

ATOUT SPORT

À VOUS DE JOUER !



ATOUT SPORT

Proposée par Quimper Bretagne Occidentale, **Atout Sport** est une formule de découverte d'activités sportives, culturelles ou scientifiques que l'on peut pratiquer sur l'agglomération durant les vacances d'hiver, de printemps, d'été et de la Toussaint. Elle s'adresse aux enfants à partir de 3 ans, aux adolescents et, pour certains créneaux, aux adultes.

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



Direction du sport
Quimper Bretagne Occidentale
02 98 98 89 28

VALEUR DU COUPON = 1,60 € *

Les coupons ne sont ni échangeables ni remboursables

* Justificatif de domicile obligatoire pour bénéficier du tarif Quimper Bretagne occidentale

Sommaire

- 4 – 9 sports en salle et sports collectifs**
(arts du cirque, badminton, escalade, escrime, futsal, gymnastique, hand-ball, judo, multisports/jeux sportifs, roller, skate-board, tennis, tennis de table)
- 10 – 12 activités de pleine nature**
(athlétisme, équitation, marche nordique, parcours d'orientation, pêche, rugby, tir à l'arc)
- 13 – 14 activités nautiques et aquatiques**
(kayak, natation, plongée, voile)
- 15 – 19 activités artistiques, scientifiques et diverses**
(arts plastiques, artistes en herbe/l'heure des tout-petits, couture, musique, Petits débrouillards, théâtre)

TABLEAU RÉCAPITULATIF DES ACTIVITÉS.

Pour détails (horaire, formule stage ou non, âge et tarifs) se reporter au programme

AVRIL														
SAM. 6	DIM. 7	LUN. 8	MAR. 9	MER. 10	JEU. 11	VEN. 12	SAM. 13	DIM. 14	LUN. 15	MAR. 16	MER. 17	JEU. 18	VEN. 19	SAM. 20

SPORTS EN SALLE ET SPORTS COLLECTIFS (pages 4 à 9)

ARTS DU CIRQUE			x	x	x	x	x		x	x		x	x	
BADMINTON			x		x		x		x	x	x		x	
ESCALADE			x	x	x	x	x							
ESCRIME				x	x	x								
FUTSAL			x	x		x	x		x	x	x	x	x	
GYMNASTIQUE (bébé, enfant, ado, adulte)			x	x	x	x	x			x	x			
HAND-BALL				x		x				x			x	
JUDO			x	x	x	x	x		x	x	x			
MULTISPORTS (JEUX SPORTIFS...)				x						x				
ROLLER			x	x	x	x	x		x	x	x	x	x	
SKATE				x	x									
TENNIS			x	x	x	x	x		x	x	x	x	x	
TENNIS DE TABLE			x	x					x	x	x	x	x	

ACTIVITÉS DE PLEINE NATURE (pages 10 à 12)

ATHLÉTISME					x		x			x			x	
ÉQUITATION	x		x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
MARCHE NORDIQUE							x			x		x	x	
PARCOURS D'ORIENTATION					x									
PÊCHE			x	x	x	x	x		x	x		x	x	
RUGBY					x									
TIR À L'ARC				x	x					x		x	x	

ACTIVITÉS NAUTIQUES ET AQUATIQUES (pages 13 à 14)

KAYAK				x	x	x				x		x	x	
NATATION			x	x	x	x	x		x	x	x	x	x	
PLONGÉE				x	x	x				x	x	x		
VOILE			x	x	x	x	x		x	x	x	x	x	

ACTIVITÉS ARTISTIQUES SCIENTIFIQUES ET DIVERSES (pages 15 à 19)

ARTS PLASTIQUES			x	x	x	x	x							
ARTISTES EN HERBE			x	x	x	x	x		x	x	x	x	x	
L'HEURE DES TOUT-PETITS					x		x				x		x	
COUTURE					x	x					x	x		
MUSIQUE			x	x	x	x	x							
PETITS DÉBROUILLARDS				x	x	x	x		x	x		x	x	
THÉÂTRE			x	x	x	x	x				x	x	x	

