

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
2026/27



VILLE DE  QUIMPER



ÉDITO

Chères Quimpéroises,
chers Quimpérois,

Ce guide est votre allié
indispensable pour cette rentrée, où chacun
et chacune trouvera son bonheur.

La politique sportive de la ville de Quimper
repose sur une conviction simple : le sport est
fait pour tous. Quel que soit votre âge, votre
condition physique ou sociale, une pratique
vous attend à Quimper — pour le plaisir, la
santé, le lien social ou le dépassement de soi.

Pour encourager les plus jeunes à franchir
le pas, le Chèque du Jeune Sportif évolue
cette année : désormais accessible de 4 à
16 ans et porté à 30 €, il permet à encore plus
de familles d'ouvrir la porte d'un club. Parce
que les habitudes sportives se construisent
tôt, et que nous voulons que chaque enfant
de Quimper puisse en bénéficier.

Nous continuons également d'investir
pour offrir des équipements à la hauteur
de vos pratiques, et le travail de la Ville
et des clubs pour offrir des conditions de
pratiques sportives a été salué cette année
avec l'obtention du 4^e laurier Ville Active
et Sportive.

Quimper est une ville sportive, avec de
nombreux équipements, dont le Kostum
Park — À nous la vie, nouvelle salle
multifonctions qui a fait sa 1^{re} saison cette
année avec succès et une ambiance du public
toujours au rendez-vous !

Ce mandat sera aussi celui du renouveau de
nos espaces extérieurs, avec des projets ciblés
notamment pour le football et le rugby, deux
disciplines ancrées dans notre territoire.

Ma gratitude va à tous ceux qui font vivre le
sport au quotidien : éducateurs, encadrants
et bénévoles, leur engagement est le pilier
de notre dynamisme sportif.

Rejoignez la grande famille sportive
quimpéroise !

CHRISTELLE QUÉRÉ

ADJOINTE À LA MAIRE DE QUIMPER
CHARGÉE DES PRATIQUES SPORTIVES

PENNAD-STUR

Kemperadezed ker, Kemperiz ker,

Ar sturlevr-mañ a vo ur skoazell veur evit
an distro-skol da zont, ha pep hini a c'hall
kavout peadra da blijout dezhañ.

Diazezet eo politikerezh sport Ti-kêr
Kemper war ur soñj eeun : graet eo ar sport
evit an holl. Ne vern pe oad e vefec'h, ne
vern pegen barrek e vefec'h a-fet korf pe ne
vern e pe renk sokial e vefec'h, un doare da
bleustriñ sportoù a vo evidoc'h e Kemper
- evit ar blijadur, ar yec'hed, al liammoù
sokial pe evit mont dreistoc'h hoc'h-unan.

Evit broudañ ar re yaouank d'ober ar
gammed war-raok eo cheñchet Chekenn
ar Sportour Yaouank er bloaz-mañ : diwar
vremañ eo lakaet e 30 € ha digor d'ar re
yaouank etre 4 ha 16 vloaz, abalamour da
vuioe'h a familhoù c'hoazh da c'hallout
ganti digeriñ dor ur c'hlob. Abalamour ma
vez savet ar boazioù sport abred ha ma fell
deomp e c'hall pep bugel ober e vad anezhi.

Dalc'her a reomp ivez da bostañ arc'hant evit
kinnig aveadurioù diouzh ho pleustroù. Er
bloaz-mañ eo bet priziet labour an Ti-kêr
hag ar c'hloboù evit aesaat d'an dud ober
sport : aet eo 4vet loreenn al label Kêr
Oberoù ha Sportoù gant Kemper. Ur gêr
troet gant ar sportoù eo, enni un toullad
aveadurioù evel Kostum Park - A nous la
vie. Berzh en deus graet koulzad kentañ
ar sal liezimply nevez-se ha birvilh zo bet
gant an dud bep taol !

Ar respetad-mañ e vo ivez hini al labourioù
evit neveziañ ho takadoù diavaez, gant
raktresoù resis, da skouer evit ar vell-droad
hag ar rugby, div ziskiblezh gwiziennet-mat
en hor c'horn-bro.

Trugarekaat a ran a-greiz-kalon an holl dud
a laka ar sport da vevañ bemdez : desaverien,
sternerien ha tud a-youl-vat hag ez eo
diazezet lañs ar sport e Kemper warno.

Deuit en hon touez, e familh vras ar sport
e Kemper !

CHRISTELLE QUÉRÉ

EILMAERZ E KEMPER,
KARGET EUS AR PLEUSTROÙ SPORT

SOMMAIRE

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
- Les écoles municipales : multisports et vélo
Skol liessportoù kêr
- Le chèque « Jeune Sportif » Ar chekenn « sportour yaouank »
- 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
- Les skateparks Ar skateparks
- Les stades Ar stadoù
- Les salles Ar salioù
- Autres équipements Ar poullou-neual
- Les piscines Aveadurioù all
- Les défibrillateurs An difibrilatorioù

4

32 LE SPORT EN LIBERTÉ AR SPORT ER FRANKIZ

- Les parcours de course d'orientation,
de 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 104 associations sportives, qui représentent 75 disciplines et 13 808 adhérents.

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 KÊR 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 mobilités actives favorisant les modes de déplacements doux est approuvé depuis fin 2024. La création d'aménagements urbains et d'équipements en accès libre est à développer. La ville de Quimper a lancé 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'usagers et pas seulement les licenciés ou adhérents. De nouveaux équipements ont été livrés récemment : le skatepark et les terrains de 3x3 de l'Eau Blanche, ainsi que le skatepark de Creac'h Gwen. Quand d'autres ont été rénovés : la piscine de Kerlann Vihan. Les travaux de la construction de la tribune de Penvillers vont suivre prochainement. Celle-ci offrira des vestiaires accessibles pour la pratique libre, mais également de nouveaux espaces pour la pratique encadrée. Enfin, le schéma directeur des terrains de grands jeux

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-CORENTIN
CS 26004 – 29107 QUIMPER CEDEX
TÉL. 02 98 98 89 28 – secretariat.sports@quimper.bzh

permettra de définir les nouveaux investissements sportifs à prévoir sur les quinze prochaines années. Jusqu'en octobre 2026, des travaux de mise en sécurité sont réalisés sur la piscine Aquarive et d'autres travaux sont prévus au cours de l'année 2027 comme la rénovation du terrain synthétique de Kerfeunteun.

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 (OMS), 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 KÊR

Le jeune est au cœur du dispositif éducatif. Les clubs sportifs sont impliqués dans l'organisation d'événements sportifs et festifs avec l'appui technique de la direction des sports. La mise en réseau des clubs et associations permet de proposer des activités multisports sur les temps scolaires, périscolaires et extrascolaires, 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

Le dispositif 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 vise à accompagner les enseignants dans la construction du parcours sportif de l'élève à l'école élémentaire. 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 (tennis,

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.





LES ÉCOLES MUNICIPALES SKOLIOÙ KÊR

L'ÉCOLE MUNICIPALE MULTISPORTS

Une formule à l'année dédiée aux plus petits

Au vu du succès rencontré les années précédentes par l'offre multisports proposée, pour cette année 2026-2027, la ville de Quimper reconduit les créneaux et étend l'offre au mercredi matin, pour des découvertes sportives destinées aux enfants âgés de 3 à 7 ans (PS, MS, GS, CP, CE1).

► 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.

► Quatre 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.

L'École municipale multisports (EMM) est proposée tous les mercredis à la Halle des sports de Penhars, à partir du 16 septembre 2026 jusqu'au 2 juin 2027, en dehors des vacances scolaires : 10h-10h45, 11h-11h45, 14h-15h, 15h15-16h15. Au printemps, les activités peuvent être organisées à Creac'h Gwen.



L'ÉCOLE MUNICIPALE DU VÉLO

Favoriser et sécuriser les déplacements à vélo dès le plus jeune âge

Fort de l'expérience menée depuis 2023, la direction des sports confirme l'école municipale du vélo. Cette école vient compléter les cycles Savoir Rouler à Vélo organisés dans les écoles primaires publiques quimpéroises.

L'EMV c'est quoi ? Pour qui ?

Ouvert aux enfants nés en 2019, 2020, 2021 (GS, CP, CE1). Le dispositif École municipale du vélo est réservé aux jeunes quimpérois du 5 à 7 ans. Les objectifs de l'EMV :

- Apprendre aux plus jeunes à faire du vélo en toute sécurité,
- Favoriser la pratique du vélo comme mode de transport durable,
- Développer la culture vélo.

L'EMV est ouverte sur deux périodes :

- du 16 septembre au 9 décembre 2026
- du 17 mars au 2 juin 2027

Les séances ont lieu le mercredi après-midi, sur deux créneaux.

Quand et où s'inscrire ?

Les inscriptions débutent lors du Forum des associations du 5 septembre 2026.

Les inscriptions se poursuivent à partir du 7 septembre à l'hôtel de Ville et d'Agglomération de Quimper (44 place Saint-Corentin, 29000 Quimper).

- Se munir :
— d'un justificatif de domicile de moins de trois mois.

À noter : les parents doivent vérifier que l'enfant peut pratiquer une activité physique auprès de leur médecin traitant (il n'est pas nécessaire de fournir un certificat médical).



LE CHÈQUE « JEUNE SPORTIF » AR CHEKENN « SPORTOUR YAOUANK »

Soucieuse de permettre à tous les jeunes Quimpérois de découvrir et de s'initier aux activités dans les meilleures conditions possibles et à moindre coût, la ville de Quimper, propose pour cette nouvelle saison, un chèque dont le montant est augmenté. Il passe de 15€ à 30€ et afin de répondre à un besoin d'aider la pratique pour tous les jeunes, la tranche d'âge cible passe de 6-11 ans à 4-16 ans. La tranche du quotient familial reste inchangée, elle doit être inférieure 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 5 septembre ou en vous rendant directement à l'accueil de l'hôtel de Ville et d'Agglomération de Quimper. Un chèque « Jeune Sportif » de 30€ à votre nom et pour chacun de vos enfants vous sera alors remis.

► Les chèques « Jeune Sportif » sont valables dès le Forum des associations qui se tient le samedi 5 septembre 2026 au parc des expositions de Quimper-Cornouaille, jusqu'au 31 décembre 2026, et ne peuvent porter que sur une inscription par enfant auprès d'une association partenaire du dispositif.

► Les retraits des chèques peuvent être effectués à partir du 5 septembre 2026 au Forum des associations et à partir du lundi 7 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 PassSport est une nouvelle allocation de rentrée sportive de 70€ par enfant, pour financer tout ou partie de son inscription dans une association sportive volontaire. Cette allocation est attribuée sous conditions.

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

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.

SPORT DANS LES QUARTIERS SPORTER C'HARTERIOU

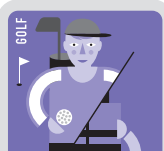
Sport dans les quartiers est un dispositif d'animations sportives municipales à destination des jeunes Quimpérois âgés de 6 à 17 ans et des ménages avec enfant(s) en situation d'isolement.

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.

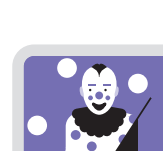
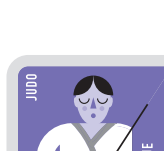
Pour cela, trois éducateurs sportifs municipaux interviennent en proximité sur les quartiers, en soirée et durant les vacances scolaires.

Plus de 500 jeunes ont bénéficié en 2025 des animations sportives de proximité. 250 animations ont été proposées sur les quartiers prioritaires de la ville.

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...), l'autonomie (faire ses propres choix, être capable de s'inscrire à une activité...) et l'inclusion, notamment des jeunes les plus vulnérables.



**ATOUT SPORT
EN QUELQUES CLICS SUR
LA PLATEFORME QUIMPER+
quimperplus.bzh**



ATOUT SPORT

À VOUS DE JOUER ! DEOC'H DAC'HOARI !

Proposée par Quimper Bretagne Occidentale, Atout Sport est une formule de découverte d'activités sportives, culturelles ou scientifiques que l'on peut pratiquer dans l'agglomération quimpéroise durant les vacances scolaires de la zone B (à l'exception des vacances de Noël).

Elle s'adresse aux enfants dès 1 an, aux adolescents et, pour certains créneaux, aux familles et aux adultes.

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

Depuis mars 2024, Atout Sport est 100 % numérique : l'ensemble des démarches d'inscription et paiement sont centralisées sur le site **QUIMPER+ → quimperplus.bzh**. Le programme des activités prend la forme d'un catalogue en ligne consultable sur le site **quimperplus.bzh**.

COMMENT S'INSCRIRE ?

► Se connecter sur **QUIMPER+ → (quimperplus.bzh)** soit avec vos identifiants si vous avez déjà un compte, soit via France Connect, soit en créant un compte.

► Après avoir cliqué sur la vignette Atout Sport, il est possible de gérer les participants associés au compte « usager », d'acheter des coupons dématérialisés et de les utiliser pour payer directement l'inscription des participants sur les activités et horaires souhaités.

► Afin de pouvoir inscrire un participant à une activité, celui-ci doit être déclaré sur le compte de l'usager via le bouton « Gérer les participants ». Cette procédure génère une fiche d'inscription individuelle.

► Le compte « usager » doit avoir un crédit suffisant en coupons.

► Retrouvez l'ensemble des modalités du dispositif sur le site de Quimper Bretagne Occidentale, rubrique Vie quotidienne / Culture, sports, loisirs / Atout Sport.

► Pour tout renseignement ou information à porter à la connaissance du partenaire proposant une activité (avant ou après réservation), merci de prendre contact directement avec le partenaire.

► Pour les activités nautiques, un brevet de natation / test d'aisance dans l'eau / test antipanique est **obligatoire** (il peut être enregistré sur votre compte usager ou remis en main propre au partenaire, au plus tard le premier jour de l'activité concernée).

