



GUIDE DES LOISIRS

2016/2017



VILLE DE
Ploufragan

sommaire

ce qui roule	page 3
balles, boules et volants	pages 4 & 5
se mouvoir	pages 6 , 7 & 8
ce qui flotte	page 8
face à face	page 9
exercer son art	pages 10, 11
divers... cité...	pages 12 & 13
en famille	page 13
mult-activités	page 14
espace Victor Hugo	page 15
comités de quartiers	page 16

Ce guide présente les activités de loisirs, regroupées par catégorie, proposées sur Ploufragan. Vous n'y trouverez que les informations nécessaires et utiles ; vous pourrez les compléter en contactant directement les responsables d'activités.

Pour utiliser ce guide

-  public concerné par l'activité
-  période d'inscription
-  montant de la cotisation



© istock

ce qui roule

cyclotourisme - vélo loisirs

Stade ploufraganais cyclo

départ espace Victor Hugo

contact : Jean Bourdonnais

tél : 02 96 94 16 98

mail : jean.bourdonnais@orange.fr

Modalités d'inscription

 : adultes

 : toute l'année

 : 43,50€

vélo tout terrain

Ploufragan VTT

rdv parking du Haut Champ

contact : Claude Le Corfec

tél : 06 35 33 76 57

mail : claudelecorfec@aol.com

site internet : vtt22ploufragan.wifeo.com

Modalités d'inscription

 : adulte

 : toute l'année

 : 25€

ce qui roule

badminton

Les fous du volant

salle polyvalente Hoëdic et salle Marcel Paul
 contact : Vincent Rabet
 tél : 06 42 04 05 59
 mail : bad.plouf@gmail.com

Modalités d'inscription

 : à partir de 10 ans et adultes
 : septembre
 : de 40 à 90€

basket

Amicale laïque basket

complexe sportif du Haut Champ
 contact : Rivet Jonathan
 tél : 06 44 94 41 81
 mail : alpbasket@wanadoo.fr
 site internet : alpploufraganbasket.com

Modalités d'inscription

 : à partir de 4 ans
 : toute l'année
 : de 80 à 140€

boule bretonne

Avant 3

boulodrome rue du Turnegouët
 contact : Maryvonne Guérinel
 tél : 02 96 94 63 88
 mail : jean-yves.guerinel@orange.fr

Modalités d'inscription

 : adultes
 : début septembre
 : 35€

Club de l'amitié

boulodrome rue du Turnegouët
 contact : Marie-Thérèse Locca
 tél : 02 96 94 55 87

Modalités d'inscription

 : retraités
 : toute l'année
 : 12€

football

Ploufragan football club (PFC)

complexe sportif du Haut Champ
 contact : Jean-Yves Morel
 tél : 06 13 60 69 88
 mail : j-yvesmorel@orange.fr
 site internet : club.quomodo.com/ploufragan_football_club/

Modalités d'inscription

 : à partir de 5 ans 1/2
 : de juin à décembre
 : de 80 à 100€

Association sportive de St-Hervé (ASSH)

plateau sportif de Saint-Hervé
 contact : Cécile Azevedo Mesquita
 tél : 06 67 55 56 24
 mail : desbois.louis@aliceadsl.fr
 site internet : assh.footeo.com

Modalités d'inscription

 : à partir de 5 ans
 : à partir du 3 septembre
 : de 50 à 65€

handball

Ploufragan handball

salle du Haut Champ (Hoëdic)
 contact : Katia Javouhey
 tél : 06 01 32 15 37
 mail : handballjeunes@gmail.com

Modalités d'inscription

 : à partir de 6 ans
 : de septembre à janvier
 : de 50 à 130€

pétanque

Pétanque ploufraganaise

boulodrome de la Vallée du Goëlo
 contact : Jean-Claude Le Roux
 tél : 02 96 94 40 55
 mail : jclr.leroux@free.fr

Modalités d'inscription

 : adolescents/adultes
 : toute l'année
 : 28€ (gratuit pour les adolescents)

Breizh pétanque 22

Terrain près du foyer Alain Le Dû Saint-Hervé
 et dans le hall de Brézillet
 contact : Paulette Thomas
 tél : 06 67 76 82 64
 mail : paulette.thomas470@orange.fr

Modalités d'inscription

 : à partir de 7 ans
 : à partir du 1^{er} octobre
 : de 10 à 28€

rink-hockey - roller

Stade ploufraganais roller-skating

salle Glénan (salle omnisports du Haut Champ)
 contact : Jean-François Morin
 tél : 06 85 75 76 37
 mail : roller.sprs@wanadoo.fr
 site internet : rollersprs.fr

