee.29@gmail.com / aseb-plongee.net

GASM (Groupe d'Activités Sous-Marines de Quimper)



À partir de 10 ans.

JOURS : LUNDI (19H-21H), MERCREDI (20H-21H30),
DIMANCHE (10H30-12H)
TARIFS : ADULTES 205€, ENFANTS À PARTIR DE 130€
CONTACT : MARC DUSAU
TÉL. 06 89 40 48 39
gasm.quimper29@gmail.com / gasmquimper.fr

PLONGÉE APNÉE

Diaouliged Bro Gerné



Pratique et promotion des disciplines sportives de l'apnée et du hockey subaquatique en Cornouaille.

JOURS : DE SEPTEMBRE À JUIN (HORS VACANCES SCOLAIRES ET HORS JOURS FÉRIÉS)
HORAIRES : LE JEUDI DE 20H45 À 21H45,
SAMEDI ET DIMANCHE DE 9H À 11H
TARIFS : MEMBRE PLEIN TARIF 100€
MEMBRE DEMI-TARIF (ÉTUDIANTS, JEUNES...) 50€
HORS LICENCE DE LA FÉDÉRATION FRANÇAISE D'ÉTUDES ET DE SPORTS SOUS-MARIN ET HORS ASSURANCES COMPLÉMENTAIRES OBLIGATOIRES
CONTACT : FRÉDÉRIC FRESNE
TÉL. 06 60 58 42 23
frederic.fresne@orange.fr / diaouligedbrogerne.ze-forum.com

RELAXATION

Centre des abeilles

Jeunes et adultes.

JOURS : MERCREDI DE 20H À 21H
TARIF : 145€
LIEU : CENTRE DES ABEILLES, 4 RUE SERGENT LE FLAO
CONTACT : NATHALIE RINGEISEN
TÉL. 02 98 55 33 13
contact@centredesabeilles.fr / centredesabeilles.fr

ROLLER

Kemper Roller Derby

Roller Derby Senior. Toutes personnes à partir de 18 ans.

JOURS : LUNDI DÉBUTANT(E.S) 19H30-21H30,

MERCREDI CONFIRMÉ(E.S) 19H30-22H,

VENDREDI NIVEAU MIXTE 19H30-21H30

TARIF : 80€

LIEU : SALLE DE L'UGSEL (64 AV. DE LA FRANCE-LIBRE)

CONTACT : MARIE-LAURE KERDRANVAT

kemperrollerderby@outlook.fr /  [KemperRollerDerby](https://www.facebook.com/KemperRollerDerby)

Sammy Skate Club de Quimper

À partir de 8 ans.

JOURS : DU MARDI AU SAMEDI

TARIFS : 10€ ADHÉSION OBLIGATOIRE, 5€ LA SESSION.

LOCATION DE MATÉRIEL SUR PLACE

LIEU : SKATE PARK PRAT AR ROUZ, 71 AV. JACQUES LE VIOL

TÉL. 02 90 94 74 35

sammyskateclub@hotmail.com / sammyskateclub.fr

RUGBY

Rugby Club Quimpérois

École de rugby à partir de 3 ans (garçons et filles), possibilité de séances découverte gratuites et sans engagement. Rugby à 5 (à toucher) et rugby santé (toucher à 5) à partir de 15 ans, pratique loisir ou compétition.

JOURS : LUNDI, MARDI 18H-21H, MERCREDI 14H-22H, VENDREDI 17H-21H30 + RUGBY FÉMININ (+18ANS), SAMEDI 10H-16H. JOUR ET HORAIRE PRÉCIS DE VOTRE ENTRAÎNEMENT CONTACTER LE RCQ.

TARIFS : NOUS CONTACTER

LIEU : PÔLE SPORTIF DE CREAC'H GWEN

CONTACT : ÉRIC RESSANT

TÉL. 02 98 53 67 31

rugby.club.quimper@orange.fr / rugby-quimper.fr

SAMBO

Amicale Laïque de Quimper

À partir de 15 ans.