TARIFS ET MODALITÉS D'UTILISATION DES COUPONS

► Le tarif des activités est exprimé en nombre de coupons dématérialisés, vendus au prix unitaire de 1,70 €.

► Ils ne sont pas remboursables, tout comme l'étaient les coupons « papier ».

► Ils donnent accès à l'ensemble des activités du dispositif. Toujours sans durée de validité, ils pourront être utilisés sur une prochaine période de vacances.

► Ils peuvent être restitués sur votre compte « usager », en cas d'annulation de votre part, dans le délai d'annulation prévu pour l'activité concernée ou en cas d'absence de l'encadrant, 15 minutes après l'heure annoncée du début de la séance.

► Attention à ne pas supprimer un compte **QUIMPER+** sur lequel il existe des coupons, sous peine de perdre l'ensemble des coupons achetés.

OÙ ACHETER LES COUPONS ?

L'achat de coupons dématérialisés (1,70 €) est maintenant possible tout au long de l'année :

► En ligne, à partir de votre compte Atout Sport « usager » via **quimperplus.bzh**

► En point de vente (voir liste ci-après), pour tout paiement en espèces, chèques ou chèques vacances (aucun paiement en carte bancaire) : – dans les mairies :

Ergué-Gabéric, Plogonnec, Quimper (mairie centre et de Penhars)
– SIVOM du Pays Glazik (Briec)

► Pour toute question relative à la gestion du compte « usager », à l'achat de coupons et modalités d'inscriptions, contactez la direction des sports au 02 98 98 89 28.

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.

► Pour les activités nautiques, n'oubliez pas d'enregistrer les tests sur votre compte usager.

► Toute activité proposée en formule « stage » commencée est due, les coupons ne pourront pas être restitués.

► Afin de retrouver facilement les détails d'une session réservée (notamment pour une activité qui n'est plus réservable et n'apparaît donc plus dans le catalogue), via la rubrique « gérer les participants », cliquez sur le bouton « suivi » à droite du prénom et nom du participant, puis, dans la rubrique « liste des inscriptions du participant », via le bouton « consulter », vous accéderez à l'ensemble des informations relatives à l'activité (lieu, contact de l'association, descriptif de l'activité...).

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 une occupation par les clubs et établissements scolaires.

La Ville est engagée dans deux projets phares :

► la cité sportive de Penvillers qui comprend la tribune de la piste d'athlétisme et de futurs aménagements ;

► les investissements sportifs liés au Schéma Directeur des Terrains de Grands Jeux.



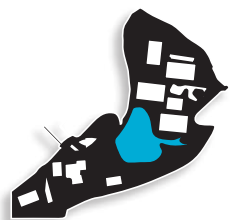
LE PARC DES SPORTS ET DE LOISIRS DE CREAC'H GWEN

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'Odet, 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 des sports et de loisirs permet à tous de profiter de nombreuses possibilités de pratiques sportives en libre accès (aire de glisse, espace de fitness et streetworkout...).

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 : football, rugby, padel...

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), kayak.quimper@orange.fr

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





LES SKATEPARKS AR SKATEPARKS

CREAC'H GWEN

Inauguré le 14 avril 2026, le nouveau skatepark de Creac'h Gwen, dernier né des équipements sportifs quimpérois, s'adresse à tous les amateurs de glisse du territoire.

Petits ou grands, débutants ou experts, tous peuvent désormais arpenter les 1500m² de ce qui constitue le plus grand street park de Bretagne.

Les larges bandes de couleur longitudinales appliquées sur le béton donnent le ton et la philosophie, soit une pratique via des lignes de glisse. C'est un skatepark typé « street league », c'est-à-dire conçu pour reproduire l'espace urbain. On y trouve un half pipe, des rampes, des slides, des barres de différentes hauteurs pour privilégier

l'apprentissage... Une trentaine de modules en béton et parés de métal parsème la surface, favorisant les allers-retours sur trois lignes droites, aux niveaux de difficulté croissants : débutant, intermédiaire et confirmé.

Grâce aux nombreuses liaisons de transport qui desservent le site de Creac'h Gwen, le spot est facilement accessible.

Règlement

► Présence minimum de deux personnes sur l'aire du skatepark avec un âge minimum requis de 8 ans pour pratiquer. Chacun doit avoir une pratique et un comportement responsable sans danger pour soi et pour les autres. La pratique est placée sous la responsabilité des utilisateurs et des adultes pour les usagers mineurs.

► Il est interdit d'utiliser le skatepark lorsqu'il est mouillé et en cas de gel ou neige.

Horaires d'utilisation

► L'utilisation du skatepark de nuit n'est pas recommandée. Pour des raisons évidentes de bon ordre et de tranquillité publique, la Ville se réserve le droit d'instaurer des horaires d'accès et de modifier ses conditions d'utilisation.

Manifestation sportive

► Les manifestations ne peuvent être organisées sans l'autorisation expresse de la Ville, qui se réserve le droit de prendre toutes les mesures nécessaires au maintien du bon ordre. Lors des manifestations organisées par la Ville, le site sera réservé exclusivement au déroulement de celles-ci. Toute autre utilisation sera interdite pendant la durée de ces manifestations.

EAU-BLANCHE

Inauguré quelques temps après Creac'h Gwen, le skatepark de l'Eau Blanche vient compléter l'offre du territoire pour les amateurs de glisse.

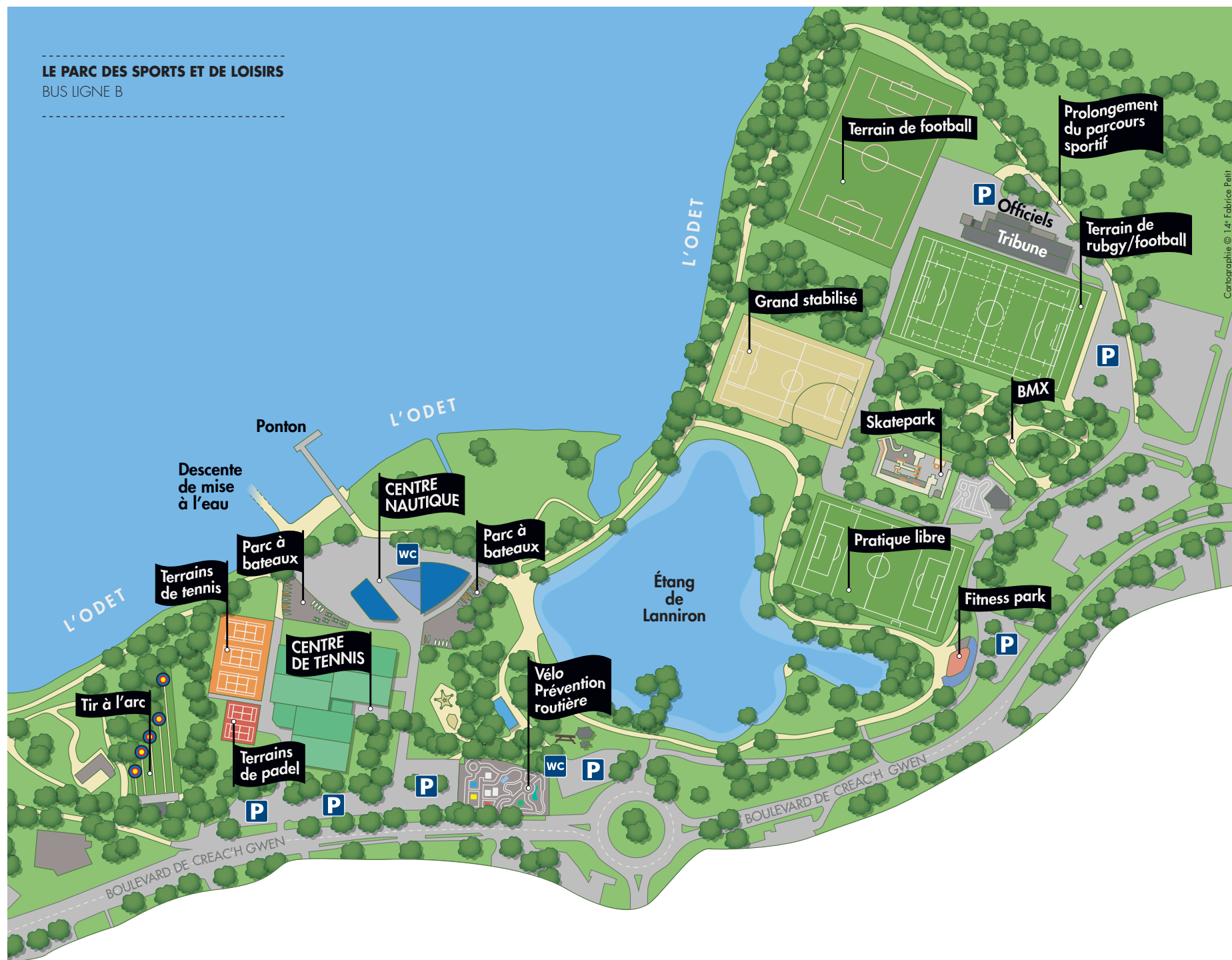
Si l'aire d'initiation est ouverte à toutes les disciplines et tous les niveaux, le « bowl » qui a été installé non loin des aires de basket est un équipement qui demande un certain niveau d'expertise. Ce type de skatepark est né de l'utilisation des piscines désaffectées aux États-Unis et la pratique consiste à réaliser des figures dans une fosse composée de courbes assez techniques. L'espace est composé d'un bowl de 520m², destiné aux publics confirmés, et d'une aire d'initiation de 490m² pour les débutants. Il s'adresse aux pratiquants de skateboard, BMX, roller et trottinette.

► Les modules sont accessibles à la pratique libre.



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 country

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 - Kerfeunteun

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

Halle des sports de Penhars

1 RUE DE KERLANN VIHAN

- ▶ 1 salle / basket, volley, hand, badminton, gymnastique rythmique...
- ▶ 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

Salle omnisports Michel-Gloaguen

IMPASSE DE L'ODET

- ▶ 1 salle basket
- ▶ 1 salle de réception et réunion

Salle de Brizeux

RUE BOURG-LES-BOURG

- ▶ 1 salle / basket

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



Salle d'escrime

PISCINE DE KERLANN VIHAN - AVENUE DES OISEAUX

- ▶ 1 salle d'escrime

Salles du Likès

RUE MARIA CHAPDELAINE

- ▶ 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-BOURG

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

Salles de La Tourelle

RUE DE LA VILLEMARQUÉ

- ▶ 1 salle / basket, volley et 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 et gym

Salle de l'Université de Bretagne Occidentale

18 AVENUE DE LA PLAGE DES GUEUX

- ▶ 1 salle d'expression : danse, stretching relaxation, zumba et yoga
- ▶ 1 gymnase : sports individuels et collectifs

Salle Sainte-Anne

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

AUTRES ÉQUIPEMENTS AVEADURIOÙ ALL

LES COMPLEXES SPORTIFS

Creac'h Gwen

BOULEVARD DE CREAC'H GWEN

- ▶ 2 terrains synthétiques (football, rugby)
- ▶ 1 terrain stabilisé de football
- ▶ 1 terrain en herbe de football, accès libre
- ▶ 1 piste de BMX
- ▶ 1 espace de VTT trial
- ▶ 1 centre nautique
- ▶ 1 skate park
- ▶ 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
- ▶ 1 espace piste sécurité routière
- ▶ 2 pistes de padel

Pour plus de précisions, voir page 18

Eau Blanche

RUE OLIVIER DE SERRES

- ▶ 1 salle de l'Eau Blanche
- ▶ 1 bowl et 1 aire d'initiation de glisse
- ▶ 4 terrains de 3x3
- ▶ 1 espace fitness

Jean-Brelivet

AVENUE LÉON-BLUM / RUE DE L'ÎLE D'ARZ

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

Penvillers

RUE DE STANG BIHAN

- ▶ 1 terrain synthétique
- ▶ 1 terrain en herbe
- ▶ 2 terrains stabilisés
- ▶ 1 piste d'athlétisme de 8 couloirs, homologuée au niveau national (Piste ouverte à tous ! Consultez le planning d'utilisation sur place ou sur quimper.bzh)

- ▶ 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 de 8 couloirs, homologuée au niveau national
- ▶ 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

LE TENNIS

Couverts

- ▶ 6 à Creac'h Gwen

Découverts

- ▶ 3 à Creac'h Gwen
- ▶ 3 à la piscine de Kerlann Vihan
- ▶ 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

LES SPORTS DE GLISSE

- ▶ 1 espace de glisse boulevard de Creac'h Gwen (décembre 2025)
- ▶ 1 salle de skate Prat ar Rouz
- ▶ 1 bowl et 1 aire d'initiation à l'Eau Blanche (octobre 2025)



L'ESCALADE

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

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 Goélants, square du Moustoir, résidence des Bruyères
- ▶ Providence : allée Lanig Le Dilosquer
- ▶ Vallon St-Laurent
- ▶ Rue de Ty Roux
- ▶ Plaine du bois de Keradennec
- ▶ Pen ar Stang : derrière le gymnase

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
- ▶ 4 terrains à l'Eau Blanche

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, 16 AVENUE GEORGES POMPIDOU, 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, AV. YVES-THÉOPOT
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 POULLOU-NEUIAL



Quimper Bretagne Occidentale compte trois piscines : **Aquarive**, équipée d'aménagements ludiques, la piscine de **Kerlann Vihan**, principalement dédiée à l'apprentissage de la natation et la piscine **Aquacove**, orientée vers l'activité sport bien-être, petite enfance et formations des métiers du sauvetage. Ces trois équipements accueillent les personnes à mobilité réduite.