Modalités d'inscription

 : à partir de 4 ans
 : à partir de septembre et toute l'année
 : de 69 à 123€

tennis

Tennis club Ploufragan

complexe sportif les Grands Chemins
 contact : Marie Demoy
 tél : 06 20 58 32 24
 mail : guillemot.marie@yahoo.fr

Modalités d'inscription

 : à partir de 5 ans
 : toute l'année
 : de 115 à 280€

tennis de table

Armor Ping Ploufragan

complexe sportif les Grands Chemins
 contact : Bruno Pedron
 tél : 06 79 76 35 23
 mail : bruno.ping@wanadoo.fr
 site internet : armorping.com

Modalités d'inscription

 : à partir de 8 ans
 : toute l'année
 : de 25 à 88€

athlétisme

Amicale laïque athlétisme

salle Belle Île - stade du Haut Champ
 contact : Alain Pellan
 tél : 02 96 94 25 61
 mail : alain.pellan0022@orange.fr

Modalités d'inscription

👤 : à partir de 6 ans
 📅 : septembre
 💰 : de 90 à 115€

course à pied

Courons ensemble à Ploufragan

Vallée du Goëlo
 contact : Daniel Bouvet
 tél : 06 77 15 32 01
 mail : daniel.bouvet22@orange.fr

Modalités d'inscription

👤 : adultes
 📅 : 3 sessions, automne, hiver, printemps
 💰 : 40€

danses bretonnes

Danses bretonnes - Ploufragan Saint-Hervé

salle Alain Le Dû
 contact : Louis Le Bret
 tél : 06 87 53 50 31
 mail : louis_lb@yahoo.com

Modalités d'inscription

👤 : à partir de 4 ans
 📅 : toute l'année
 💰 : de 20 à 45€

danse modern-jazz

Centre culturel

studio de danse - espace Victor Hugo
 contact : secrétariat du centre culturel
 tél : 02 96 78 89 24
 mail : centre.culturel@ploufragan.fr

Modalités d'inscription

👤 : à partir de 5 ans
 📅 : de mi-juin à septembre
 💰 : de 97,50 à 180€

danses de salon, danses en ligne

FaSiLaDanse

salle du Grimolet et espace Victor Hugo
 contact : Anne Rygaloff
 tél : 06 09 51 46 40
 mail : annerygaloff@yahoo.fr

Modalités d'inscription

👤 : à partir de 12 ans
 📅 : septembre
 💰 : 102€

danses rythmées (zumba)

Moi je danse

salle Marcel Paul
 contact : Anne-Sophie Hamet
 tél : 06 07 94 74 31
 mail : mojedanse@sfr.fr
 site internet : zumba22.e-monsite.com

Modalités d'inscription

👤 : à partir de 12 ans et adultes
 📅 : à partir de septembre
 💰 : 160€

gymnastique

Gymnic club ploufraganais

salle Ouessant (complexe sportif du Haut Champ)
 contact : Lucie Eveillard
 tél : 06 63 21 09 85
 mail : gymnicclubploufraganais@hotmail.fr

Modalités d'inscription

👤 : à partir de 3 ans et adolescents
 📅 : de mai à septembre
 💰 : de 75 à 103€

gymnastique d'entretien

EPMM Sports pour tous

espace Victor Hugo, salle Alain Le Dû Saint-Hervé
 contact : Annick René-Jagoret
 tél : 06 84 62 02 05
 mail : annick.jagoret@orange.fr

Modalités d'inscription

👤 : adultes
 📅 : à partir du 12 septembre
 💰 : 98€

Le Tremplin - Centre social

espace Victor Hugo
 contact : secrétariat du Tremplin
 tél : 02 96 01 52 10
 mail : tremplin@ploufragan.fr

Modalités d'inscription

👤 : adultes
 📅 : toute l'année
 💰 : 7€

gymnastique douce

EPMM Sports pour tous

espace Victor Hugo
 contact : Annick René-Jagoret
 tél : 06 84 62 02 05
 mail : annick.jagoret@orange.fr

Modalités d'inscription

👤 : adultes
 📅 : à partir du 12 septembre
 💰 : 79€

marche douce

Le Tremplin - Centre social

départ du Tremplin
 contact : secrétariat du Tremplin
 tél : 02 96 01 52 10
 mail : tremplin@ploufragan.fr

Modalités d'inscription

👤 : adultes
 📅 : toute l'année
 💰 : 8€

marche nordique

EPMM Sports pour tous

rendez-vous : parking Nelson Mandela
 contact : Annick René-Jagoret
 tél : 06 84 62 02 05
 mail : annick.jagoret@orange.fr