Sports en salle et sports collectifs



ACTIVITÉS	JOURS ET HEURES	ÂGES	TARIFS SÉANCES*	LIEU DE PRATIQUE	RÉSERVATIONS / INFORMATIONS
-----------	--------------------	------	--------------------	---------------------	--------------------------------

ARTS DU CIRQUE

Initiation	du lun. 8 au ven. 12 avr. 10h30 > 12h	en famille	4 C 5 C la séance par participant	Maison du cirque 11 rue du Maine Quimper	Balles à Fond Sur réservation au 02 98 10 29 83 de 14h à 17 h
------------	---	-------------------	---	---	---

STAGE

Initiation aux arts du cirque	du lun. 8 au ven. 12 avr. 10h > 11h 11h > 12h 13h30 > 14h30 14h30 > 16h	4 > 5 5 > 6 7 > 9 9 et +	20 C 25 C le stage 5 jrs 4 à 9 ans 22 C 27 C le stage 5 jrs 9 et +		Participation obligatoire des parents pour les enfants âgés de moins de 4 ans
----------------------------------	--	--	---	--	--

STAGE

du lun. 15 au ven. 19 avr. (sauf mer. 17) 13h30 > 14h30 14h30 > 16h	7 > 9 9 > 12	16 C 20 C le stage 7-9 ans 18 C 22 C le stage 9-12 ans
---	-------------------------------------	---

STAGE

Arts du cirque et jonglerie	du lun. 15 au ven. 19 avr. (sauf mer. 17) 17h > 19h	Ados et adultes	20 C 25 C le stage
--------------------------------	--	----------------------------	--

STAGE

Initiation aux arts du cirque	du lun. 15 au ven. 19 avr. (sauf mer. 17) 10h > 11h 11h > 12h 13h30 > 14h30 14h30 > 16h	4 > 5 5 > 6 7 > 9 10 et +	16 C 20 C le stage 4 à 9 ans 20 C 25 C le stage 10 et +	Pluguffan Dojo Complexe S. Allende Rue de la Villemarqué Pluguffan
----------------------------------	---	---	--	--

STAGE

du lun. 8 au jeu. 11 avr. 10h > 11h 11h > 12h 14h > 16h	parent / enf. 3 > 6 7 > 9 10 et +	16 C 20 C le stage 3 à 9 ans 20 C 25 C le stage 10 et +	Salle Fanch Rolland Briec
---	--	--	---

* Le tarif appliqué (nombre de coupons) dépend de votre lieu de domicile : **Quimper Bretagne Occidentale** ou **extérieur** – Plus d'informations au dos du document

ACTIVITÉS	JOURS ET HEURES	ÂGES	TARIFS SÉANCES*	LIEU DE PRATIQUE	RÉSERVATIONS / INFORMATIONS
BADMINTON	mar. 16 avr. 17h > 18h30	7 et + famille ou entre amis	2 C 3 C la séance	Halle des sports Rue du Stade Plogonnec	Gym pour Tous Réservation 06 67 75 86 01 — Prêt de raquette possible – Les enfants de moins de 7 ans peuvent venir (gratuitement) accompagnés d'un parent
	lun 8 et 15 avr. 8 > 70 mer. 10 et 17 avr. 10h30 > 12h ven. 12 et 19 avr. 14h > 15h30			Halle des sports de Penhars 1 rue de Kerlan Vian Quimper	UJAP Badminton Quimper 06 77 04 78 21 ujapbad@gmail.com — Réservation par SMS ou par mail ujapbad@gmail.com – Raquettes et volant fournis
ESCALADE	Découverte, initiation, perfectionnement à la pratique de l'escalade en blocs et en voies du 8 AU 12 AVRIL.				
Stage	STAGE du lun. au ven. 10h30 > 12h	6 > 10	20 C 25 C le stage	Halle des sports de Penhars 1 rue de Kerlan Vian Quimper	GDO Quimper Escalade — Inscriptions uniquement par internet : http://lesgdo.org, rubrique Atout Sport – Tenue de sport souhaitée, chaussures de sport propres – Pour les séances familles 2 enfants maxi par adulte – Autorisation parentale pour les moins de 18 ans
	STAGE du lun. au ven. 17h > 18h30	10 et +	20 C - de 18 25 C - de 18 25 C + de 18 30 C + de 18 le stage de 5 séances		
À la séance	lun. et ven. 13h30 > 15h	6 > 9	4 C 5 C la séance		
	mar. et jeu. 13h30 > 15h	8 > 12			
	lun. et mar. jeu. et ven. 19h > 20h30	Familles et adultes	4 C - de 18 5 C - de 18 la séance 5 C + de 18 6 C + de 18 la séance		
	mer. 13h30 > 15h	10 et +			
mer. 19h > 20h	pers. en situation de handicap				