JOURS : LUNDI DE 19H À 20H30

TARIF : 60€

LIEU : 4 RUE BOURLA

CONTACT : MICKAËL GHIRINGHELLI

TÉL. 06 95 56 95 72

mick.ghiringhelli@free.fr / alquimper.fr

SAUVETAGE EN MER – SECOURISME

SNSM (Centre de Formation et d'Intervention de Quimper Cornouaille)

Structure de formation au secourisme et à la surveillance des plages

CONTACT : SYLVAIN ALIX, DIRECTEUR

TÉL. 06 74 31 68 33

directeur-cfi-quimper-cornouaille@snsn.org / cfi-quimper.snsn.org

SCRABBLE

Club de Scrabble de Quimper

À partir du collègue.

DUPLICATE

JOURS : INITIATION PERFECTIONNEMENT MARDI 14H30

LIEU : MAISON DU BRADEN

JOURS : ENTRAÎNEMENT LUNDI 20H, SAMEDI 16H30

LIEU : CENTRE DES ABEILLES TERRE NOIRE

CLASSIQUE

JOURS : VENDREDI 14H30

LIEU : SALLE DENISE-LARZUL

TARIFS : 35€ À 50€ (D+C.), 1 MOIS D'ESSAI GRATUIT

CONTACT : JEAN BERTHO

TÉL. 06 64 22 51 31

jean.bertho_s@orange.fr / marcel.jolly.pagesperso-orange.fr/scrabblequimper

SKATEBOARD, ROLLER, TROTTINETTE

Sammy Skate Club de Quimper

Stages, initiations, cours à l'année. À partir de 8 ans, sessions libres encadrées. Cours particuliers à partir de 5 ans.

JOURS : DU MARDI AU SAMEDI

TARIFS : 10€ ADHÉSION OBLIGATOIRE, 5€ LA SESSION.

LOCATION DE MATÉRIEL SUR PLACE

LIEU : SKATE PARK PRAT AR ROUZ, 71 AV. JACQUES-LE-VIOL

TÉL. 02 90 94 74 35

sammyskateclub@hotmail.com / sammyskateclub.fr

SKI

ASPTT (Association Sportive des Postes, Télégraphes et Téléphones)

Organisation de séjours-stages de ski, au départ de Quimper vers les Alpes, avec moniteurs.

JOURS : PÉRIODE DE JANVIER À MARS

CONTACT : GÉRARD ROPARS

TÉL. 06 41 83 17 59

gerard.ropars@laposte.net / asptt.ski.quimper.monsite-orange.fr

SOCCER

Kemper Soccer Academy

LIEU : KEMP'S, 5 AVENUE SAINT-DENIS
CONTACT : ERWANN HUITRIC
TÉL. 06 63 47 78 85
kempersacademy@gmail.com

SOPHROLOGIE

Arts et sérénités

À partir de 15 ans.

JOURS : MARDI 12H30, JEUDI 20H, VENDREDI 18H30
TARIFS : 210€ À 270€
LIEU : SALLE DE GYM DE L'UJAP
CONTACT : JEAN-PIERRE SALAÛN
TÉL. 06 32 22 89 01
jeanpierre.salaun0978@orange.fr

Sport pour tous

À partir de 16 ans.

SOPHROLOGIE
JOURS : MARDI, MERCREDI
LIEU : ÉCOLE PAULINE KERGOMARD
SOPHRO-BALADE
JOURS : 1^{ER} JEUDI DU MOIS
TARIFS : 100€ + 22€ ADHÉSION
SOPHRO-DANSE
JOURS : MARDI 19H-20H
SOPHROLOGIE RELAXATION GUIDÉE SUR TAPIS
JOURS : MERCREDI 11H15-12H15
LIEU : ÉCOLE STANG AR C'HOAT
TARIFS : 180€ + 22€ ADHÉSION
CONTACT : VOIR P49

SQUASH

Squash Quimper Cornouaille



À partir de 5 ans.