Aquarive

Afin de garantir la sécurité et d'améliorer le confort de tous, le centre aquatique Aquarive est exceptionnellement fermé au public du 29 juin au 4 octobre 2026 pour des travaux de rénovation.

Les sites de Kerlann Vihan et Aquacove prennent le relais avec des horaires élargis pour accueillir petits et grands.

Située sur les bords de l'Odette à Creac'h Gwen, la piscine Aquarive dispose d'un bassin sportif de vingt-cinq mètres avec cinq lignes d'eau, d'un bassin ludique, d'une pataugeoire, d'un sauna, hammam et jacuzzi.

Les maîtres-nageurs de Quimper Bretagne Occidentale proposent également des séances :

- ▶ aquagym
- ▶ aquabike
- ▶ circuit training, aquaphobie (vaincre la peur de l'eau en douceur)
- ▶ aquabébé
- ▶ aquagym douce
- ▶ swim & run
- ▶ des soirées thématiques sont aussi au programme !

INFORMATIONS



Kerlann Vihan

Après une phase de travaux, la réouverture de la piscine de Kerlann Vihan, située dans le quartier de Penhars, permet à nouveau d'accueillir en priorité les scolaires, les associations et les écoles de natation.

Aquacove

La piscine Aquacove & Spa à Briec-de-l'Odette (à 15 min de Quimper) est équipée d'un bassin de 25 m, d'un bassin d'apprentissage et d'un espace détente avec spa, sauna, hammam, jacuzzi, douche hydromassante et solarium, ainsi que d'une salle cardio. Plusieurs activités y sont proposées : aquagym, aquatraining, cours de natation enfants et adultes tout niveaux...



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

LIGNE DE BUS B UNIVERSITÉ-GOURVILY

ARRÊT AQUARIVE (DIMANCHE LIGNE A)

KERLANN VIHAN

47 AVENUE DES OISEAUX / TÉL. 02 98 55 39 30

LIGNE DE BUS A KERMOYSAN-PETIT GUÉLEN

ARRÊT KERLANN VIHAN

RENSEIGNEMENTS & INFORMATIONS

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

AQUACOVE

RUE DE LA BOISSIÈRE - BRIEC DE L'ODET /

RENSEIGNEMENTS & INFORMATIONS

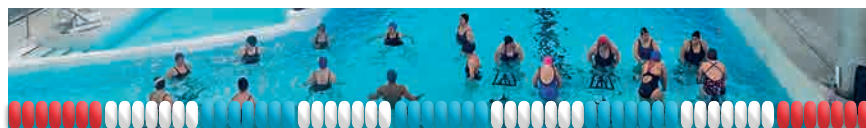
TÉL. 02 56 04 70 96 / AQUACOVE@HOTMAIL.FR

QUIMPER-BRETAGNE-OCCIDENTALE.BZH /

RUBRIQUE "PISCINES"



QUIMPER BRETAGNE
OCCIDENTALE
KEMPER BREIZH IZEL



HORAIRES D'OUVERTURE Aquarive

Période scolaire

	Le bassin sportif		Les bassins ludiques	
L	12h - 19h		13h15 - 15h	16h - 17h30
M	07h - 08h	12h - 19h	07h - 08h	13h15 - 19h
M	09h30 - 19h		09h30 - 19h	
J	12h - 13h30	15h - 19h	15h - 16h30	17h15 - 19h
V	07h - 08h	12h - 19h	07h - 08h	12h30 - 19h
S	13h - 18h		13h - 18h	
D*	09h - 13h	14h - 18h	09h - 12h	13h - 18h

Le programme des activités est disponible à l'accueil

Période vacances (zone B - hors été)

	Le bassin sportif		Les bassins ludiques	
L	10h - 13h45	14h45 - 19h	10h - 12h30	14h45 - 19h
M	10h - 13h45	14h45 - 19h	10h - 13h45	14h45 - 19h
M	10h - 13h45	14h45 - 19h	10h - 13h45	14h45 - 18h
J	10h - 13h45	14h45 - 19h	10h - 13h45	14h45 - 19h
V	10h - 13h45	14h45 - 19h	10h - 13h45	14h45 - 19h
S	10h - 13h45	14h45 - 18h	10h - 13h45	14h45 - 18h
D*	09h - 13h45	14h45 - 18h	09h - 13h45	14h45 - 18h

Le programme des animations pendant les vacances est disponible 15 jours avant

Dernier accès 45 min avant la fermeture. Évacuation des bassins 15 min avant la fermeture.



HORAIRES D'OUVERTURE Kerlann Vihan

Du lundi au vendredi	10h - 13h45	14h45 - 19h
Samedi	10h - 13h45	14h45 - 18h
Dimanche et fériés	09h - 13h45	14h45 - 18h

Le programme des activités est disponible à l'accueil

INFORMATIONS



LES DÉFIBRILLATEURS AN DIFIBRILATORIOÙ

RENSEIGNEMENTS & INFORMATIONS

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

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 KERLANN VIHAN
6. PISCINE DE KERLANN VIHAN, 47 AV DES OISEAUX
7. STADE NICOLAS-KERVAHUT, RUE DU PARC DES SPORTS

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.

ERGUE-ARMEL

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
LOÏC-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 SPORT FRANKIZÉ

4

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, un QR code vous permet de valider votre passage via l'application Vikazimut (gratuite). 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 une fois par an pour renouveler les parcours d'orientation et pour préserver l'environnement naturel (arbres, cheminements...). L'activité se pratique en marchant ou en courant, selon le rythme de chacun, et elle est accessible à tous.

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'Odét 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'Odét... 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 h du fait des nombreux lieux méritant une visite - niveau très facile - balisage jaune).

► **Quimper, les vieux quartiers** (5 km - 2 h 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 Briec, Ergué-Gabéric, Guengat, Locronan, Plogonnec, Plomelin, Plonéis, Pluguffan, Quéménéven et Quimper. Sur Quimper, il est disponible à la vente à l'Office de Tourisme Quimper Cornouaille : 10€

SUR LES CHEMINS DE L'ÉTÉ :

L'animation « Sur les chemins de l'été » est proposée par Quimper Bretagne Occidentale et les communes de l'agglomération avec le concours des associations du territoire. Ainsi, les sentiers de randonnée s'animent tout l'été, de juin à août, en soirée, les mardis, jeudis ou vendredis pour vous permettre de mieux connaître la richesse des paysages et du petit patrimoine bâti du territoire de l'agglomération.



PARCOURS DE RANDONNÉE VTT AU DÉPART DE CREAC'H GWEN HENTAD TROIOÙ-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'Odét, 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 vttenfinistere.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'Odét - 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
(balisage 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 (Odét).

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 Steir, du Jet et de l'Odét ont façonné la ville.



LE SPORT DE HAUT NIVEAU AR SPORT A 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.



QUIMPER VOLLEY 29 — DIVISION ÉLITE FÉMININE



Le Quimper Volley 29 évoluera en Division Élite Féminine lors de la saison 2026/2027 avec la volonté affirmée de poursuivre sa progression et de jouer un rôle majeur dans le championnat. Finaliste de la coupe de France et vice-champion de France Élite la saison dernière, le club ouvre un nouveau chapitre de son projet sportif, porté par l'arrivée d'un nouveau coach, Steven Platteau ainsi que de joueuses ambitieuses venues renforcer un effectif déterminé à répondre aux objectifs fixés.

En parallèle, le QV29 poursuit la structuration engagée ces dernières saisons afin de consolider durablement son développement. Club formateur et fédérateur, fort de plus de 360 licenciés, il accompagne ses pratiquants de l'école de volley, au volley assis jusqu'aux catégories seniors.

Profondément ancré en Cornouaille et dans sa ville, le Quimper Volley 29 entend s'affirmer comme un véritable étendard du sport féminin sur le territoire, s'appuyant sur des valeurs de proximité et d'engagement.

QUIMPER CORNOUAILLE TENNIS DE TABLE — PRO A DAMES



L'équipe première féminine du QCTT, toujours coachée par Emmanuel Palud, a réalisé une nouvelle fois une très belle saison. À l'issue d'un championnat de France 2025-2026 très disputé et très relevé, elle s'est maintenue en PRO A dames en remportant son quart de finale des play-downs. Pour affronter l'élite du tennis de table féminin, le QCTT pourra compter sur trois joueuses françaises qui, accompagnées de leur fidèle Slovaque et d'une nouvelle joueuse Indienne, viseront un nouveau maintien au plus haut niveau national.

BÉLIERS DE KEMPER — ÉLITE 2 MASCULINE



Suite à une saison historique avec l'entrée au Kostum Park – À nous la vie, les Béliers de Kemper se maintiennent pour un nouvel exercice en Élite 2, deuxième division française.

Avec l'arrivée de Laurent Foirest et de Philippe Da Silva à la tête de l'équipe, les Béliers repartent sur de nouvelles bases, jeunes et dynamiques.

C'est un grand défi pour le club quimpérois, qui devra une nouvelle fois faire face à des places fortes du basket en France !

Cette saison sera placée sous le signe du renouveau, tant au niveau sportif que sur les ambitions du club.

Rendez-vous en septembre au Kostum Park – À nous la vie, pour encourager nos Béliers !



LES MANIFESTATIONS SPORTIVES AN ABADENNOÙ SPORT

6

Porteuse d'événements qui rythment la saison sportive (Printemps de Creac'h Gwen, Forum des associations, Trophées sportifs...), 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.



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
Pro Master de Volley	17, 18 et 19 septembre 2026
La KempeR'Ose	4 octobre 2026
La K'Impériale	15 novembre 2026
L'Open de Tennis	Du 25 au 31 janvier 2027
Le Semi-Marathon Locronan-Quimper	21 mars 2027
Le Tour du Finistère Pays de Quimper	15 mai 2027
La Descente de l'Odé	Juin 2027



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, à l'Éphémère (jardin de l'Evêché), à Locmaria, à la Maison du patrimoine, au musée des beaux-arts et dans les médiathèques, l'été est animé dans la capitale de la Cornouaille ! L'approche se veut accessible et pragmatique, l'idée est de 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, multisports... Une palette de culture et de sport pour tous les goûts !



FORUM DES ASSOCIATIONS

► Samedi 5 septembre 2026

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 27 novembre 2026

Organisés par la ville de Quimper, en partenariat avec l'Office du Mouvement Sportif (OMS), la soirée des Trophées sportifs quimpérois met à l'honneur celles et ceux qui se seront distingués par leurs résultats, leurs performances ou leur investissement dans leur club. (Sur invitation).

FÊTES DE FIN D'ANNÉE

► 4 décembre 2026 > 3 janvier 2027

La patinoire est de retour, installée sur l'esplanade François-Mitterrand, au cœur d'une forêt enchantée ! Rendez-vous en décembre 2026 pour découvrir l'ensemble du 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 est proposée 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

47 OFFICE DU MOUVEMENT SPORTIF DE QUIMPER	63 JUDO
48 ASSOCIATIONS MULTIACTIVITÉS	63 KARATÉ
50 ACTIV'MÉMOIRE	64 KENDO
50 AÉROCLUB	64 KICKBOXING
50 AÉRO FIT BOXING	64 KRAV MAGA
50 AÉROMODÉLISME	64 KUNG-FU
50 AIKIDO	64 MARCHÉ AQUATIQUE CÔTIÈRE
51 AQUAGYM	64 MARCHÉ ET RANDONNÉE
51 ATHLÉTISME	65 MARCHÉ NORDIQUE ET RUNNING
51 AVIRON	66 MODÉLISME
51 BABY ESCRIME	66 MUSCULATION
51 BABY GYM	66 NATATION
52 BADMINTON	66 NAGE AVEC PALMES ET NAGE EN EAU LIBRE
52 BASE-BALL / SOFTBALL	66 PARACHUTISME SPORTIF
52 BASKET-BALL	67 PARKOUR
52 BASKET 3X3	67 PÊCHE
53 BMX	67 PÉTANQUE
53 BOWLING	68 PLONGÉE
53 BOXE / WING TSUN	68 PLONGÉE APNÉE
53 BRIDGE	68 QI GONG
54 CANNE DE COMBAT	69 ROLLER
54 CANOE KAYAK / KAYAK-POLO / PADDLE	69 RUGBY
54 CAPOEIRA ANGOLA	69 SABRE LASER
54 CIRQUE	69 SAMBO
54 COURSE À PIED	69 SAUVETAGE EN MER / SECOURISME
55 COURSE D'ORIENTATION	69 SCRABBLE
55 CROSSFIT	70 SELF DÉFENSE / WING TSU / ESCRIMA
55 CYCLISME	70 SKATEBOARD / ROLLER / TROTINETTE
55 CYCLOTOURISME	70 SKI
55 DANSE	70 SOCCER
58 ÉCHECS	70 SOPHROLOGIE
58 ÉQUITATION	70 SQUASH
58 ESCALADE	70 SURF / BODYBOARD / PADDLE
59 ESCRIME	71 TAI-CHI-CHUAN
59 FOOTBALL AMÉRICAIN	71 TENNIS
59 FOOT CORPORATIF	71 TENNIS DE TABLE
59 FOOT EN MARCHANT	72 TIR À L'ARC
59 FOOTBALL	72 TRIATHLON
60 FOOTBALL FÉMININ	72 ULTIMATE FRISBEE
60 FOOTBALL GAÉLIQUE	72 VOILE
60 GOLF	73 VOLLEY-BALL
61 GOUREN (LUTTE BRETONNE)	73 VTT / VTC
61 GYMNASTIQUE	74 YOGA / YOGA NIDRA
62 GYMNASTIQUE CHINOISE	74 ZUMBA
63 GYMNASTIQUE RYTHMIQUE	74 AUTRES COORDONNÉES UTILES
63 GYMNASTIQUE SLAVE	
63 HANDBALL	
63 HIIT	

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 (de novembre à juin), 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 8h à 12h - du jeudi au vendredi, de 13h30 à 17h30 au bureau d'accueil de l'OMS. L'OMS met des minibus et un percolateur à disposition des associations sportives.