* Le tarif appliqué (nombre de coupons) dépend de votre lieu de domicile : **Quimper Bretagne Occidentale** ou **extérieur** – Plus d'informations au dos du document

ACTIVITÉS	JOURS ET HEURES	ÂGES	TARIFS SÉANCES*	LIEU DE PRATIQUE	RÉSERVATIONS / INFORMATIONS
ESCRIME Découverte des différentes armes : épée, sabre et fleuret	mar. 9, mer. 10 et jeu. 11 avr. 10h30 > 11h30	5 > 9	2 C 3 C la séance	Salle d'escrime Avenue des Oiseaux piscine de Kerlan Vian Quimper	Escrime Quimper Cornouaille 06 30 42 90 58 — Venir avec chaussures de sport propres
FUTSAL	lun. 8 et 15 avr. mar 9 et 16 avr. 16h > 17h30	8 > 10	3 C 4 C la séance	Halle des sports de Penhars 1 rue de Kerlan Vian Quimper	Quimper Kerfeunteun Football Club 06 35 39 39 24 — Renseignements et inscription par téléphone Yvan Le Cleach – https://quimper-football.com
	mar. 9 et 16 avr. ven. 12 et 19 avr. 10h > 12h	5 > 7			
	jeu. 11 et 18 avr. 10h > 12h	12 > 13			
	mer. 17 avr. 10h15 > 11h45	8 > 14	3 C 4 C la séance	Halle des sports Rue du Stade Plogonnec	
GYMNASTIQUE ARTISTIQUE	du lun. 8 au ven. 12 avr. 11h > 12h30	4 > 18	2 C 3 C la séance	Gymnase Municipal 47 rue de Pen ar Stang Quimper	La Quimpéroise 02 98 90 10 77 laquimperoise@wanadoo.fr — Venir sur place sans réservation – Tenue de sport – Ateliers par âges
HANDBALL	mar. 9 et 16 avr. 14h30 > 16h jeu. 11 et 18 avr. 10h30 > 12h	8 > 12	2 C 3 C	Salle sport collège M. Jacob Rue de Kerjestin Quimper	Quimper Cornouaille handballl 06 18 14 89 54 — Tenue de sport et chaussures propres

* Le tarif appliqué (nombre de coupons) dépend de votre lieu de domicile : **Quimper Bretagne Occidentale** ou **extérieur** – Plus d'informations au dos du document

ACTIVITÉS

JOURS
ET HEURES

ÂGES

TARIFS
SÉANCES*LIEU DE
PRATIQUERÉSERVATIONS /
INFORMATIONS

GYMNASTIQUE

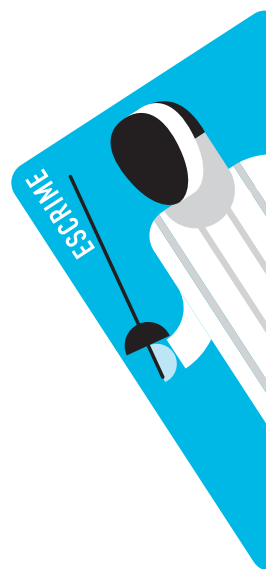
BÉBÉ EN GYM

lun. 8 avr.
10h30 > 11h30**4 pattes
> 3 ans
avec
1 parent****2 C
3 C**
la séance**Halle des sports**
Rue du stade
Plogonnec**Gym pour Tous**
06 67 75 86 01