ÉCOLE DE SQUASH
JOURS : MERCREDI APRÈS-MIDI, VENDREDI SOIR,
SAMEDI MATIN, HORS VACANCES SCOLAIRES
ENTRAÎNEMENTS LOISIRS, COMPÉTITEURS, FÉMININES
JOURS : LE SOIR EN SEMAINE, HORS VACANCES
SCOLAIRES
TARIF : 160€ L'ANNÉE, PAIEMENT POSSIBLE
AU TRIMESTRE
LIEU : LE KEMP, 5 AVENUE STDENIS
CONTACT : JOHAN FRIANT
TÉL. 06 61 65 21 70
Johan.friant@gmail.com

SURF / BODYBOARD / PADDLE

UJAP Surf Club

Enfants à partir de 5 ans. Adultes à partir
de 18 ans. Paddle adultes à partir de 19 ans.

JOURS : VENDREDI 18H30 (PADDLE),
LUNDI, JEUDI ET DIMANCHE (SURF ET BODYBOARD)
LIEU : PORS CARN, BAIE D'AUDIERNE,
CENTRE NAUTIQUE DE CREACH GWEN (PADDLE)
CONTACT : ROSINE LAMRIBEN
TÉL. 06 99 26 64 80
ujapsurfclub@gmail.com / ujapsurfclub.com

Dezert Point

École de surf, stand up paddle

LIEU : 171 RUE DU MUSÉE DE LA PRÉHISTOIRE,
29760 PENMARC'H
TÉL. 02 98 52 13 90
dezert-point@hotmail.com / dezert-point.com

TAÏ-CHI-CHUAN

Association Quimpéroise de V6-Thuât Y-Quyen

À partir de 15 ans.

JOURS : VENDREDI
TARIF : 100€
LIEU : ÉCOLE ÉMILE-ZOLA QUIMPER
CONTACT : FRANÇOIS BERNARD
TÉL. 06 15 88 51 59
francois.bernard64@wanadoo.fr

Centre des abeilles

Adultes.

JOURS : LUNDI DE 18H30 À 19H30
TARIFS : 220€ + 30€ ASSURANCE + 13€ ADHÉSION
LIEU : CENTRE DES ABEILLES, 4 RUE SERGENT LE FLAO
CONTACT : SERGE PARISI – WING TSUN BREIZH
TÉL. 06 28 32 93 59
contact@centredesabeilles.fr / centredesabeilles.fr

Spirale

À partir de 18 ans.

JOURS : MARDI 18H30
TARIFS : ADHÉSION ET LICENCE FÉDÉRALE (FFAEMC) 45€,
COURS 255€ (DÉBUTANTS), 300€ (NON DÉBU-
TANTS). POSSIBILITÉ DE PAIEMENT ÉCHELONNÉ.
LIEU : ÉCOLE SAINTE-THÉRÈSE, 75 AV KERGOAT AR LEZ
CONTACT : CLAIRE BARTH
TÉL. 06 83 80 21 63
taichispirale@gmail.com / taichispirale.free.fr

TENNIS

Tennis Club Quimper

Accès libre, encadrement pédagogique, haut niveau, location de courts, enseignement et compétition. À partir de 3 ans.

JOURS : LUNDI AU DIMANCHE (TERRAINS ACCESSIBLES),
MARDI AU SAMEDI (ACCUEIL ET CLUB-HOUSE).
LIEU : BOULEVARD DE CREAC'H GWEN
TÉL. 02 98 90 42 66
contact@tcquimper.fr / tcquimper.fr

Tennis Corporatif de Quimper et de Cornouaille

LATCQC informe, aide et accompagne les joueurs et les équipes représentant des entreprises, à participer à un championnat de tennis entreprises, sur le secteur de Quimper Cornouaille.

CONTACT : PASCAL PERON
TÉL. 06 84 95 42 56
pperon@neuf.fr

TENNIS DE TABLE

ACQTT (Association Corporative Quimpéroise de Tennis de Table)

Championnat d'entreprises par équipes. Possibilité d'intégrer une équipe existante. 100 joueurs, 19 équipes, 2 divisions. À partir de 18 ans. Certificat médical obligatoire.