Modalités d'inscription

👤 : adultes
 📅 : à partir du 17 septembre
 💰 : 73€

randonnée pédestre

Amicale laïque randonnée
randonnées en Côtes d'Armor
contact : Yvon Cardin
tél : 06 87 97 00 43
mail : yv.cardin@orange.fr

Modalités d'inscription
👤 : adultes
📅 : septembre - octobre
💰 : 36€

Avant 3
départ du Grimolet
contact : Maryvonne Guérinel
tél : 02 96 94 63 88
mail : jean-yves.guerinel@orange.fr

Modalités d'inscription
👤 : adultes
📅 : début septembre
💰 : 35€

step

EPMM Sports pour tous
salle du Grimolet
contact : Annick René-Jagoret
tél : 06 84 62 02 05
mail : annick.jagoret@orange.fr

Modalités d'inscription
👤 : adultes
📅 : à partir du 12 septembre
💰 : 98€

stretching

EPMM Sports pour tous
salle du Grimolet
contact : Annick René-Jagoret
tél : 06 84 62 02 05
mail : annick.jagoret@orange.fr

Modalités d'inscription
👤 : adultes
📅 : à partir du 12 septembre
💰 : 98€

yoga

Yoga détente
salle de danse, espace Victor Hugo
contact : Claudie Delaunay/Catherine Grandjean
tél : 02 96 42 09 63/06 73 67 48 10
mail : cm.grandjean@laposte.net

Modalités d'inscription
👤 : à partir de 15 ans
📅 : de juin à septembre
💰 : de 125 à 135€

Art de vivre

11 rue du Tertre de la Motte
contact : Marie-Hélène Choupaux
tél : 02 96 78 65 81
mail : choupaux.lucien@wanadoo.fr
site internet : yoga-st-brieuc.org

Modalités d'inscription
👤 : adultes
📅 : mi-septembre
💰 : 80 à 100€ le trimestre



face à face

jiu-jitsu brésilien - grappling - boxe

Ecole d'arts martiaux de Ploufragan (Pompomgalli)
salle Molène (dojo du Haut Champ)
contact : Philippe Ferrandi
tél : 06 23 08 15 39
mail : philippe-ferrandi@orange.fr
site internet : pompomgallijiujiu.com

Modalités d'inscription
👤 : à partir de 8 ans
📅 : toute l'année
💰 : de 70 à 130€

judo

Amicale laïque judo
salle Molène (dojo du Haut Champ)
contact : Julien Gautron
tél : 06 73 04 27 79
mail : juliengautron@hotmail.fr

Modalités d'inscription
👤 : à partir de 4 ans
📅 : toute l'année
💰 : de 92 à 150€

kung fu - tai chi - body wushu sanda - lutte chinoise

AKFP

salle Ouessant, salle Molène et salle du Grimolet
contact : Sandra Mik
tél : 06 35 32 97 90
mail : sandramik@sfr.fr

Modalités d'inscription
👤 : à partir de 8 ans
📅 : toute l'année
💰 : de 130 à 170€ + licence

ce qui flotte

activités aquatiques

Les bébés dans l'eau
piscine d'Aquaval et piscine d'Hélène Boucher
contact : Les bébés dans l'eau
tél : 06 32 29 64 04
mail : lesbebesdansleau@hotmail.fr
site internet : bébésdansleau.com

Modalités d'inscription
👤 : de 0 à 8 ans
📅 : à partir du 15 juillet
💰 : 145€

aviron

Aviron club du Gouët
base nautique de Ploufragan au Pont-Noir
contact : Yann Le Roux
tél : 06 77 41 84 71
mail : yann@acgouet.com
site internet : acgouet.com

Modalités d'inscription
👤 : à partir de 10 ans
📅 : de septembre à décembre de préférence
💰 : de 160 à 205€

face à face



arts plastiques *

Ecole d'arts plastiques, Centre culturel

espace Victor Hugo
contact : secrétariat du Centre culturel
tél : 02 96 78 89 24
mail : centre.culturel@ploufragan.fr

Modalités d'inscription

👤 : à partir de 6 ans
📅 : de mi-juin à septembre
💰 : de 106,50 à 214,50€

bande dessinée *

Centre culturel

espace Victor Hugo
contact : secrétariat du Centre culturel
tél : 02 96 78 89 24
mail : centre.culturel@ploufragan.fr

Modalités d'inscription

👤 : à partir de 9 ans et adolescents
📅 : de mi-juin à septembre
💰 : cotisation de 106,50 à 214,50€

chant

Avant 3

salle du Grimolet
contact : Maryvonne Guérinel
tél : 02 96 94 63 88
mail : jean-yves.guerinel@orange.fr