Inscription obligatoire
Bébé en gym : activité proposée aux bébés marchant à 4 pattes jusqu'à 3 ans : l'enfant découvre avec un parent son équilibre, les jeux de balles, les galipettes, le parcours de motricité, le trampoline et les copains, copines
Gym en famille : les enfants de moins de 6 ans peuvent venir accompagnés d'un parent (gratuitement)

GYMNASTIQUE
ENFANTS
Au sol , poutre et
trampoline**lun. 8 et
16 avr.**
15h > 16h**7 > 10**ÉVEIL EN
GYMNASTIQUE
Au sol , poutre et
trampoline**lun. 8 et
16 avr.**
16h > 17h**3,5 > 6**

GYM EN FAMILLE

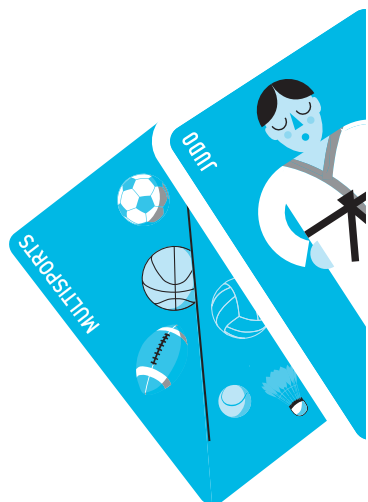
lun. 8 avr.
17h30 > 18h30**famille
(à partir
de 3 ans)**GYM D'ENTRETIEN
ADO ET ADULTES
Cardio, abdominaux,
fessiers et étirements
pour être bien dans
son corps**lun. 8 avr.**
18h30 > 19h30**14 et +**GYM DOUCE
ADO ET ADULTES
Exercices pour se
réveiller en douceur et
commencer sa journée
de bon humeur et en
pleine forme**mer. 17 avr.**
9h > 10h**12 et +**

* Le tarif appliqué (nombre de coupons) dépend de votre lieu de domicile : **Quimper Bretagne Occidentale** ou **extérieur** – Plus d'informations au dos du document




ACTIVITÉS	JOURS ET HEURES	ÂGES	TARIFS SÉANCES*	LIEU DE PRATIQUE	RÉSERVATIONS / INFORMATIONS
JUDO	lun. 8 mar. 9 et mer. 10 avr. 9h30 > 12h 14h > 16h30	5 > 7 8 > 13	2 C 3 C la séance	Dojo Sanshiro 16 rue Pierre Brossollette Quimper	Dojo Sanshiro 06 70 38 32 77 — Prêt de judogi possible
	jeu. 11 et ven. 12 avr. 10h30 > 12h	4 > 10		Complexe sportif de Croas Spenn Ergué-Gabéric	Dojo de l'Odet 06 60 47 51 80 Réservation obligatoire — Tenue de sport ou kimono – Possibilité en stage ou à la séance
	du lun. 15 au mer. 17 avr. 10h30 > 12h	4 > 10		Halle des sports d'Ergué-Armel avenue Yves Thépot Quimper	Judo club Quimpérois 06 60 47 51 80 — Tenue de sport ou kimono – Possibilité en stage ou à la séance

MULTISPORTS / JEUX SPORTIFS

MINIS TOURNOIS Tchoukball, badminton, tennis de table, balles aux prisonniers	mar. 9 avr. 13h30 > 16h	8 > 14	3 C 4 C la séance	Halle des sports Rue du stade Plogonned	Gym pour Tous 06 67 75 86 01 — Réservation obligatoire
DÉCOUVERTE DES SPORTS COLLECTIFS DE BALLONS ET DE RAQUETTES	mar. 16 avr. 15h30 > 16h30	4 > 6	2 C 3 C la séance		
BASKET, HANDBALL, THÈQUE, TCHOUKBALL, VOLLEY, ULTIMATE	mar. 16 avr. 14h > 15h30	7 > 12			



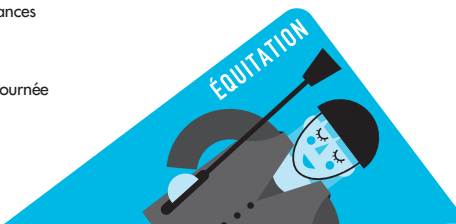
* Le tarif appliqué (nombre de coupons) dépend de votre lieu de domicile : **Quimper Bretagne Occidentale** ou **extérieur** – Plus d'informations au dos du document