JOURS : VENDREDI 20H30
TARIFS : 25€ + ADHÉSION CE ÉVENTUELLE
LIEU : HALLE DES SPORTS D'ERGUÉ-ARMELE
CONTACT : ALAIN LE VIOL
TÉL. 06 73 17 32 90
acqtt@sfr.fr / acqtt.fr

ASPTT (Association Sportive des Postes, Télégraphes et Téléphones)

Entraînements et compétitions de championnat corporatif. À partir de 18 ans.

LIEU : HALLE DES SPORTS D'ERGUÉ-ARMELE
CONTACT : PATRICK JOUAN
TÉL. 06 33 40 66 90
quimperasptt@gmail.com / quimper.asptt.com

Quimper Cornouaille Tennis de Table

Pratique libre et entraînements dirigés pour tous les publics et tous les niveaux, en loisirs ou en compétition par équipe et individuelle. Enfants à partir de 6 ans, jeunes, adultes, vétérans, handisport, ping santé...

JOURS : TOUS LES JOURS SAUF LE LUNDI
TARIFS : À PARTIR DE 50€ L'ANNÉE (ENTRAÎNEMENTS, COMPÉTITIONS). TARIFS PRÉFÉRENTIELS SELON LES FAMILLES, CHÈQUE DU PETIT SPORTIF, PASS'SPORT ET CHÈQUES VACANCES ACCEPTÉS.
LIEU : HALLE DES SPORTS D'ERGUÉ-ARMELE (SALLE B)
CONTACT : MARIE-PIERRE JEAN-JACQUES
TÉL. 06 63 56 94 30
contact.qctt@gmail.com / qctt.org

TIR À L'ARC

Compagnie des Archers de l'Odet

Disciplines : tir en salle, tir olympique, tir campagne, tir nature et 3D. Compétitions niveaux régional, départemental et national. À partir de 11 ans.

JOURS : MARDI ET JEUDI (ADULTES),
MERCREDI APRÈS-MIDI (L'ÉCOLE D'ARC),
MERCREDI SPORT (SPORT ADAPTÉ ET HANDISPORT)
LIEU : PARC DE LOISIRS DE CREAC'H GWEN
CONTACT : MAURICE DOUAY
TÉL. 06 27 25 91 40
douay.maurice29@gmail.com / archers-odet.com

TRIATHLON

Quimper Triathlon

À partir de 10 ans. Vélo, natation, course.

TARIFS : DE 155€ À 220€
LIEU : PISCINE DE KERLAN VIAN (NATATION)
STADE DE PENVILLERS (COURSE)
CONTACT : FABIEN RALEC
TÉL. 06 62 39 63 07
comite.directeur.tcq@gmail.com / triathlon-quimper.fr

ULTIMATE FRISBEE

Diskemper

À partir de 13 ans.

JOURS : LUNDI, MERCREDI 19H30-21H30
TARIFS : 30€ LOISIR, 65€ COMPÉTITION
LIEU : PÔLE SPORTIF CREAC'H GWEN,
COLLÈGE LA TOUR D'Auvergne
CONTACT : MATTHIEU DELECOURT
quimper.ultimate@gmail.com

VOILE

ASPTT (Association Sportive des Postes, Télégraphes et Téléphones)

À partir de 7 ans. École de voile, croisières, locations, cours de navigation pratiques et théoriques, Club Moussaillons, Jardin des mers. Dériveur Laser (15 ans), catamaran (10 ans).

LIEU : CENTRE NAUTIQUE PORT-LA-FORÊT
DE LA-FORÊT-FOUESNANT
CONTACT : PATRICK DERRIEN
TÉL. 02 98 56 98 01
quimperasptt@gmail.com / quimper.asptt.com

Centre Nautique Fousnant Cornouaille

Découverte, développement ou poursuite, dans un environnement préservé, des activités de voile que sont le dériveur, le catamaran ou la planche à voile. Toute la famille peut se rendre ensemble à ces activités.