Modalités d'inscription

👤 : adultes
📅 : début septembre
💰 : 35€

chant groupes vocaux *

Centre culturel

Solea, la Chanterelle, groupe vocal enfant

espace Victor Hugo
contact : secrétariat du Centre culturel
tél : 02 96 78 89 24
mail : centre.culturel@ploufragan.fr

Modalités d'inscription

👤 : à partir de 8 ans et adultes
📅 : de mi-juin à septembre
💰 : 73,50 ou 79,50 €

chant traditionnel et rondes chantées, de Haute-Bretagne

De Ouip en Ouap

Maison de quartier de la Poterie
contact : Edwige Demory
tél : 02 96 42 09 59
mail : deouipenouap@laposte.net
site internet : deouipenouap.free.fr

Modalités d'inscription

👤 : à partir de 8 ans
📅 : toute l'année
💰 : 50€

éveil artistique *

(arts plastiques, musique, danse)

Centre culturel

espace Victor Hugo
contact : secrétariat du Centre culturel
tél : 02 96 78 89 24
mail : centre.culturel@ploufragan.fr

Modalités d'inscription

👤 : 4, 5 et 6 ans
📅 : de mi-juin à septembre
💰 : 85,50 ou 132€

musique *

Ecole de musique, Centre culturel

Disciplines enseignées en cours individuels ou collectifs : accordéon, accordéon diatonique, accordéon chromatique, batterie, clarinette, flûte traversière, guitare, claviers, piano, violon traditionnel, saxophone, trompette, formation musicale, chant, percussions, parcours instrumental.

espace Victor Hugo
contact : secrétariat du Centre culturel
tél : 02 96 78 89 24
mail : centre.culturel@ploufragan.fr

Modalités d'inscription

👤 : à partir de 7 ans
📅 : de mi-juin à septembre
💰 : de 70,50 à 355,50€ (+ droit d'inscription, habitants hors commune)

photo, initiation et perfectionnement

Photo club Ploufragan

Le Tremplin
contact : Maurice Marché
tél : 02 96 94 38 65
mail : maurice.marche@orange.fr

Modalités d'inscription

👤 : adultes
📅 : septembre
💰 : 30€

sculpture, modelage

Terres de sculpteurs

espace Victor Hugo, salle d'arts plastiques
contact : Pascale Legris
tél : 02 96 62 02 05 / 06 20 88 10 07
mail : legris.p@gmail.com

Modalités d'inscription

👤 : adultes
📅 : de juin à septembre
💰 : 137€/trimestre (plus terre et cuisson)

théâtre *

Centre culturel

espace Victor Hugo
contact : secrétariat du Centre culturel
tél : 02 96 78 89 24
mail : centre.culturel@ploufragan.fr

Modalités d'inscription

👤 : à partir de 8 ans et adolescents
📅 : de mi-juin à septembre
💰 : 100,50 ou 156€

* Pour plus d'informations sur ces activités consultez le guide des activités culturelles

histoire locale, patrimoine, généalogie

Le plou de fracan

Locaux de « La vallée »
contact : Yves Le Guichard
tél : 02 96 94 29 88

Modalités d'inscription

-  : à partir de 10 ans
-  : toute l'année
-  : 10€

langue bretonne

Nevez amzer

salle Glenmor, place d'Iroise
contact : Pierre-Yves Rollier
tél : 06 12 86 66 59
mail : rollier.pierreyves@gmail.com
site internet : nevezamzer.org

Modalités d'inscription

-  : adolescents et adultes
-  : jusqu'au 10 septembre
-  : 110€

ateliers manuels et de détente

Association des familles de Ploufragan

Le Tremplin
contact : Marie-Thérèse Lescop
tél : 02 96 78 76 64

Modalités d'inscription

-  : adultes
-  : de septembre à juin
-  : 10€

cuisine **

Le Tremplin «Le plaisir de la cuisine»

Le Tremplin
contact : secrétariat du Tremplin
tél : 02 96 01 52 10
mail : tremplin@ploufragan.fr

Modalités d'inscription

-  : adultes
-  : toute l'année
-  : 3€/repas

jardinage

Les beaux jardins

salle du Grimolet et sur les lieux de jardinage
contact : Pierre Grangiens
tél : 06 87 80 79 51
mail : p.grangiens@gmail.com