ACTIVITÉS	JOURS ET HEURES	ÂGES	TARIFS SÉANCES*	LIEU DE PRATIQUE	RÉSERVATIONS / INFORMATIONS
ROLLER Découverte du roller, du rink-hockey et du patinage artistique sur roulettes	du lun. au ven. 10h30 > 12 h	4 > 12	2 C 3 C la séance	Salle Paul-Émile Victor Croas Spenn Ergué-Gabéric	Amicale Laïque d'Ergué-Gabéric 06 62 34 86 22 — Réservation obligatoire (de 18 h à 20 h, de préférence par SMS) – Tenue de sport souhaitée – Prêt de patins ou rollers + protections
SKATE BOARD ROLLER					
SKATE Initiation skate en skatepark, réservée aux débutants	mar. 9 et mer. 10 avr. 15h > 16h	8 > 18	4 C 6 C le stage	Skate Park Prat ar Rouz 71 avenue J. Le Viol Quimper	Sammy Skate club 02 90 94 74 35 — Réservation obligatoire par mail sammyskateclub@hotmail.com – Prêt de matériel possible sur place (skates, rollers, casque et protections)
ROLLER Initiation roller en skatepark, réservée aux débutants	 jeu.11 et ven.12 avr. 15h > 16h				
TENNIS					
TENNIS	du lun. au ven. 9h30 > 11 h 11h > 12h 30	6 > 10 11 > 17	15 C 20 C le stage de 5 séances	Tennis municipaux 131 bd de Creac'h Gwen Quimper	Tennis Club Quimper 02 98 90 42 66 — Réservation obligatoire – Raquettes et balles fournies – Tenue, chaussures de sport et bouteilles d'eau obligatoires. www.tcquimper.org
TENNIS DE TABLE	lun 8. et mar. 9 avr. du lun. 15 au ven. 19 avr. 10h > 12 h	7 > 17	2 C 3 C la séance d'1 h 3 C 4 C de 2h	Halle des sports d'Ergué-Armel Avenue Yves Thépot Quimper	Quimper Cornouaille Tennis de Table 02 98 52 98 66 — Pas nécessaire de réserver – Balles, raquettes fournies

* Le tarif appliqué (nombre de coupons) dépend de votre lieu de domicile : **Quimper Bretagne Occidentale** ou **extérieur** – Plus d'informations au dos du document

Activités de pleine nature

ACTIVITÉS	JOURS ET HEURES	ÂGES	TARIFS SÉANCES*	LIEU DE PRATIQUE	RÉSERVATIONS / INFORMATIONS
ATHLÉTISME					
COURSES de sprint et de fond, marche athlétique LANCERS (poids, vortex, marteau, disque) SAUTS (longueur, hauteur) et relais	mer. 10 et mar. 16 avr. 14h > 16h ven. 12 et 19 avr. 10h > 12h	6 > 12	3 C 4 C la séance	Stade de Penvillers 12 rue Léon Jouhaux entrée sud stade de Penvillers 1 ^{er} étage tribunes Quimper	Quimper Athlétisme 02 98 95 61 10 07 87 07 31 01 — Réservation conseillée – Prévoir eau, short et t-shirt ou survêtement + chaussures de sport
ÉQUITATION					
BABY PONEYS	mar. mer. et jeu. 10h30 > 11h30	3 > 6	5 C 6 C la séance	Centre équestre du Triskel Stang Vihan Langolen	Centre équestre du Triskel 07 87 03 39 99 — Réservation obligatoire (9h-12h/ 14h-18h) – Prévoir bottes et pantalon
STAGE ENFANTS Découverte et apprentissage de l'équitation	STAGE du lun. 8 au mer. 10 avr. du mar. 16 au jeu. 18 avr. 13h30 > 16h30	6 > 11	24 C 27 C le stage de 2 séances 32 C 35 C le stage de 3 séances		
STAGE ADOS	du lun. 8 au mer. 10 avr. du mar. 16 au jeu. 18 avr. 13h30 > 16h30	12 > 18	30 C 33 C le stage de 2 séances 38 C 40 C le stage de 3 séances		
STAGE ENFANTS 5-7 ANS (préparation, pratique et soins)	STAGE du lun. 8 au ven. 12 avr. du lun. 15 au ven. 19 avr. (sauf le mer. 17 avr.) 15h30 > 17h	5 > 7	30 C 35 C le stage de 5 séances 6 C 7 C la 1/2 journée	Centre équestre UCPA de Quimper Route de Toulven Ferme de Kerhuella (direction Bénodet) Quimper	Centre équestre UCPA de Quimper 02 98 54 84 02 — Téléphoner pour réserver – Prévoir bottes et pantalon – Possibilité de pratiquer à la demi-journée uniquement sur les places restantes – Le règlement s'effectue à la réservation – Club house à disposition
STAGE ENFANTS 8-12 ANS (préparation, pratique et soins)	STAGE du lun. 8 au ven. 12 avr. du lun. 15 au ven. 19 avr. (sauf le mer. 17 avr.) 15h30 > 17h30	8 > 12	40 C 45 C le stage de 5 séances 8 C 9 C la 1/2 journée		