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

Depuis plus de 40 ans, l'AVF de Quimper accueille et accompagne les nouveaux arrivants ainsi que toutes les personnes souhaitant créer des liens et s'intégrer à la vie locale. Animée par une équipe de bénévoles engagés, notre association met tout en œuvre pour favoriser les rencontres, la convivialité et l'épanouissement de chacun. Vous y trouverez un accueil chaleureux, de nombreuses animations, des sorties et une grande variété d'ateliers : marche, peinture sur porcelaine, cuisine, art floral, bien-être, anglais, espagnol, breton, œnologie, danses bretonnes, jeux de lettres, bibliothèque, café philo, rencontres littéraires, dessin-peinture, shiatsu, qi gong, yoga sur chaise, tarot... L'AVF de Quimper est avant tout un lieu de partage, d'échange et d'amitié, où chacun peut trouver sa place et participer à la richesse de la vie associative locale.

CONTACT : 5 RUE FRÉDÉRIC-LE-GUYADER
TÉL. 02 98 95 79 78
avquimper@free.fr / avquimper.fr

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-ARMEL (COURS COLLECTIF)
83 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, krav maga, 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, gym sur chaises, gymnastique, natation, pilates, postural ball, qi gong, randonnée, sophrologie, stretching, tennis de table, yoga, pétanque.

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 - PORT-LE-FORÊT
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
PERYAN LAPART
TÉL. 07 64 03 24 16
sportadapte29@gmail.com / fCDSA 29

Centre des Abeilles

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

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

Handisport Cornouaille

Équitation, futsal, gym, 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.quimper@gmail.com
handisport-quimper.fr

Senior Sport Santé à Quimper

Ce club multiactivités, affilié à la Fédération Française de la Retraite Sportive propose marche santé, marche aquatique côtière, foot en marchant, randonnée, gymnastique, qi gong et Activ'Mémoire, pétanque et promeut les bienfaits des activités physiques sur la santé et la vitalité des seniors. Une seule licence pour toutes ces activités adaptées aux plus de 50 ans.

JOURS : DU LUNDI AU VENDREDI
CONTACT : BOITE AUX LETTRES 111 -
ESPACE ASSOCIATIF QUIMPER CORNOUAILLE,
1 ALLÉE JEAN-RENÉ-CALLOC'H
TARIF : LICENCE 73 € POUR 3 ACTIVITÉS
retraitesportivequimper@gmail.com / retraite-sportive-quimper.fr

Sport Pour Tous

Aquagym, natation, body sculpting, body fitness, dos stretching, gymball, aqua pilates, pilates, cardio training, marche aquatique, marche nordique, yoga, qi gong, HIIT, gym équilibre, écorandonnée, méditation, step, mix-dance, urban training, running, power yoga, SPT zum, sport-santé.

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

MPT d'Ergué-Armel

Gymnastiques fitness (gym entretien, gym seniors, gym douce, sur chaise), body barre, cuisses-abdos-fessier, renforcement musculaire, step, stretching, zumba adultes et enfants, randonnée, qi gong, tai-chi-chuan, yoga, pétanque, pilates, marche, sophrologie, boxe, self défense, barre à terre, souplesse et détente, Life Art Process, palet breton, danse (classique, west coast swing, danse africaine, contemporain, hip hop, rock...).

CONTACT : 16 RUE GEORGES-POMPIDOU
TÉL. 02 98 90 78 00

info@mptea.org / mptea.org / fmaisonpourtouserguearmel

MJC Kerfeunteun

Musique et chant, langues, danses, activités physiques et de détente, arts plastiques et d'expression, faire et savoir-faire, théâtre, accueil de loisirs 6-10 ans, club jeunes 13-17 ans. Nouveau : préparation physique générale, course à pied, multisports enfants, marche sportive, design d'objets et arts appliqués.

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

MDQ Moulin Vert

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

CONTACT : 47 CH. 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 BLD 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 + de 50 ans.

JOURS : VENDREDI DE 13H30 À 14H30
LIEU : MAISON DE QUARTIER DU CORNIGUEL
TARIFS : LICENCE 73 € POUR 3 ACTIVITÉS ACTIVITÉS + ADHÉSION MAISON DE QUARTIER DU CORNIGUEL 11 €
CONTACT : MARC DORNET
TÉL. 02 98 50 21 87
retraitesportivequimper@gmail.com / retraite-sportive-quimper.fr

AÉROCLUB

Aéroclub de Quimper

Baptêmes : 15 minutes aller Bénodet ou Pont-l'Abbé et retour. Promenades aériennes : 30 minutes, 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 €, 95 € (– DE 21 ANS).
L'HEURE DE VOL AVEC INSTRUCTEUR À PARTIR DE 168 €
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 : 1,78 €
LIEU : 4 RUE TEILHARD-DE-CHARDIN
CONTACT : FANNY GUEDES
TÉL. 02 98 95 46 25
contact@mjkerfeunteun.org / mjkerfeunteun.org

AÉROMODÉLISME

Club d'aéromodélisme de Quimper Cornouaille

À partir de 14 ans.

JOURS : VOIS AUTORISÉS LES MERCREDIS, SAMEDIS, DIMANCHES ET JOURS FÉRIÉS
HORAIRES : DE 14H À 20H
LIEU : CLUB D'AÉROMODÉLISME QUIMPER CORNOUAILLE
CONTACT : MARC LE BRET
TÉL. 06 58 93 39 84
Cadqc_asso-fam0666@mail.fr / cadqc.blogspot.fr

AÏKIDO

Aïkido Quimper

Aïkido. Ados à partir de 12 ans et adultes.

JOURS : MARDI 19H-21H ET JEUDI 20H30-22H30
TARIFS : DE 140 € À 199 € (ASSURANCE + LICENCE)
LIEU : DOJO SANSHIRO 10 AVENUE DE KERADENNEC
CONTACT : MARTINE BERTHEMIN
TÉL. 06 85 56 12 75
contact@aikido-quimper.fr / aikido-quimper.fr

AK29 Santé

Aïkido adultes.

JOURS : MERCREDI DE 20H30 À 22H (ADULTES)
TARIF : 120 € L'ANNÉE HORS LICENCE
LIEU : HALLE DES SPORTS DE PENHARS (ENFANTS) ET D'ERGUÉ-ARMEL (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

Aïkido et Bo Jutsu-Boken. Adultes/Ados (à partir de 14 ans).

JOURS : AÏKIDO (TOUS NIVEAUX) LUNDI 19H40-21H45, JEUDI 19H30-21H45, DIMANCHE 10H40-12H30.
BO JUTSU-BOKEN LUNDI, JEUDI 21H50-22H30
LIEU : DOJO DE CROAS SPERN, SALLE H. TAZIEFF, ERGUÉ-GABÉRIC
CONTACT : JEAN-PIERRE ROSSAUT
TÉL. 06 12 02 23 59
lechemindeletoile@orange.fr / hentarsteredenn.com

AQUAGYM

ARPAQ (Association de retraités et personnes âgées de Quimper)

JOURS : DU LUNDI AU VENDREDI
CONTACT : VOIR PAGE 48

Gymnastique Volontaire de l'Odet

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

JOURS : MARDI 13H, SAMEDI 9H
TARIFS : 1 COURS 200 € LICENCE COMPRISE
LIEU : PISCINE DE KERLANN VIHAN, 61 AV DES OISEAUX
CONTACT : VOIR PAGE 60

Gymnastique Volontaire de Quimper

À partir de 18 ans.

JOURS : MARDI 13H, SAMEDI 9H
TARIFS : À PARTIR DE 155 €, (TARIF DÉGRESSIF POUR 2 ACTIVITÉS OU PLUS (LICENCE ET ASSURANCE INCLUSES)
LIEU : PISCINE DE KERLANN VIHAN
CONTACT : VOIR PAGE 60
TÉL. 07 80 32 85 98
gv.quimper@gmail.com / gvdequimper.fr

Handisport Cornouaille Quimper

À partir de 10 ans.

JOURS : VENDREDI 15H30-16H30
TARIF : VARIABLE SUIVANT DIFFÉRENTS CRITÈRES
LIEU : PISCINE DE KERLANN VIHAN
CONTACT : VOIR PAGE 49

Sport Pour Tous

À partir de 16 ans.

JOURS : DU LUNDI AU VENDREDI
TARIFS : 22 € ADHÉSION + 210 €
LIEU : AQUARIVE, 159 BD DE CREAC'H GWEN
CONTACT : VOIR PAGE 49

ATHLÉTISME

Quimper Athlétisme

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

TARIFS : LICENCES ÉVEIL ATHÉ (2020 À 2018), POUS-SINS (2017 & 2016) ET SANTÉ : 175 € / BENJAMINS

(2015 & 2014) & MINIMES (2013 & 2012) : 195 € / CADETS ET + (2011 ET AVANT) : 205 €.
CONTACT : BRUNO PRIoux (PAR MAIL EN PRIORITÉ)
TÉL. 02 98 95 61 10 OU 07 87 07 31 01
quimperathle.com / quimper.athle@orange.fr

AVIRON

Aviron de l'Odet

À partir de 14 ans. Centre nautique de Creac'h Gwen.

TARIFS : 185 € (RÉDUIT), 250 € (NORMAL)
CONTACT : OLIVIER RONDARD
TÉL. 07 68 88 09 12
contact@aviron-quimper.fr / aviron-quimper.fr

BABY ESCRIME

Escrime Quimper Cornouaille

De 2 à 4 ans.

LIEU : SALLE D'ARMES PISCINE DE KERLANN VIHAN
47 AV DES OISEAUX
CONTACT : SEVA HOUÉZ (PRÉSIDENTE)
TÉL. 07 87 08 19 04
escrime.quimpercornouaille@gmail.com / eqc-asso.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
laquimpéroise@wanadoo.fr / laquimpéroise.gym.free.fr

UJAP Gymnastique

Filles et garçons 4-5 ans.

JOURS : SAMEDI 15H45-16H30
TARIFS : 102 € L'ANNÉE
LIEU : GYMNASSE DE L'UJAP, RUE JULES NOËL, SALLE LOUIS ET JEAN LE BOËDEC
CONTACT : AUDE DALBIES
ujapgym@gmail.com / ujapgym.wordpress.com

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

Handisport Cornouaille Quimper



À partir de 10 ans.

JOURS : MERCREDI DE 17H30 À 19H30

LIEU : SALLE STE ANNE

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

Club FFBad labellisé ** pour compétiteurs,
loisirs et jeunes, à partir de 5-6 ans.

JOURS : DU LUNDI AU DIMANCHE

TARIF : À PARTIR DE 105€

LIEU : HALLE DES SPORTS PENHARS OU GYMNASE
LYCÉE DE CORNOUAILLE

CONTACT : ANTHONY BOURBIGOT

TÉL. 06 77 04 78 21

ujapbadminton.com / ujapbad@gmail.com

BASE-BALL / SOFTBALL

Sharks 29

À partir de 9 ans.

JOURS : MARDI 19H-21H30 (SENIORS), MERCREDI
17H-19H (JEUNES), SAMEDI 10H-12H (JEUNES)

TARIFS : NOUS CONTACTER

LIEU : TERRAIN STABILISÉ DE CREAC'H GWEN

CONTACT : BOYER JOHAN, PRÉSIDENT

TÉL. 06 46 27 72 98

bureau@sharks29.fr / sharks29.fr

BASKET-BALL

ASEA Basket Quimper

Catégories : de U5 (micro basket) à Seniors,
garçons et filles. Sections : loisir, basket
santé, sport santé.

TARIFS : DE 60€ À 225€

LIEU : HALLE DES SPORTS D'ERGUÉ-ARMEL, GYMNASE

YVES THÉPOT, GYMNASE ST THÉRÈSE, HALLE DES

SPORTS DE PENHARS & GYMNASE DU LYCÉE CHAPTAL

CONTACT : ÉRIC GARNIER (MANAGER GÉNÉRAL) /

SECRÉTARIAT

TÉL. 06 59 85 48 98

aseabbquimper@gmail.com / [f](https://www.facebook.com/Asea-Quimper) [i](https://www.instagram.com/Asea-Quimper) Asea Quimper

Handisport Cornouaille Quimper



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

JOURS : MARDI 18H30-20H, JEUDI 18H30-20H30

TARIF : VARIABLE SUIVANT DIFFÉRENTS CRITÈRES

LIEU : SALLE STE ANNE

CONTACT : VOIR PAGE 49

UJAP Basketball Quimper

Dès 3 ans (micro basket) à Seniors, garçons
et filles. Sections : école de basket, jeunes,
seniors et compétition. Section loisirs jeunes,
section loisirs seniors. Le club recherche
également des bénévoles pour accompagner
son développement.

TARIFS : DE 50€ À 245€

LIEU : SALLE LOUIS ET JEAN LE BOÉDEC,

SALLE MICHEL GLOAGUEN, SALLE DU LKES,

SALLE DE LA TOUR D'Auvergne

CONTACT : ESTELLE PORIEL (SECRÉTARIAT)

TÉL. 06 18 76 66 64

ujapbasket@gmail.com / ujapbasket.com

BASKET 3X3

Quimper Passion Streetball

Basket 3x3. À partir de 16 ans.