Modalités d'inscription

-  : adolescents et adultes
-  : toute l'année
-  : 10 à 15€

jeux de société

Club de l'amitié

salle du Grimolet
contact : Marie-Thérèse Locca
tél : 02 96 94 55 87

Modalités d'inscription

-  : retraités
-  : toute l'année
-  : 12€

////// en famille //////////////////////////////////////

lieu accueil enfants-parents **

Le Tremplin - Pôle petite enfance

Le Tremplin
contact : secrétariat du Tremplin
tél : 02 96 01 52 10
mail : elisabeth.colin@ploufragan.fr

Pas d'inscription

-  : parents, grands-parents et enfants (0 à 6 ans)
-  : mercredi 10h/11h30
-  : gratuit

ateliers en famille **

Le Tremplin - Centre social

Le Tremplin
contact : secrétariat du Tremplin
tél : 02 96 01 52 10
mail : tremplin@ploufragan.fr

Modalités d'inscription

-  : parents, grands-parents et enfants (4 à 12 ans)
-  : toute l'année
-  : gratuit

** Vous souhaitez être bénévole et participer à la vie de la commune, alors contactez Le Tremplin



© Le Tremplin

en famille

multi-activités

service Jeunesse-éducation

Accueil périscolaire (mercredis - 2/12 ans)

accueil de loisirs de la Vallée
contact : Le Pollen
tél : 02 96 76 05 01
site internet : www.ploufragan.fr

Modalités d'inscription

 : de 2 à 12 ans
 : toute l'année
 : de 3,30 à 5,94€/demi-journée selon le QF

Accueil de loisirs petites vacances (3/12 ans)

accueil de loisirs de la Vallée
contact : Le Pollen
tél : 02 96 76 05 01
site internet : www.ploufragan.fr

Modalités d'inscription

 : de 3 à 12 ans
 : toute l'année
 : de 7,10 à 14,35€/jour
3,80 à 8,94€/demi-journée selon le QF

Centre d'été (3/12 ans)

accueil de loisirs de la Vallée
contact : Le Pollen
tél : 02 96 76 05 01
site internet : www.ploufragan.fr

Modalités d'inscription

 : de 3 à 12 ans
 : juin
 : de 7,10 à 14,35€/jour selon le QF

Loisirs animations jeunes (12-17 ans)

local jeunes du Pollen
contact : Le Pollen
tél : 02 96 76 05 01
mail : enfance.jeunesse@ploufragan.fr

Modalités d'inscription

 : de 12 à 17 ans
 : toute l'année
 : carte 7,40€ pour Ploufragan, 29,50€ pour l'extérieur, puis selon les activités

Loisirs été jeunes (12-17 ans)

école Louis Guilloux
contact : secrétariat du Pollen
tél : 02 96 76 05 01
mail : enfance.jeunesse@ploufragan.fr

Modalités d'inscription

 : de 12 à 17 ans
 : juin
 : 27,10€ pour Ploufragan, 110,50€ pour l'extérieur

multi-
activités

espace Victor Hugo

centre culturel municipal

Heures d'ouverture

le lundi et le jeudi : 14h > 18h
le mardi et le vendredi : 10h > 12h30 et 14h > 18h
le mercredi : 9h > 12h30 et 13h30 > 18h
le samedi : 10h > 12h

Vous y trouverez

- l'école de musique
- l'école de danse
- l'école d'arts plastiques
- des ateliers théâtre enfants et ados
- l'éveil artistique
- l'atelier bande dessinée
- la diffusion de spectacles vivants
- des expositions
- des animations scolaires

Informations

tél : 02 96 78 89 24
site internet : www.ploufragan.fr (rubrique culture)

médiathèque

Heures d'ouverture

le mardi : 14h > 19h
le mercredi : 10h > 12h et 14h > 18h
le vendredi : 11h > 19h
le samedi : 10h > 17h

Vous y trouverez

- la bibliothèque des adultes
- la bibliothèque jeunesse
- l'espace multimédia
- la vidéothèque
- le secteur musique
- la bibliothèque théâtrale

Informations

tél : 02 96 78 89 20
site internet : www.ploufragan.fr (rubrique culture)



Les comités de quartier de Ploufragan

- **Comité d'animation du quartier de Saint-Hervé**

Contact : Maurice Marché

Tél. 02 96 94 38 65

- **Comité de quartier de la Ville au Beau et des environs**

Contact : Odile Citté

Tél. 02 96 94 76 40

- **Comité d'animation de Tréfois**

Contact : Yvan Josse

Tél. 02 96 94 25 21

- **Les quartiers de la Poterie**

Contact : Philippe Emmanuel

Tél. 02 96 42 99 78

- **Village de Launivier**

Contact : Michel Juhel

Tél. 02 96 78 50 51

Retrouvez toutes les informations de la Ville de Ploufragan sur notre site internet : www.ploufragan.fr