ACTIVITÉS	JOURS ET HEURES	ÂGES	TARIFS SÉANCES*	LIEU DE PRATIQUE	RÉSERVATIONS / INFORMATIONS
BABY PONEYS 1/2h de préparation/ soins du poney + 1/2h de cours à poney	du sam. 6 au 20 avr. (sauf jeu. et dim.) 16h > 17h	3 > 6	5 C 6 C la séance	Poney Club de Kerzon Prat Duigou Landudal	Poney Club de Kerzon 07 85 99 35 22 aek.accueil@gmail.com Séances sur réservation (tél. ou mail) – Prévoir une tenue adaptée (pantalons, bottes) – Salon de thé "La Licorne" également à votre disposition – Club fermé le jeudi et le dimanche
ÉQUITATION ENFANTS 1/2h de préparation/ soins du poney + 1 h de cours à poney	lun. mer. ven. 10h > 11h30 7 > 12 sam. 14h30 > 16h	7 > 12	7 C 8 C la séance		
STAGE ENFANTS 4 séances/semaine. chaque séance comprend : la préparation du poney + temps de monte et théorie. Validation de galop possible	lun. mar. mer. et ven. 13h30 > 16h	7 > 12	44 C 48 C le stage de 4 séances		
MARCHE NORDIQUE Avec ou sans connaissance de l'activité	ven. 12 et 19 avr. 16h30 > 18h mar. 16 9h30 > 11h sam. 20 avr. 10h > 11h30	16 et +	3 C - de 18 4 C - de 18 la séance 4 C + de 18 5 C + de 18 la séance	Lieu précisé à l'inscription (jusqu'à 25 min. autour de Quimper)	Quimper Athlétisme 02 98 95 61 10 07 87 07 31 01 Réservation obligatoire – Prévoir une tenue de sport – Bâtons fournis
PARCOURS D'ORIENTATION RECHERCHE DES OEUFS DE PÂQUES	mer. 10 avr. 14h > 16h	En famille ou + 8	3 C 4 C la séance	Bois du Névet	Gym pour Tous 06 67 75 86 01 Inscription obligatoire au 06 67 75 86 01 – Prévoir un crayon, une gourde et une tenue adaptée à la marche et à la météo – Gratuit pour les enfants de moins de 6 ans accompagnés

* Le tarif appliqué (nombre de coupons) dépend de votre lieu de domicile : **Quimper Bretagne Occidentale** ou **extérieur** – Plus d'informations au dos du document