STAGE DÉCOUVERTE 4-6 ANS ET
STAGE DÉRIVEUR 8-10 ANS
TARIFS : À PARTIR DE 58,95€

STAGES 11-13 ANS ET ADOS/ADULTES
TARIFS : 3 SÉANCES : CATAMARAN 105€ ET
PLANCHE À VOILE 85,65€

CLUB MOUSSAILLONS 6-7 ANS ET
JARDIN DES MERS 4-5 ANS
STAGE DE DÉCOUVERTE EN DÉRIVEUR, CATAMARAN
OU PLANCHE À VOILE AFIN D'INITIER VOTRE ENFANT
À LA NAVIGATION, EN TOUTE SÉCURITÉ SUR L'ÉTANG
DE CREAC'H GWEN.
HORAIRE : MERCREDI 10H-12H/14H-16H EN
ALTERNANCE (CLUB MOUSSAILLONS), 10H-12H
(JARDIN DES MERS)
TARIFS : 10 SÉANCES 196,50€ + TITRE VOILE 12€ +
COTISATION 5€

STAGES CATAMARAN DÈS 10 ANS
STAGES DÉRIVEUR/INITIATION/PERFECTIONNEMENT
DÉRIVEUR LASER DÈS 15 ANS. FORFAIT 5 OU 10
SÉANCES - INITIATION/PERFECTIONNEMENT.
JOURS : SAMEDI 14H-17H AUTOMNE ET PRINTEMPS
TARIFS : 5 SÉANCES 175€ + TITRE VOILE 12€ + COTI-
SATION 5€. 10 SÉANCES 355,50€ + TITRE VOILE
12€ + COTISATION 5€

STAGES OPTIMIST/CATAMARAN 8-10 ANS
10 SÉANCES - INITIATION/PERFECTIONNEMENT
JOURS : MERCREDI 14H-16H AUTOMNE ET PRINTEMPS.
TARIFS : 10 SÉANCES 196,50€ + TITRE VOILE 12€ +
COTISATION 5€

STAGES PLANCHE À VOILE DÈS 10 ANS. FORFAIT 5
OU 10 SÉANCES - INITIATION/PERFECTIONNEMENT.
JOURS : SAMEDI 14H-17H AUTOMNE ET PRINTEMPS
TARIFS : 5 SÉANCES 142,75€ + TITRE VOILE 12€ +
COTISATION 5€. 10 SÉANCES 266,25€ + TITRE VOILE 12€
+ COTISATION 5€

PLANCHE À VOILE INITIATION 8-10 ANS.
10 SÉANCES - INITIATION/PERFECTIONNEMENT.
JOURS : MERCREDI 14H-16H AUTOMNE ET PRINTEMPS.
POSSIBILITÉ DE STAGE DURANT LES VACANCES
TARIFS : 10 SÉANCES 266,25€ + TITRE VOILE 12€ +
COTISATION 5€

JOURS D'OUVERTURE DU CNFC :
DU LUNDI AU SAMEDI 8H30-12H30/13H30-18H
LIEU : CENTRE NAUTIQUE DE CREAC'H GWEN
CONTACT : MARC GERARDIN
TÉL. 02 98 90 04 70
voile.quimper@orange.fr / centre-nautique-fousnant-cornouaille.com

Petite Plaisance de Cornouaille

Démonstrations, régates de voiliers radio-
commandés, principalement IOM.

JOURS : LUNDI DE 14H À 17H
TARIF : 20€ ADHÉSION
LIEU : CENTRE NAUTIQUE, 129 BD DE CREAC'H GWEN
CONTACT : JEAN-MICHEL LE DOUSSAL
TÉL. 06 12 26 54 91
cbrillet@wanadoo.fr / petiteplaisancedecornouaille.com

VOLLEY-BALL

Quimper Volley 29

Pratique du volley-ball et du beach-volley, en
loisirs et en compétition. Volley santé (soft-
volley, fit-volley). Volley assis. À partir de 5 ans.