JOURS : JEUDI 20H-22H30

TARIF : 50€

LIEU : SALLE LOUIS ET JEAN LE BOÉDEC, RUE JULES-NOËL

ET/OU TERRAINS DE STREETBALL DE LA VILLE

CONTACT : CÉDRIC TRONIOU

TÉL. 06 51 95 37 57

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 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

Odet Bowling Club

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

JOURS : MARDI 19H30-22H (LIGUES),

SAMEDI 12H-13H30 (ENTRAÎNEMENTS)

TARIFS : DE 75€ À 95€

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

CONTACT : PATRICK KERVELLANT

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 : -14 ANS : 180€, +14 ANS : 220€.

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 prin-
temps éternel) est un art martial chinois tradi-
tionnel, 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

Handisport Cornouaille Quimper



JOURS : SAMEDI APRÈS-MIDI

LIEU : COMPLEXE SPORTIF DE CROAS SPERN,
ERGUÉ-GABÉRIC

CONTACT : VOIR PAGE 49

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

Kemper canne de combat bâton et savate

La canne de combat, un art martial français, se distingue par son élégance et sa technicité. Ce sport se pratique avec une canne en bois de châtaignier, mesurant 95 cm de long. Les tireurs, ou combattants, s'affrontent dans une aire circulaire de neuf mètres de diamètre. L'objectif est de toucher l'adversaire avec la canne tout en évitant d'être touché. À partir de 12 ans.

JOURS : MERCREDI 18H30-20H, SAMEDI 13H30-15H30
TARIFS : ENFANTS 117€ (COURS 100€, LICENCE 17€), ADULTES 182€ (COURS 150€, LICENCE 32€)
LIEU : GYMNASÉ 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'esquimaude. Descente de l'Odet.

JOURS : DU MARDI AU SAMEDI
LIEU : CENTRE NAUTIQUE DE CREAC'H GWEN
CONTACT : KERISIT YOHANN
TÉL. 02 98 53 19 99 OU 06 88 61 31 46
kayak.quimper@orange.fr / 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 MOUVEMENTS ET MUSICALITÉ
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. Adultes et enfants à partir de 3 ans.

JOURS : TOUS LES JOURS SAUF LUNDI ET DIMANCHE
TARIFS : ENTRE 83€ ET 433€ (TARIFS PRÉFÉRENTIELS SELON LE QUOTIENT FAMILIAL)
LIEU : MAISON DU CIRQUE, 11 RUE DU MAINE
TÉL. 02 98 10 29 83
ballesafond@orange.fr / ballesafond.net

COURSE À PIED

Kemper Running

Course et marche. À partir de 18 ans.

JOURS : MERCREDI 18H-19H30, DIMANCHE 10H-11H30
TARIF : 25€ ADHÉSION
LIEU : STADE DE CREAC'H GWEN ET BOIS DE KERADENNEC
CONTACT : RONAN LOYER ET ÉRIC WALLARD, CO-PRÉSIDENTS
TÉL. 06 16 16 31 57 ET 06 32 98 44 34
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
qfphotos@gmail.com / quimperfootingloisirs.fr

COURSE D'ORIENTATION

Quimper Orientation Coatarmor

JOURS : SAMEDI MATIN, COMPÉTITION LE DIMANCHE
TARIFS : -18 ANS 70€, +18 ANS 110€, FAMILLE 220€
LIEU : BOIS D'AMOUR, CREAC'H GWEN, KERADENNEC, CORNIGUEL, VALLON STLAURENT
CONTACT : AURÉLIEN SOSSON
TÉL. 06 50 22 60 60
quimper.orientation@gmail.com / 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
alquimper@orange.fr / alquimper.fr

CYCLISME

Handisport Cornouaille Quimper

Cyclisme et tandem pour personnes déficientes visuelles.

JOURS : MARDI ET JEUDI DE 18H30-20H
LIEU : VÉLODROME ABEL FLOCH
CONTACT : VOIR PAGE 49

Tour du Finistère Pays de Quimper

Tour du Finistère Cycliste.

CONTACT : MARC FAYET, COMITÉ ORGANISATEUR DU TOUR DU FINISTÈRE CYCLISTE PROFESSIONNEL
TÉL. 06 84 35 16 73
marc.fayet2@wanadoo.fr / tourdufinisterecycliste@orange.fr

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 : DAVID COLIN OU NICOLAS BESNARD
TÉL. 06 89 03 76 02 OU 06 81 07 20 88
velosportquimper@gmail.com / vsquimpero.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
crc29@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
cycleslebigot@wanadoo.fr / quimpercycloclub.com/index.php

DANSE

Africa mov

Cours et stages de danse d'expression africaine et afro dance tout public.

JOURS : MERCREDI DANSE AFRICAINE 20H-21H30, AFRO DANSE 15H-16H (ENFANTS-ADOS)
TARIFS : 20€ ADHÉSION, DANSE AFRICAINE 260€/AN (210€/AN -25 ANS), AFRO DANSE 140€/AN - 25 ANS
LIEU : MAISON DE QUARTIER DU MOULIN VERT
CONTACT : EMMANUELLE
TÉL. 06 33 41 31 18
africamouvassociation@gmail.com / africamouv.com

Centre des abeilles

Danse Modern Jazz – Adultes.

JOURS : JEUDI 18H15-19H45 ET 20H-21H30
TARIFS : 205€/AN
LIEU : CENTRE DES ABEILLES, 4 RUE SERGENTE-FLAO
CONTACT : LIUDMYLA MAUPOME
TÉL. 02 98 55 33 13
contact@centredesabeilles.fr / centredesabeilles.fr

Compagnie Ahtenysti

Cours barre au sol/stretching, danse classique et danse grecque/moderne. Cours collectifs et particuliers.

LIEU : 4 CITÉ DE KERQUELEN, QUIMPER
CONTACT : MARIA YANNIAROS
cie.ahtenysti@gmail.com / ahtenysti.com

Compagnie Del Gesto

La Cie Del Gesto, Sergio Argiolas, chorégraphe, médiateur artistique en relation d'aide et art thérapeute, étendent leurs activités dans quatre domaines majeurs : ► Créations des pièces chorégraphiques-amateurs et professionnels, ► Action pédagogique : ateliers de pratique artistique dans les écoles primaires, collèges, lycées, facultés, ► Action sociale : danse thérapie dans le champ de la psychiatrie, pédiatrie, structure sociale ou médico-sociale du handicap, de l'autisme, Camps, IME, Esat, CAT, foyers, IFPS etc..., ► Formateur en développement relationnel : le développement relationnel prend en compte la personne dans son intégrité corporelle, psychologique et émotionnelle.

CONTACT : SERGIO ARGIOLOS. TÉL. 06 62 36 39 11
cie.delgesto@gmail.com

Deus Da Zansal

Cours de danses bretonnes (en loisirs) adultes.

JOURS : MERCREDI 20H-21H30 (HORS VAC. SCOLAIRES)
LIEU : SALLE DES CHÂTAIGNIERS AU BRADEN
CONTACT : FRANÇOISE COURVILLE (PRÉSIDENTE)
TÉL. 06 24 36 60 02
francoise.courville@hotmail.fr

En Scène

Cours de danse modern'jazz, contemporain et Zumba. Éveil dès 4 ans. Concours, spectacles et stages.

JOURS : DU LUNDI AU SAMEDI
TARIFS : À PARTIR DE 210€ L'ANNÉE
LIEU : QUIMPER, ERGUÉ-GABÉRIC, BRIEC ET LANDUDAL
CONTACT : NADÉGE MERLIN
TÉL. 06 07 33 91 13 OU 06 76 92 82 82
enscenebretagne@yahoo.com / en-scene.bzh
📍 Association En Scène / 📷 associationenscene

Hip Hop New School

École de danse hip-hop à partir de 4 ans.

JOURS : MERCREDI, JEUDI, VENDREDI, SAMEDI
TARIFS : DE 195€ À 285€
TÉL. 09 53 32 21 93
contact.hiphopnewschool@gmail.com / hiphopnewschool.bzh

Kamp Dance

Association de danse spécialisée en street jazz et commercial, proposant des cours, ateliers et projets artistiques pour tous les niveaux.

JOURS : LUNDI, MARDI, JEUDI (20H-21H30)
TARIFS : DE 10€ À 300€
LIEU : SALLE DE DANSE AQUAFORME, ERGUÉ-GABÉRIC
CONTACT : JORDAN NKAM
kampdance29@gmail.com

Kemp'eire Set Dances

Pratique et apprentissage de la danse traditionnelle irlandaise (set dancing). Débutants et initiés.

JOURS : MARDI DE 20 À 22H
TARIFS : 55€
LIEU : ÉCOLE KERGOAT AR LEZ - 30 RUE LOUIS-PASTEUR
CONTACT : ANNICK OU FRANÇOISE
TÉL. 06 18 99 12 89 OU 06 62 51 98 83
kempeiresetdances@laposte.net / Kemp'eire-set-dance.fr

Kemp Latino Rock

Association de danses latines, rock et danses de salon. Cours et stages niveaux débutants et intermédiaires.

JOURS : LUNDI DE 20H À 21H DANSES DE SOCIÉTÉ (VALSE, TANGO, PASO DOBLE, LINE DANCE...), DE 21H À 22H DANSES LATINES (SALSA, BACHATA, CHA-CHA-CHA), JEUDI DE 20H À 21H ROCK DÉBUTANT, DE 21H À 22H ROCK INTERMÉDIAIRE
TARIFS : À PARTIR DE 90€
LIEU : ORANGE BLEUE DE GOURVILLY, 11 ALLÉE PIERRE-LOUET À QUIMPER
CONTACT : LUCIEN BIHAN
TÉL. 06 86 10 53 41
contact@kempdanse.fr / kempdanse.fr

La Swing Factory

Danses swing : lindy hop, charleston, blues, solo swing et claquettes, en solo ou à deux. Ado, adulte, Étudiant.

JOURS : MERCREDI ET JEUDI À PARTIR DE 19H
LIEU : SALLE DENISE-LARZUL - 3 ALLÉE LOUISE-MICHEL
CONTACT : CHRISTOPHE
TÉL. 06 78 81 86 42
laswingfactory@gmail.com / laswingfactory.com

Loéma bachata

Cours annuels débutants et intermédiaires en bachata. Organisations de stages en interne et avec des intervenants externes en fonction des besoins d'apprentissage. Organisation de soirées avec pratique de la bachata, découverte et initiation.

JOURS : MERCREDI 19H30-20H30 (DÉBUTANT), 20H45-21H45 (INTERMÉDIAIRES)
TARIFS : + 10€ ADHÉSION/PERSONNE, 160€, 100€ (JEUNE -25 ANS), 300€ (COUPLE)
LIEU : SALLE DE DANSE AQUAFORME, ERGUÉ-GABÉRIC
CONTACT : EMMANUELLE MOTREFF
loema.bachata@gmail.com

Mirages

Cours de danse classique, jazz et contemporaine. Éveil dès 4 ans. Concours. Stages. Spectacles.

JOURS : DU LUNDI AU SAMEDI
TARIFS : À PARTIR DE 260€ L'ANNÉE
LIEU : QUIMPER, EDERN ET ERGUÉ-GABÉRIC
CONTACT : JOHANNE BEZVIN
TÉL. 06 63 08 52 40
mirages-johannebezvin@outlook.fr / 📍 association mirages

Orient'é Danse

Cours de danse orientale.

JOURS : LUNDI 20H-21H, MARDI 18H30-19H30, MERCREDI 19H-20H, SAMEDI 11H30-12H30
TARIFS : ADHÉSION : 8€ - ABONNEMENT : 230€ - ABONNEMENT 2 COURS/SEMAINE : 345€ - CARNET 10 COURS : 100€
LIEU : SALLE 43, AVENUE DE LA FRANCE LIBRE. MPT DE PENHARS
CONTACT : CLARA LE GUEHENNEC
TÉL. 06 09 86 23 24
orientdance@hotmail.com / oriente-danse.jimdosite.com
📍 Orient'e Danse / 📷 orientdance

Pomme Piment Danses et Musiques

Association de danse moderne et autres styles. Cours, stages, sorties culturelles, ateliers de création. Cours d'éveil et d'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
pomme-piment.bzh

Quimper Happy Country et Line Dance

Cours de line dance sur tout type de musique (y compris la country).

JOURS : VENDREDI 17H30 (NIVEAU 1 DÉBUTANT) - VENDREDI 18H50 (NIVEAU 2 NOVICE) - VENDREDI 20H (NIVEAU 3/4 INTERMÉDIAIRE)
TARIFS : 1^{re} ANNÉE : 90€. FIDÉLITÉ (À PARTIR DE LA 2^e ANNÉE) : 75€. JEUNES JUSQU'À 18 ANS : 50€
LIEU : SALLE POLYVALENTE DU GROUPE SCOLAIRE EDMOND MICHELET AU BRADEN/QUIMPER
CONTACT : ANNIE MÉVELLEC-GOUZIEN OU PEGGY LEFÈVRE
TÉL. 06 30 80 81 21 OU 06 82 09 28 62
quimperhappycountry@orange.fr
📍 Quimper Happy Line Dance

Salama29

Danse orientale.

JOURS : MARDI 19H30-20H30 (DÉBUTANTS ACCEPTÉS), COURS D'ESSAI GRATUIT LE MARDI 15 SEPTEMBRE
TARIF : 270€ L'ANNÉE, CHÈQUES VACANCES ET COUPONS SPORTS ACCEPTÉS.
LIEU : ART DES CYGNES STUDIO, 11 BIS RUE STANG AR C'HOAT, QUIMPER
CONTACT : ALHOUARIA EL BERKANI
TÉL. 06 17 45 81 36,
salama29brest@gmail.com / salama29.com
📷 @salama29

Salsaderue

Cours de salsa cubaine.