JOURS : DU LUNDI AU SAMEDI MATIN,
MATCHS SAMEDI ET DIMANCHE
LIEU : GYMNASSE DU COLLÈGE LA TOURELLE
CONTACT : JEAN-LUC GOUIN
TÉL. 02 98 54 39 33 OU 06 75 27 70 88
asso.quimper.volley29@orange.fr / quimper-volley.bzh

Volley-ball Corporatif Quimpérois

JOURS : DU LUNDI AU VENDREDI 20H30
TARIF : 40€ PAR ÉQUIPE. **LIEU :** SUD FINISTÈRE
CONTACT : RÉMY BERNARD
TÉL. 06 75 37 60 31
remy.bernard@wanadoo.fr / vbq.levillage.org

VTT - VTC

Kemper VTT

Club adultes et école VTT. Accueil à partir de 7 ans.

JOURS : 1 SAMEDI SUR 2 DE 13H45 À 16H30
TARIFS : ÉCOLE VTT 40€, ADULTE 66€. PEUT VARIER SELON LES OPTIONS D'ASSURANCE CHOISIES.
LIEU : BASE VTT DE CREAC'H GWEN
TÉL. 06 70 67 66 81
kempervtt.club29@gmail.com
kempervtt.ecole29@gmail.com / kempervtt.fr

Freewheels

Pratique du VTT, BMX et DIRT (vélo et équipement non fournis). À partir de 10 ans.

JOURS : SAMEDI 14H-18H (HORS VACANCES), AUTRES JOURS POSSIBLES PENDANT LES VACANCES
TARIF : 30€
LIEU : COMPLEXE SPORTIF DU CORNIGUEL
CONTACT : THÉO COSMAO
TÉL. 06 59 87 13 99
freewheelstrailquimper@gmail.com
freewheelstrailquimper.wordpress.com

Senior Sport Santé à Quimper

En collaboration avec le Club Vitalé Océane à Concarneau. – 50 ans et +. 1^{er} septembre au 30 juin.

JOURS : LUNDI 13H30
TARIF : 71€ POUR 3 ACTIVITÉS DU CLUB.
LIEU : MAISON DE QUARTIER DU CORNIGUEL
CONTACT : RETRAITE SPORTIVE QUIMPER (CF. PAGE 48-49)

Vélo Sport Quimpérois

À partir de 5 ans.

LIEU : VÉLODROME ABEL-FLOCH, RUE PEN AR STANG
CONTACT : MICKAËL CALVEZ
TÉL. 06 52 95 01 13 OU 06 79 33 54 88
velosportquimpérois@orange.fr / vsquimpérois.fr

YOGA

Anahata Yoga

À partir de 12 ans.

JOURS : LUNDI 18H, JEUDI 19H
LIEU : ORANGERIE DE LANNIRON
CONTACT : AGNÈS PIC PARIS TÉL. 06 13 99 63 17
agnespicparis@gmail.com / yoga-bretagne.com

Centre des abeilles

Yoga, pour les yogis plus expérimentés ou pour les non-initiés dont les corps et esprits sont bien disponibles pour l'intégration. Hatha yoga bases, idéal pour les débutants, permet de découvrir et approfondir postures et respiration. Adultes.

JOURS : MERCREDI 17H-18H15 (HATHA YOGA BASES), MERCREDI 18H30-19H45 (YOGA)
TARIF : 200€
LIEU : CENTRE DES ABEILLES, 4 RUE SERGENT LE FLAO
CONTACT : NATHALIE RINGEISEN
TÉL. 06 28 32 93 59
contact@centredesabeilles.fr / centredesabeilles.fr

Parenthèse (Hatha-Yoga)

Exercices de respiration et de relaxation, postures « Âsana » adaptées selon les demandes et le déroulé du cours. La séance se termine par un moment de relaxation profonde et d'une méditation.

JOURS : MARDI, MERCREDI 17H30-18H15, SAMEDI 13H30-14H45, DIMANCHE 11H-12H15
LIEU : ESPACE DE CREAC'H GWEN, MAISON DES QUARTIERS DU CORNIGUEL 2 CH. DE KERLAGATU, MPT DE PENHARS 39 BD DE BRETAGNE
TARIFS : À L'ANNÉE 230€, ADHÉSION 5€/AN + 10€ MPT ET 15€ CORNIGUEL POUR FRAIS D'ASSURANCE ET D'ENTRETIEN.
CONTACT : MPT PENHARS 02 98 55 20 61
QUARTIERS DU CORNIGUEL, NADINE GABORIAU
nadine-gaboriau@orange.fr

Sport pour tous

À partir de 16 ans.

JOURS : LUNDI ET MERCREDI
TARIFS : 180€ + 22€ ADHÉSION
LIEU : SALLE KERNISY ET ÉCOLE LÉON BLUM
CONTACT : VOIR P49

ZUMBA

Sport pour tous

À partir de 16 ans.

JOURS : JEUDI 19H15-20H15
TARIFS : 150€ + 22€ ADHÉSION
LIEU : ÉCOLE STANG AR C'HOAT
CONTACT : VOIR P49

AUTRES COORDONNÉES UTILES

Maison départementale des sports

Elle regroupe des structures départementales comme le CDOS et la DDOS (lire ci-dessous), des comités sportifs du département et de la région.

4 RUE ANNE-ROBERT-JACQUES-TURGOT
29 101 QUIMPER CEDEX

► Comité départemental olympique et sportif du Finistère CDOS 29

Les missions du CDOS 29 :

- défendre et développer le patrimoine sportif départemental.
- Représenter le sport auprès des pouvoirs publics et des organismes officiels départementaux.
- Sauvegarder et développer l'esprit olympique.
- Coordonner les actions à mettre en place pour obtenir les moyens nécessaires au développement de l'activité sportive finistérienne.
- Contribuer à la lutte contre la violence dans le sport, le dopage...

En tant que Guid'Asso spécialiste, le CDOS 29 facilite les démarches des responsables associatifs dans tous les domaines de la vie administrative d'un club sportif : gestion des emplois, comptabilité/gestion financière, statuts et les divers et nombreux aspects juridiques et réglementaires.

YVON CLÉGUER, PRÉSIDENT DU CDOS
MAISON DÉPARTEMENTALE DES SPORTS
4 RUE ANNE-ROBERT-JACQUES-TURGOT
29 000 QUIMPER
TÉL. 02 98 98 75 50
cdos29@maisondessports29.fr
finistereolympique.com

► Service Départemental à la Jeunesse à l'Engagement et aux Sports (SDJES)

Le service départemental à la jeunesse, à l'engagement et aux sports est compétent en matière de politiques relatives à la jeunesse, aux sports, à la vie associative, à l'engagement civique et à l'éducation populaire. À ce titre, il assure le secrétariat de la commission départementale de la jeunesse, des sports et de la vie associative et met en œuvre dans le département les politiques relatives au service civique, à la réserve civique et au service national universel. Il apporte son concours au délégué territorial de l'Agence du service civique et au préfet de département, pour la mise en œuvre des missions de ce groupement d'intérêt public, à la promotion, au développement, à l'organisation, à l'accès et au contrôle des activités physiques et sportives, au développement maîtrisé des sports de nature, à la prévention des incivilités et à la lutte contre la violence dans le sport. Il apporte son concours, le cas échéant, au délégué territorial de l'Agence nationale du sport ; à la qualité éducative des accueils collectifs de mineurs et à la sécurité physique et morale des mineurs qui y sont accueillis ; à l'animation des actions en faveur de l'engagement, de l'initiative, de l'expression, de l'information, de l'autonomie et de la mobilité internationale de la jeunesse ; au développement et à l'accompagnement de la vie associative, du bénévolat et du volontariat ainsi qu'à la promotion de l'éducation populaire aux différents âges de la vie.