JOURS : JEUDI 20H-21H DÉBUTANTS, 21H-22H SALSA STYLE
LIEU : GYM IN FITNESS, 19 ALLÉE DE BANELOU
CONTACT : 06 73 67 63 37
salsaderue.fr

So'dance

Danse de couple : salsa, bachata, west coast swing, rock. Danse individuelle : line dance, zumba, heels (danse en talons). À partir de 12 ans. Cours collectifs, cours particuliers, stages et soirées.

JOURS : DU LUNDI AU SAMEDI
TARIFS : À PARTIR DE 190€ L'ANNÉE. TARIF RÉDUIT POUR LES -26 ANS
LIEU : GYM'IN FITNESS, 19 ALLÉE DU BANELLLOU – QUIMPER / PLOGONNEC
CONTACT : SONIA DAVID
TÉL. 06.08.82.84.89
contact@sodance29.fr / sodance29.fr

Sport Pour Tous

Mix'dance. À partir de 16 ans. De la danse accessible à tous.

JOURS : LUNDI, MARDI ET JEUDI (3 LIEUX DIFFÉRENTS)
TARIFS : 22€ ADHÉSION + 175€
CONTACT : VOIR PAGE 49

Ta Bem Bom

Cours de forró, danse populaire brésilienne. Débutants et initiés.

JOURS : MARDI 19H30 - 21H
TARIFS : À PARTIR DE 60€ L'ANNÉE
LIEU : SALLE DENISE LARZUL
tabembomquimper@gmail.com

ÉCHECS

Cornouaille échecs

Initiation, perfectionnement, compétition, à partir de 5 ans.

HORAIRE : COURS MARDI 17H15-18H15 (5-11 ANS), 18H30-20H (À PARTIR DE 12 ANS ET ADULTES)
TARIFS : 90€ L'ANNÉE, COURS, LICENCES, ASSURANCE, ACCOMPAGNEMENTS.
LIEU : MPT D'ERGUÉ-ARMEL, 16 AVENUE GEORGES-POMPIDOU
CONTACT : MAX NOTTER
TÉL. 06 75 70 11 96
cornouaille.echecs@gmail.com

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 : CLUB DE BRIDGE, 3 ALLÉE MARC-ELDER
TARIFS : 80€ (COURS, LICENCE, ASSURANCE) + ABONNEMENT MPT-MDQ
CONTACT : JEAN-MARC LE GUÉHENNEC (PRÉSIDENT)
TÉL. 06 17 57 33 04
echiquier.quimperoies@gmail.com / echiquierquimperoies.fr

ÉQUITATION

Centre équestre UCPA

À partir de 3 ans.

JOURS : DU LUNDI AU DIMANCHE
TARIF : À PARTIR DE 188€ LE TRIMESTRE
LIEU : CHEMIN DE TOUVEN
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 : LUNDI, MARDI, MERCREDI, SAMEDI
TARIF : À PARTIR DE 150€, 10 SÉANCES
LIEU : LANDUDAL
CONTACT : ÉLODIE SERPE
TÉL. 07 85 99 35 22
aek.accueil@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

Dès 5 ans. Pratique du sabre, fleuret et épée. Compétition et loisir.

JOURS : LUNDI, MERCREDI, JEUDI, VENDREDI
TARIFS : À PARTIR DE 220€ (LOCATION DE TENUE INCLUSE)
LIEU : SALLE D'ARMES, PISCINE DE KERIANN VIHAN
47 AV DES OISEAUX
CONTACT : SEVA HOUZÉ (PRÉSIDENTE)
TÉL. 07 87 08 19 04
escrime.quimpercornouaille@gmail.com / eqc-asso.fr

Handisport Cornouaille Quimper

JOURS : MERCREDI 19H-21H30, VENDREDI 20H-22H
LIEU : SALLE D'ARMES, PISCINE DE KERIANN VIHAN
47 AV DES OISEAUX
CONTACT : VOIR PAGE 49

FOOTBALL AMÉRICAIN

Kelted Quimper Football Américain

École de Flag dès 6-7 ans (U9-U11-U13). Flag ados et adultes dès 13 ans (U15-U18-Seniors). Football américain dès 13 ans (U15-U18-Seniors).

JOURS : LUNDI 19H-21H (FOOT AM. SENIORS), MARDI 19H-20H30 (FLAG U15-U18-SENIORS), JEUDI 18H30-20H30 (FOOT AM. SENIORS), SAMEDI 10H-11H30 (ÉCOLE DE FLAG) + 10H-12H30 (FOOT AM. U15-U18), DIMANCHE MATCH
TARIFS : LICENCE ÉCOLE FLAG 75€, FLAG U15-U18-SENIORS 110€, FOOTBALL AMÉRICAIN 150€ À 200€, LOC. ÉQUIPEMENT 60€/AN
LIEU : PÔLE SPORTIF DE CREAC'H GWEN
CONTACT : BLANDINE JOUNIER
TÉL. 07 83 79 84 72
kelted.quimper@gmail.com / kelted.com / f 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 / f usacq foot corpoledour.herve@live.fr

FOOT EN MARCHANT

Senior Sport Santé à Quimper

JOURS : LUNDI 14H
LIEU : STADE DE CREAC'H GWEN
TARIF : LICENCE 73€ POUR 3 ACTIVITÉS
CONTACT : RETRAITE SPORTIVE QUIMPER (CF. PAGE 48-49)

FOOTBALL

Football Club Quimper Penhars

De U6 à U13, U15 et seniors.

TARIFS : SENIORS 130€, JEUNES 110€, ÉCOLE DE FOOT 85€ (ÉQUIPEMENT COMPRIS POUR CETTE CATÉGORIE)
LIEU : STADES KERVAHUT, COUBERTIN, CORNIGUEL, CREAC'H GWEN
CONTACT : DAMIEN ANDRO (PRÉSIDENT)
TÉL. 06 59 63 06 20
fcqp@fcquimperpenhars.fr / fcqpenhars.fr

Handisport Cornouaille Quimper

Futsal.

JOURS : LUNDI DE 17H30 À 19H
LIEU : HALLE DES SPORTS DE PENHARS
CONTACT : VOIR PAGE 49

Quimper Ergué-Armel Football Club

École de foot : de 5 à 8 ans (U6 à U9). Foot à 8 : de 9 à 12 ans (U10 à U13). Foot à 11 : à partir de 13 ans (de U14 jusqu'à seniors).

COMPÉTITIONS

JOURS : SAMEDI (JEUNES), DIMANCHE (SENIORS)

ENTRAÎNEMENTS

JOURS : U6 À U9 MERCREDI ET SAMEDI 10H-11H30, AUTRES CATÉGORIES 2 À 3 ENTRAÎNEMENTS/SEMAINE DU LUNDI AU VENDREDI.

TARIF : 140€ À 180€
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 : MICHELE CIOCE

TÉL. 06 83 89 69 03

michel.cioce@wanadoo.fr / quimperitalia.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 130€ ET 150€ / 190€ FOOT À 11. TARIFS DÉGRESSIFS EN FONCTION DU NOMBRE DE LICENCIÉS PAR FAMILLE.

LIEU : 38 RUE STANG BIHAN

TÉL. 02 98 95 31 31 / 06 35 39 39 24

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

SECTION JEUNES (NÉS AVANT 2023)

LIEU : À PLOMELIN ET/OU QUIMPER

CONTACTER LE CLUB POUR PLUS D'INFOS.

SECTION ADULTES (À PARTIR DE 16 ANS)

JOURS : JEUDI À 20H15

TARIF : 70€

LIEU : PÔLE SPORTIF DE CREAC'H GWEN

CONTACT : HOEL MALEUVRE

TÉL. 06 61 71 70 41

gaeliquequimper@hotmail.fr

gaeliquequimper

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

asgkbz@gmail.com / golfdekerbernez.com

Association sportive Golf de Quimper Lanniron

Structure ouverte 7j/7. Programme spécial Seniors. À partir de 6 ans.

TARIFS : DE 43€ À 350€

LIEU : ALLÉE DE LANNIRON

ÉCOLE

CONTACT : BERTRAND COATHALEM

TÉL. 06 78 42 85 06

contact@bertrand-coathalem.com

ecole.golf.lanniron@gmail.com

SENIORS

CONTACT : LAURIAN BERTIN-HUGAULT

laurianbh@wanadoo.fr

GOUREN (LUTTE BRETONNE)

Skol Gouren Kemper

À partir de 4 ans.

JOURS : VENDREDI

TARIF : 50€ (1^{re} ANNÉE), 90€ (2^e ANNÉE), 130€ (À PARTIR DE LA 3^e)

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 ESPACE CHAPTAL

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 : 90€ À 184€

GYMNASTIQUE D'ENTRETIEN ADULTES

JOURS : MERCREDI 10H15-11H15

TARIF : 90€ À 184€

QI GONG JEUNES ET ADULTES

LES MOUVEMENTS SONT LENTS, FLUIDES ET DENSES,

LE CORPS S'ASSOUPLI, SE RENFORCE, L'ESPRIT

S'APaise, S'ÉCLAIRCIT, TOUT CIRCULE.

JOURS : JEUDI 9H30-10H45

TARIF : 123€ À 253€

QI GONG ADAPTÉ ADULTES

CONVIENT AUX PERSONNES DÉBUTANTES, GRÂCE

À UN RYTHME ET DES MOUVEMENTS ADAPTÉS.

JOURS : JEUDI 10H45-12H

TARIF : 123€ À 253€

DÉTENTE ET MOBILITÉ ADULTES

GYM MÉTHODE EHRENFRIED, UNE APPROCHE CORPORELLE

GLOBALE, RESPECTUEUSE DU RYTHME DE CHACUN.

JOURS : JEUDI 12H-13H15

TARIF : 123€ À 253€

LIEU : CENTRE DES ABEILLES, 4 RUE SERGENT-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.

YOGA/PILATES

JOURS : MERCREDI 10H-11H

LIEU : MAIRIE D'ERGUÉ-ARME

GYM DYNAMIQUE

JOURS/LIEU : LUNDI 19H-20H ÉCOLE JACQUES-PRÉVERT,

MARDI 9H-10H ET JEUDI 12H15-13H15 HALLE DES

SPORTS D'ERGUÉ-ARME (SALLE JUDO), JEUDI 18H15-

19H15 LIEU PRENDRE CONTACT AVEC L'ASSOCIATION.

GYM D'ENTRETIEN

JOURS : LUNDI, VENDREDI 10H15-11H15

LIEU : MAIRIE D'ERGUÉ-ARME

AQUAGYM (bonnet de bain obligatoire)

JOURS : MERCREDI 18H15-19H ET 19H-19H45

LIEU : PISCINE DE KERIANN VIHAN, 61 AV DES OISEAUX

STRETCHING

JOURS : LUNDI 11H15-12H15, JEUDI 11H30-12H30

LIEU : MAIRIE D'ERGUÉ-ARME

TARIFS : 125€ À 200€ LICENCE COMPRISE.

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 AQUATIQUE

JOURS : MARDI 13H, SAMEDI 9H

LIEU : PISCINE DE KERLIANN VIHAN

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-ARMELOU

ÉCOLE ST-JOSEPH

CONTACT : FRANÇOISE LE MAÎTRE

TÉL. 07 80 32 85 98

gv.quimper@gmail.com / gvdequimper.fr

La Quimpéroise



Fédération Française de Gymnastique. Gymnastique artistique garçons et filles et trampolines. Gymnastique d'entretien musculaire adultes. Gymnastique ados et adultes sur agrès. Musculation ados et adultes.

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

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

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

DIMANCHE 10H45-12H

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

COMPÉTITIONS (STAGES INCLUS) ET

60€ GYM DOUCE (DIMANCHE MATIN)

LIEU : GYMNASSE MUNICIPALE 47 RUE PEN AR STANG

TÉL. 02 98 90 10 77

laquimpéroise@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 16H15, 17H30, VEN 14H30, 15H40

TARIFS : LICENCE 73 € POUR 3 ACTIVITÉS + ADHÉSION

MAISON DE QUARTIER DU CORNIGUEL 11 €

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.

BABY-GYM (FILLES ET GARÇONS, 4-5 ANS)

JOURS : SAMEDI 15H45-16H30

TARIFS : 102 €/AN

POUSSINES (FILLES DE 6 À 9 ANS)

JOURS : SAMEDI 13H30-15H30

TARIFS : 144 €/AN,

JEUNESSES (FILLES DE 10 À 13 ANS) :

JOURS : MERCREDI 18H-20H, SAMEDI 10H30-12H30

TARIFS : 162 €/AN,

AINÉES (FILLES DE 14 ANS ET +)

JOURS : LUNDI 18H-20H, VENDREDI 18H-20H

TARIFS : 162 €/AN

LIEU : GYMNASSE DE L'UJAP RUE JULES NOËL,

SALLE LOUIS ET JEAN-LE-BOËDEC

CONTACT : AUDE DALBIES

ujapgym@gmail.com / ujapgym.wordpress.com

GYMNASTIQUE CHINOISE

Centre des abeilles

La gymnastique chinoise associe mouvements lents, exercices respiratoires et concentration. Cette pratique se distingue du yoga, car il ne s'agit pas des postures mais de mouvements. Elle reprend plusieurs branches du Qi Gong, lesquelles recouvrent des centaines de styles différents : le Qi Gong santé et bien-être (préventif), le Qi Gong martial, le Qi Gong médical (curatif), et le Qi Gong spirituel. La gymnastique chinoise vise à prévenir les maladies, renforcer le corps et augmenter la longévité.

JOURS : VENDREDI DE 9H45 À 10H45

TARIFS : 200€ + 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

GYMNASTIQUE RYTHMIQUE

Quimper GR en Finistère



À partir de 3 ans.