DSDEN DU FINISTÈRE, SDJES
1 BOULEVARD DU FINISTÈRE
29 000 QUIMPER
TÉL. 02 98 98 99 13
ce.sdjes29@ac-rennes.fr
pass.sports.gouv.fr
ddcs@finistere.gouv.fr

Espace associatif

L'Espace associatif mutualise des moyens matériels, des compétences et des expériences afin de soutenir la dynamique associative depuis plus de 20 ans. Il joue le rôle d'animateur local de réseau. Ses activités s'articulent autour de quatre pôles :

- Le centre ressources : conseils individualisés et informations, outils pour la gestion du personnel, le Dispositif Local d'Accompagnement (DLA), la mise en place d'un pôle Europe.
- Le pôle matériel évènementiel : location, duplication...
- Le pôle formation : certificat de formation à la gestion associative, formation informatique.
- Le pôle imprimerie/communication

MAISON DES ASSOCIATIONS
PIERRE-WALDECK ROUSSEAU
1 ALLÉE MONSIEUR JEAN-RENÉ CALLOC'H
TÉL. 02 98 52 33 00
secretariat@espaceassociatif.bzh / espaceassociatif.bzh

KEOLIS / QUB

► QUB MAT

Transport à la demande tôt le matin

Le service propose une prise en charge depuis tous les points d'arrêt de bus de Quimper vers n'importe quel autre arrêt de Quimper entre 5h45 et 6h45, du lundi au vendredi.

Réservation nominative et individuelle. La tarification et les titres de transport sont les mêmes que sur le réseau QUB.

► QUB NOZ

Transport à la demande en soirée

Le service QUB NOZ, c'est du lundi au samedi, de 20h à minuit, sur réservation individuelle et nominative, jusqu'à 1h avant le départ. La tarification sur ce service est la même que sur le réseau QUB. Également disponible pour le service HandiQUB.

AGENCE COMMERCIALE
TÉL. 02 98 95 26 27
agencequb@keolis.com / qub.fr / appli «QUB Résa»

Maison Sport-Santé De Cornouaille

La Maison Sport-Santé de Cornouaille informe le public, établit un programme sport-santé personnalisé et oriente vers les intervenants locaux disposant des compétences requises. Une attention spécifique sera portée aux publics les plus éloignés des pratiques sport-santé et en situation de précarité. Une évaluation de la condition physique pourra être également réalisée, dans le but de les orienter vers une structure sport santé au plus proche de leur domicile.

CENTRE HOSPITALIER DE QUIMPER-CONCARNEAU
PÔLE DE SANTÉ PUBLIQUE (ENTRÉE RUE ÉMILE-ZOLA)
TÉL. 02 98 52 62 41
mssc@ch-cornouaille.fr

Sport universitaire

Voir avec l'établissement dont on dépend. Bureau des sports de l'Université de Bretagne occidentale : une trentaine d'activités.

CARTE SPORT À L'INSCRIPTION
UN FORFAIT ANNUEL DE 22€
2 RUE DE L'UNIVERSITÉ - BÂTIMENT A
29 334 QUIMPER CEDEX
TÉL. 02 98 90 85 54

Hôtel de ville et d'agglomération

44 PLACE SAINT-CORENTIN - 29 107 QUIMPER CEDEX
TÉL. 02 98 98 89 89
contact@quimper.bzh / quimper.bzh

Direction des sports

TÉL. 02 98 98 89 28
secretariat.sports@quimper.bzh

Mairie de quartier de Penhars

2 RUE DE L'ÎLE DE MAN
TÉL. 02 98 53 48 37

Mairie de quartier d'Ergué-Armel

87 AVENUE LÉON-BLUM
TÉL. 02 98 52 02 00

Mairie de quartier de Kerfeunteun

6 ALEZ AN EOSTIGED
TÉL. 02 98 95 21 61

La Croix Rouge

79 AVENUE JACQUES-LE-VIOL
TÉL. 02 98 55 66 33



VILLE DE  QUIMPER

Ville

Active & Sportive



QUIMPER DÉCROCHE LES TROIS LAURIERS
DU LABEL NATIONAL