JOURS : DU LUNDI AU SAMEDI

TARIFS : DE 180€ À 260€

LIEU : GYMNASSE LYCÉE BRIZEUX, LA HALLE DES

SPORTS DE PENIHARS ET AUTRES SALLES

CONTACT : SARAH HERRY OU VALERIE BOTHOREL

TÉL. 06 12 22 52 09 OU 06 62 34 20 46

quimpergr29@gmail.com / quimpergrentfinistere.fr

GYMNASTIQUE SLAVE

Flow Sport

Issue des traditions de bien-être des pays slaves, cette méthode allie renforcement musculaire profond, mobilité et équilibre. Les séances sont axées sur le travail postural. Elles s'appuient sur des exercices de gainage, de stretching et d'automassage, puis se terminent par une relaxation guidée. Accessible à tous, cette pratique s'adapte à chaque âge et à chaque condition physique, y compris aux femmes enceintes et aux seniors.

JOURS : MERCREDI ET SAMEDI 10H

LIEU : CORNIGUEL, RDV À L'ARRÊT DE BUS ROZARGUER

TÉL. 06 32 17 75 59

flowsport29000@gmail.com

HANDBALL

Ergué Quimper Handball

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

TARIFS : 120€ À 210€ L'ANNÉE

LIEU : SALLE MAX-JACOB À QUIMPER ET COMPLEXE

SPORTIF CROAS SPERN À ERGUÉ-GABÉRIC

CONTACT : NOLWENN KERRINCKX

presidenteqhb@gmail.com / erguequimperhandball.bzh

HIIT

Sport Pour Tous

Renforcement cardio intense.

JOURS : MERCREDI 19H30-20H30

TARIFS : 155€ + 22€ ADHÉSION

LIEU : ÉCOLE PAULINE KEROMARD, 6 PLACE DU COSMOS

CONTACT : VOIR PAGE 49

JUDO

Dojo de Cornouaille



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

JOURS : DU LUNDI AU SAMEDI

TARIFS : 180€ À 220€ (LA COTISATION PERMET

DE FAIRE PLUSIEURS COURS PAR SEMAINE)

LIEU : HALLES DES SPORTS D'ERGUÉ-ARMELOU ET

DE PENIHARS

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, 10 AVENUE DE KÉRADENNEC

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

Shoto Karaté Club Quimper

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

JOURS : MERCREDI 19H-21H (ADULTES),
JEUDI 19H30-21H (ADOS/ADULTES)
TARIFS : 40€ LICENCE + INSCRIPTION,
ADULTES 160€/AN, ADOS 90€/AN
LIEU : HALLE DES SPORTS DE PENHARS
shotokaratejka@gmail.com / 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 Laïque de Quimper

À partir de 12 ans.

JOURS : MERCREDI ET VENDREDI 19H-21H
TARIFS : DE 150€ À 180€
LIEU : 4 RUE BOURIA
CONTACT : ALLAND ABBEY
TÉL. 02 98 90 08 77
alaliquequimper@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 : 180€ (+ 14 ANS), 220€ (+ 14 ANS)
UNE COTISATION VALABLE DANS 9 VILLES
LIEU : HALLE DES SPORTS DE PENHARS
CONTACT : DOMINIQUE PANIN
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, rapidement assimilable, pragmatique et accessible au plus grand nombre. Dès 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
contact@krav-maga-finistere.fr
krav-maga-finistere.fr / [kravmagaquimper](https://www.facebook.com/kravmagaquimper)

KUNG-FU

Association Quimpéroise de Vô-Thuât Y-Quyên

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

JOURS : VÔ THUÂT : MARDI ET VENDREDI 19H15
TÂI JI QUAN : VENDREDI 19H15
TARIFS : VÔ THUÂT 155€, TÂI JI QUAN 100€
LIEU : ÉCOLE JACQUES PRÉVERT, QUIMPER
CONTACT : FRANÇOIS BERNARD
TÉL. 06 15 88 51 59
francois.bernard64@wanadoo.fr

MARCHE AQUATIQUE CÔTIÈRE

Senior Sport Santé à Quimper

50 ans et plus. Du 1^{er} septembre au 30 juin.

JOURS : JEUDI 14H30
TARIF : LICENCE 73€ POUR 3 ACTIVITÉS
LIEU : EN FONCTION DE LA MARÉE ET DE LA MÉTÉO
retraitesportivequimper@gmail.com / retraite-sportive-quimper.fr

MARCHE ET RANDONNÉE

Accueil des Villes Françaises - AVF

À partir de 18 ans.

JOURS : MARDI APRÈS-MIDI (MARCHE),
LIEU : VARIABLE (CF LIEN SUR SITE)
TÉL. 02 98 95 79 78
avfquimper@free.fr

Amicale Laïque de Quimper

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

ARPAQ

JOURS : LUNDI 13H30 À 17H
LIEU DÉPART : PISCINE KERLANN VIHAN
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 ABOMNÈS
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 écoveille 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 : JEAN-PIERRE GONNOT
TÉL. 06 18 45 68 47
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 BALLADES 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 les licenciés FFRP. Randonnées à la journée tous les dimanches, de 20 à 24 kms et l'après-midi tous les 15 jours de 10 à 12 kms. Covoiturage organisé 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 44€, FAMILLE 75€
CONTACT : RONAN DAGORN
TÉL. 06 88 95 12 39
rando.quimper@gmail.com / quimperrando.jimdofree.com

Senior Sport Santé à Quimper

Randonnées sur des itinéraires balisés ou non de 8 à 12 kms le mardi à 13h44. Marche santé au départ de la Maison de quartier du Corniguel le vendredi à 16h30.

TARIFS : LICENCE 73€ POUR 3 ACTIVITÉS
CONTACT : RETRAITE SPORTIVE QUIMPER (CF. PAGE 48-49)

MARCHE NORDIQUE ET RUNNING

Kemper Nordic

Marche nordique loisir et compétition. Tout âge.

TARIFS : 105€ LICENCE FFA LOISIRS,
155€ LICENCE FFA COMPÉTITION
LIEU : LOISIRS, JUSQU'À 30 MIN AUTOUR DE
QUIMPER (AVEC COVOITURAGE). COMPÉTITION,
À QUIMPER, LIEUX PRÉCISÉS À CHAQUE SÉANCE.
CONTACT : BRUNO PRIoux (PAR MAIL EN PRIORITÉ)
TÉL. 06 45 15 19 75
kempennordic@gmail.com

Quimper Athlétisme

À partir de 14 ans.

CONTACT : BRUNO PRIoux (PAR MAIL EN PRIORITÉ)
TÉL. 07 87 07 31 01
quimperathle.com / quimper.athle@orange.fr

Senior Sport Santé à Quimper

50 ans et plus. Du 1^{er} septembre au 30 juin.

JOURS : LUNDI 16H30

TARIF : LICENCE 73 € POUR 3 ACTIVITÉS

LIEU : STADE NICOLAS KERVAHUT

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

PLONGÉE

ASEB (Association subaquatique en Bretagne)

À partir de 10 ans.

JOURS : DIMANCHE

CONTACT : YVES CASTEL

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.quimper.29@gmail.com / gasm.vpdive.com

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)

HORAIRE : 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

dbg.quimper@gmail.com / diaouligedbrogerne.ze-forum.com

QI GONG

Hent Ar Steredenn

Adultes, tous niveaux et confirmés.

JOURS : TOUS NIVEAUX LUNDI 18H-19H30,

DIMANCHE 9H15-10H30, CONFIRMÉS MERCREDI

20H30-21H45

LIEU : DOJO DE CROAS SPERN, SALLE H. TAZIEFF,

ERGUÉ-GABÉRIC

CONTACT : JEAN-PIERRE ROSSAUT

TÉL. 06 12 02 23 59

lechemindeletoile@orange.fr / hentarsteredenn.com

Les Dragons du Tao

Pratique millénaire d'origine chinoise issue de la tradition taoïste, le Qi Gong associe mouvements doux, respiration consciente et méditation. Accessible à tous les âges et à tous les niveaux, il favorise détente, souplesse, équilibre et vitalité. Une pratique régulière aide à mieux gérer le stress et à cultiver durablement son bien-être au quotidien. Adultes.

JOURS : MARDI 12H15-13H30.

MERCREDI 17H-18H15 (DÉBUTANTS), 18H30-19H45.

JEUDI 12H15-13H30 (DÉBUTANTS), 19H15-20H30

TARIFS : 220 €/AN, TARIF RÉDUIT 195 €/AN

(DEMANDEURS D'EMPLOI ET ÉTUDIANTS).

COURS D'ESSAI GRATUIT

LIEU : MAISON POUR TOUS D'ERGUÉ-ARMEL,

16 AVENUE GEORGES POMPIDOU

TÉL. 06 67 98 35 76

contact@lesdragonsdutaoo.fr / lesdragonsdutaoo.fr

Senior Sport Santé à Quimper

50 ans et plus. Du 1^{er} septembre au 30 juin.

JOURS : LUNDI 10H À 11H30

TARIF : : LICENCE 73 € POUR 3 ACTIVITÉS + 20 € +

ADHÉSION MAISON DE QUARTIER DU CORNICUEL 11 €

LIEU : MAISON DE QUARTIER DU CORNICUEL

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

Taodet

Qi Gong pour Adultes.

HORAIRE : LUNDI 9H-10H30, LUNDI 10H30-12H,

JEUDI 18H-19H30

LIEU : MPT DE PENHARS

CONTACT : SERGE ROSELIER

TÉL. 06 72 50 95 75

taodet.quimper@gmail.com / taodet.com

ROLLER

Kemper Roller Derby

Ouvert à toutes personnes quel que soit leur genre et exclusivement majeures (+ de 18 ans), débutantes comme confirmées. Sport de contact pratiqué en rollers quads, mêlant stratégie, agilité, endurance et esprit d'équipe.

JOURS : LUNDI 19H30-21H30 DÉBUTANT(ES), FRESH.

MERCREDI 19H30-22H ADVANCE.

VENDREDI 19H30-22H MIXTE TOUS NIVEAUX

TARIF : LICENCE ANNUELLE 100 €

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

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 SES-

SION. 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 dès 3 ans, filles et garçons, (séances découverte gratuites). Rugby à 5 (à toucher) et Rugby santé (toucher à 5) dès 15 ans, en loisir ou compétition (jeunes, adultes, hommes et femmes).

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

contact@rugby-quimper.fr / rugby-quimper.fr

SABRE LASER

Escrime Quimper Cornouaille

Dès 8 ans. Groupes enfants/ados et adultes.

JOURS : MARDI ET VENDREDI

LIEU : SALLE D'ARMES, PISCINE DE KERIANIN VIHAN

47 AV DES OISEAUX

CONTACT : SEVA HOUËZ (PRÉSIDENTE)

TÉL. 07 87 08 19 04

escrime.quimpercornouaille@gmail.com / eqc-asso.fr

SAMBO

Amicale Laïque de Quimper

À partir de 14 ans.

JOURS : JEUDI 18H30-20H30, SAMEDI 16H-17H30

TARIFS : 140 € (1 COURS PAR SEMAINE),

180 € (2 COURS PAR SEMAINE)

LIEU : 4 RUE BOURLA

CONTACT : MICKAËL GHIRINGHELLI

TÉL. 06 95 56 95 72

alsambocombakemper@gmail.com / 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-quimpercornouaille@snsn.org / cfi-quimper.snsn.org

SCRABBLE

Club de Scrabble de Quimper

À partir du collège.

DUPLICATE

JOURS : INITIATION PERFECTIONNEMENT MARDI 14H30

LIEU : MAISON DU BRADEN

JOURS : ENTRAÎNEMENT LUNDI 20H, SAMEDI 16H45

LIEU : CENTRE DES ABEILLES TERRE NOIRE

CLASSIQUE

JOURS : VENDREDI 14H

LIEU : SALLE DENISE-IARZUL, 3 ALLÉE LOUIS-MICHEL

TARIFS : 40 € À 55 €, 1 MOIS D'ESSAI GRATUIT

CONTACT : JEAN-YVES CALVEZ

TÉL. 07 78 95 24 64

jcalvez73@gmail.com

SELF DÉFENSE / WING TSU / ESCRIMA

Centre des abeilles

La self-défense permet d'apprendre à gérer le stress et adopter une stratégie de défense réaliste. Elle s'appuie sur des concepts simples et rapides à mettre en œuvre pour éviter la confrontation ou, à défaut, vous libérer.

JOURS : LUNDI 19H-20H30
TARIFS : 200 € + 30 € ASSURANCE + 13 € ADHÉSION
LIEU : CENTRE DES ABEILLES, 4 RUE SERGENTIE-FLAO
CONTACT : SERGE PARISI – WING TSUN BREIZH
TÉL. 06 28 32 93 59
contact@centredesabeilles.fr / centredesabeilles.fr

SKATEBOARD / ROLLER / TROTINETTE

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 : ERWAN 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 SALAÜN
TÉL. 06 32 22 89 01
jeanpierre.salaun0978@orange.fr

SQUASH

Squash Quimper Cornouaille



À partir de 5 ans, pratique libre et cours collectifs encadrés par des éducateurs diplômés.

ÉCOLE DE SQUASH
JOURS : VENDREDI 17H45 À 19H15, SAMEDI 10H15 À 11H45, HORS VACANCES SCOLAIRES
ENTRAÎNEMENTS ADULTES :
LOISIRS, COMPÉTITIONS, FÉMININES
JOURS : LUNDI, MERCREDI, 18H30 À 20H
TARIF : 180 € L'ANNÉE, PAIEMENT POSSIBLE AU TRIMESTRE
LIEU : PADELSHOT, 7-9 AVENUE ST DENIS
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

TAÏ-CHI-CHUAN

Association quimpéroise de Vô-Thuât Y-Quyên

À partir de 15 ans.

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

Centre des abeilles

Adultes.

JOURS : VENDREDI 10H45-11H45
TARIFS : 200 € + 30 € ASSURANCE + 13 € ADHÉSION
LIEU : CENTRE DES ABEILLES, 4 RUE SERGENTIE-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 270 € (DÉBUTANTS), 315 € (CONFIRMÉS). 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.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 CREACH GWEN
TÉL. 02 98 90 42 66
contact@tcquimper.fr / tcquimper.fr

Tennis corporatif de Quimper et de Cornouaille

L'ATCQC 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, 18 équipes, 2 divisions. À partir de 18 ans. Certificat médical obligatoire.

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

ARPAQ (Association de retraités et personnes âgées de Quimper)

Pratique loisirs en autonomie

CONTACT : VOIR PAGE 48

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-ARMEL
CONTACT : PATRICK JOUAN
TÉL. 06 33 40 66 90
quimperasptt@gmail.com / quimper.asptt.com

Handisport Cornouaille Quimper



À partir de 10 ans.

JOURS : JEUDI DE 18H30 À 20H
LIEU : HALLE DES SPORTS D'ERGUÉ-ARMEL
CONTACT : VOIR PAGE 49

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 loisir, Parkinson, Alzheimer...

JOURS : LUNDI SOIR AU SAMEDI MIDI
TARIFS : À PARTIR DE 11,5 € L'ANNÉE. TARIFS PRÉFÉRENTIELS SELON LES FAMILLES, CHÈQUE DU PETIT SPORTIF, PASS'SPORT ET CHÈQUES VACANCES ACCEPTÉS.
LIEU : HALLE DES SPORTS D'ERGUÉ-ARMEL (SALLE B)
CONTACT : GUILLAUME NIVANEN
TÉL. 06 85 57 63 24

contact.qctt@gmail.com / qctt.org

Facebook QuimperCornouailleTT / Instagram quimper.cornouaille.tt

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 8 ans. Vélo, natation, course à pied.

TARIFS : DE 155 € À 220 €
LIEU : PISCINE DE KERIANN VIHAN (NATATION)
STADE DE PENVILLERS (COURSE À PIED)
comite.directeur.tcq@gmail.com / triathlon-quimper.fr

ULTIMATE FRISBEE

Diskemper

À partir de 13 ans.

JOURS : LUNDI 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 Fouesnant 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.

STAGES DÉCOUVERTE 4-6 ANS ET DÉRIVEUR 8-10 ANS
TARIFS : À PARTIR DE 65, 10 €

STAGES 11-13 ANS ET ADOS/ADULTES
TARIFS : 3 SÉANCES : CATAMARAN 115,80 € ET
PLANCHE À VOILE 94,20 €

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.
HORAIRES : MERCREDI 10H-12H/14H-16H
TARIFS : 10 SÉANCES 217 € + TITRE VOILE 15 € +
COTISATION 10 €

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 193 € + TITRE VOILE 15 € +
COTISATION 10 €. 10 SÉANCES 394 € + TITRE VOILE
15 € + COTISATION 10 €

STAGES OPTIMIST/CATAMARAN 8-10 ANS
10 SÉANCES - INITIATION/PERFECTIONNEMENT
JOURS : MERCREDI 14H-16H AUTOMNE ET PRINTEMPS.
TARIFS : 10 SÉANCES 217 € + TITRE VOILE 15 € +
COTISATION 10 €

STAGES PLANCHE À VOILE DÈS 10 ANS. FORFAIT 5
OU 10 SÉANCES - INITIATION/PERFECTIONNEMENT.
JOURS : SAMEDI 14H-17H AUTOMNE ET PRINTEMPS
TARIFS : 5 SÉANCES 157 € + TITRE VOILE 15 € + COTI-
SATION 10 €. 10 SÉANCES 302,50 € + TITRE VOILE 15 € +
COTISATION 10 €

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 302,50 € + TITRE VOILE 15 € +
COTISATION 10 €

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-fouesnant-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

Handisport Cornouaille Quimper

Volley assis.

JOURS : MERCREDI 18H30-20H
LIEU : GYMNASSE DU COLLÈGE LA TOURELLE
CONTACT : VOIR PAGE 49

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 : MATTHIEU HEMON & LAURENT ANSQUER
TÉL. 06 75 77 92 95
asso.quimper.volley29@orange.fr
pole-amateur@quimper-volley.com / 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 / vbcq.levillage.org

VTT / VTC

Kemper VTT

Club adultes et école VTT. Accueil dès 7 ans.

JOURS : 1 SAMEDI SUR 2 DE 13H30 À 16H30
TARIFS : ÉCOLE VTT 50 €, ADULTE 70 €. 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

Avec le Club Vitalé Océane de Concarneau.
– 50 ans et +, 1^{er} septembre au 30 juin.

JOURS : LUNDI 13H30
TARIF : LICENCE 73 € POUR 3 ACTIVITÉS
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 : DAVID COLIN OU NICOLAS BERNARD
TÉL. 06 89 03 76 02 OU 06 81 07 20 88
velosportquimper@gmail.com / vsquimperoies.fr

YOGA / YOGA NIDRA

Accueil des villes françaises – AVF

Yoga sur chaise.

JOUR : VENDREDI
LIEU : AVF (CF PAGE 48) - TÉL. 02 98 95 79 78
avfquimper@free.fr / avfquimper.fr

ARPAQ (Association de retraités et personnes âgées de Quimper)

JOURS : MARDI 10H-11H30
LIEU : SALLE DE KERNISY - CONTACT : VOIR PAGE 48

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. Yoga nidra, jeunes et adultes.

JOURS : MERCREDI 17H-18H15 (HATHA YOGA BASES), 18H30-19H45 (YOGA), 20H-21H (YOGA NIDRA)
TARIF : 123 € À 253 € (YOGA), 90 € À 184 € (YOGA NIDRA)
LIEU : CENTRE DES ABEILLES, 4 RUE SERGENT-LEFLO
CONTACT : NATHALIE RINGESEN
TÉL. 02 98 55 33 13 ET 06 28 32 93 59
contact@centredesabeilles.fr / centredesabeilles.fr

Flow Sport

Yoga plein air et salle. À partir de 4 ans.

YOGA EN PLEIN AIR - PARENT/ENFANT DE 4 À 7 ANS, (ACCOMPAGNÉS D'UN PARENT)
JOURS : MERCREDI ET SAMEDI 11H
LIEU : CORNIGUEL, RDV À L'ARRÊT DE BUS ROZARGUER
YOGA EN SALLE - ENFANTS DE 4 À 7 ANS
JOURS : MERCREDI 14H-15H
LIEU : MAISON NÂÎTRE ET RENÂÎTRE, 28 RUE SAINTE-BERNADETTE
TÉL. 06 32 17 75 59
flowsport29000@gmail.com

Parenthèse (Hatha-Yoga)

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

MPT DE PENHARS, 39 BD DE BRETAGNE
JOURS : DIMANCHE 11H-12H15
TÉL. 02 98 55 20 61
MAISON DES QUARTIERS DU CORNIGUEL,
2 CHEMIN DE KERLAGATU

JOURS : MARDI ET MERCREDI 18H45-20H
SMS : 06 73 21 52 70
CONTACT : NADINE GABORIAU
nadine-gaboriau@orange.fr

Prana Yoga Bretagne

Kundalini Yoga, un yoga dynamique pour réveiller son énergie : 1 séance de 1h15 avec postures, respirations et méditations, suivies d'une relaxation.

JOURS : JEUDI 18H30 ET 20H
LIEU : UBO CREAC'H GWEN
CONTACT : AGNÈS PIC PARIS - TÉL. 06 13 99 63 17
agnespicparis@gmail.com

Sport pour tous

À partir de 16 ans. Yoga et Power Yoga.

JOURS : LUNDI, MARDI ET MERCREDI
TARIFS : 185 € + 22 € ADHÉSION
LIEU : SALLE KERNISY ET ÉCOLE LÉON BLUM
CONTACT : VOIR P49

Yoga Solidarity

Cours de yoga ados, adultes

JOURS : LUNDI 12H15-13H15, MARDI 17H-18H30, 19H-20H30
TARIFS : 5 €/AN MINIMUM, COURS TARIF LIBRE
LIEUX : QUIMPER, SALLE DU FOYER DES CHÂTAIGNIERS
9 RUE DE L'ÎLE D'HOUAT. AUTRES COURS
HEBDOMADAIRES À PLUGUFFAN ET ERGUÉ-GABERIC
CONTACT : 06 82 39 72 17
contact@yogasolidarity.org / yogasolidarity.org

ZUMBA

Sport pour tous

À partir de 16 ans. SPT Zum.

JOURS : MERCREDI 18H30-19H30
TARIFS : 155 € + 22 € ADHÉSION
CONTACT : PAULINE KERGOMARD

AUTRES COORDONNÉES UTILES

Maison départementale des sports

Elle regroupe des structures départementales comme le CDOS (lire page 75), 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.

JOËL RENAULT, 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 du conseil départemental de la jeunesse, des sports et de la vie associative. Il met en œuvre dans le département les politiques publiques relatives à l'engagement des jeunes (service civique, réserve civique, BAFA), à la jeunesse et à l'éducation populaire, au développement de la vie associative. Il assure la promotion, le développement à

l'organisation, à l'accès des activités physiques et sportives pour tous, au développement maîtrisé des sports de nature, à la prévention des incivilités et à la lutte contre la violence dans le sport. Il s'assure de la qualité éducative des accueils collectifs de mineurs et à la sécurité physique et morale des mineurs qui y sont accueillis. Il exerce, sous l'autorité du préfet, la police administrative relative à l'application du code du sport et du code de l'action sociale et des familles.

DSSEN DU FINISTÈRE, SDJES
1 BOULEVARD DU FINISTÈRE - 29 000 QUIMPER
TÉL. 02 98 98 99 13
ce.sdjes29@ac-rennes.fr
<https://www.ac-rennes.fr/service-departemental-jeunesse-engagement-et-sport-sdjes-29-125515>
<https://www.finistere.gouv.fr/Actions-de-l-Etat/Jeunesse-sports-et-vie-associative>

ESPACE ASSOCIATIF

L'Espace associatif mutualise des moyens matériels, des compétences et des expériences afin de soutenir la dynamique associative depuis plus de 40 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, traitement des salaires, aide à la comptabilité (formation et logiciel)
- Le pôle matériel événementiel : location de matériel et de salles équipées
- Le pôle formation : formation des bénévoles, certificat de formation à la gestion associative, formations numériques
- Le pôle média communication, imprimerie, création graphique et sites web.

MAISON PIERRE WALDECK-ROUSSEAU
1 ALLÉE MONSIEUR JEAN-RENÉ-CALLOCH
29 000 QUIMPER
TÉL. 02 98 52 33 00
secretariat@espaceassociatif.bzh / espaceassociatif.bzh

TRANSPORT EN COMMUN / QUB

Le réseau QUB assure la desserte des 14 communes de Quimper Bretagne Occidentale et accompagne les déplacements quotidiens de plus de 104 000 habitants. Avec ses 15 lignes urbaines, ses 8 liaisons suburbaines et ses 30 lignes scolaires, il propose une offre de transport complète couvrant l'ensemble du territoire. Grâce à près de 1 000 points d'arrêt répartis sur l'agglomération et à un service disponible également le dimanche sur certaines lignes, le réseau contribue à faciliter les déplacements des habitants, des scolaires, des actifs et des visiteurs.

AGENCE COMMERCIALE - TÉL. 02 98 95 26 27
qub.bzh / appli « QUB Résa »



► **PASS mensuel à 10€ pour les moins de 25 ans & les 65 ans.**

► **Le réseau QUB est gratuit pour les enfants de moins de 6 ans, tous les week-ends pour tous, et dans la navette QUB city.**

Maison Sport-Santé de Cornouaille

La Maison Sport Santé de Cornouaille accompagne toutes les personnes qui souhaitent débiter, reprendre ou développer une activité physique, que ce soit avec ou sans prescription médicale. Parce que chacun a des besoins différents, une équipe pluridisciplinaire est à votre écoute pour vous orienter : secrétaire, médecin du sport, enseignant en activité physique adaptée, diététicienne et psychologue si besoin. L'objectif est de proposer un accompagnement vraiment personnalisé. Le parcours commence par un bilan complet, avec une évaluation médicale, un entretien de motivation et une évaluation de votre condition physique. Cela permet de vous

construire un programme adapté à votre demande. Ce même bénéficiaire peut-être ensuite orienté vers une activité physique adaptée, en lien avec les structures locales. Un suivi personnalisé est proposé pendant six mois pour accompagner, encourager et ajuster cette pratique. C'est un véritable tremplin pour reprendre confiance, retrouver du bien-être et inscrire l'activité physique dans son quotidien de manière durable.

CENTRE HOSPITALIER DE QUIMPER-CONCARNEAU
PÔLE DE SANTÉ PUBLIQUE (ENTRÉE RUE ÉMILE-ZOLA)
TÉL. 02 98 52 67 87
mssc@ch-cornouaille.fr

Sport universitaire

Le Service universitaire des activités physiques et sportives de l'UBO (le SUAPS) propose une vingtaine d'activités.

AU PÔLE PIERRE-JAKEZ HELIAS :
CENTRE DE VIE ÉTUDIANT
18 AVENUE DE LA PLAGE DES GUEUX - CS 12024
29018 QUIMPER CEDEX
TÉL. 02 90 94 48 15
cve.quimper@univ-brest.fr

À L'IUT :
BUREAU DES SPORTS
2 RUE DE L'UNIVERSITÉ - 29334 QUIMPER CEDEX
TÉL. 02 98 90 02 27

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

NOTES

NOTENNOÙ



VILLE DE  QUIMPER
Ville

Active & Sportive