ACTIVITÉS
**JOURS
ET HEURES**
ÂGES
**TARIFS
SÉANCES***
**LIEU DE
PRATIQUE**
**RÉSERVATIONS /
INFORMATIONS**
PÊCHE

PÊCHE SPORTIVE
Initiation et
perfectionnement
aux pêches sportives

**lun. 8
mar. 9
jeu. 11 et
ven. 12 avr.**
14h > 17h

8 et +

**10 C
12 C**
les 2 jours

**Rendez-vous
Centre nautique**
129 bd de
Creac'h Gwen
Quimper

**Association pour la
Pêche et la Protection
du Milieu Aquatique**
Bruno Joncour
06 81 66 88 24

STAGE

**du lun. 8 au
ven. 12 avr.**
10h > 12h

**3 C
4 C**
la séance
de 2 h

**lun. 15
mar. 16
jeu. 18 et
ven. 19 avr.**
10h > 16h
en continu

9 et +

**9 C
12 C**
la journée

Inscription obligatoire
Régler impérativement
le jour du démarrage du
stage – Matériel fourni.
Prévoir bottes et vêtements
imperméables, crème
solaire, lunettes de soleil,
casquette – Pour le stage,
permis de pêche à prendre
pour ceux qui ont plus de
12 ans (possibilité de le
prendre sur place) – Pour
les autres le permis est
offert – Permis valable à
l'année – Séance ouverte
aux adultes – **Apporter
son pique-nique** pour
le stage et journée continue

RUGBY

mer. 10 avr.
14h > 16h

8 > 12

**2 C
3 C**
la séance

**Stade
de Creac'h Gwen**
Quimper

**Rugby Club
Quimérois**
02 98 53 67 31

Réservation obligatoire –
Tenue de sport souhaitée

TIR À L'ARC

SÉANCE
INITIATION

**mar. 9 et
16 avr.
mer. 10 avr.
jeu. 18 avr.**
10h30 > 12h
14h > 15h30

11 et +
agréable
à pratiquer
en famille

**3 C
4 C**
la séance

Creac'h Gwen
Pas de tir
Quimper

Archers de l'Odet
06 50 81 89 50

Réservation les lundis
par SMS au 06 50 81
89 50 – Matériel fourni.
Prévoir eau, vêtements près
du corps et attacher les
cheveux longs – Repli en
cas de pluie salle de sport
du lycée de Kerustum :
56 avenue de Remscheid.
Bus : ligne 5, arrêt IUT

STAGE

TIR NATURE

**mar. 16 et
jeu. 18 avr.**
16h > 17h30
ven. 19 avr.
14h > 17h

**11 C
12 C**
le stage

Creac'h Gwen
Pas de tir
Quimper
et
Bois de St-Alouarn
Guengat

* Le tarif appliqué (nombre de coupons) dépend de votre lieu de domicile : **Quimper Bretagne Occidentale**
ou **extérieur** – Plus d'informations au dos du document



Activités nautiques et aquatiques

ACTIVITÉS	JOURS ET HEURES	ÂGES	TARIFS SÉANCES*	LIEU DE PRATIQUE	RÉSERVATIONS / INFORMATIONS
KAYAK Stage multi-glisses Découverte du support en mer et rivière	STAGE du mar. 9 au jeu. 11 avr. du mar. 16 au ven. 19 avr. (sauf mer.) 10h > 16h	8 > 16	32 C 36 C le stage + 1.5 € / jour pour déplacements	Rendez-vous au Centre nautique 129 bd de Creac'h Gwen Quimper	Club CCKQC Réserver par téléphone ou par mail 02 98 53 19 99 06 85 77 41 55 kayak.quimper@orange.fr Fournir brevet de natation de 25 m ou test anti- panique – Prévoir affaires de rechange complet, coupe-vent, chaussures, crème solaire, casquette, bouteille d'eau – Prévoir pique-nique
NATATION	STAGE				
AQUADANSE Perfectionnement pour ceux déjà inscrits et découverte de la discipline pour les autres	du lun. 15 au ven. 19 avr. 14h > 16h	9 > 16	35,95 € le stage	Piscine de Kerlan Vian 47 av. des Oiseaux Quimper	Piscines communautaires 02 98 52 00 15 Port du bonnet obligatoire – Leçons de natation et aquadanse : inscription le mercredi 3 avril 17h30 à la piscine Aquarive – Leçons de natation : pré-requis : avoir 6 ans et savoir mettre la tête sous l'eau – Aquadanse : composition de groupes le 1 ^{er} jour. Prép. BNSSA : inscription à l'accueil d'Aquarive – Renseignement le samedi entre 15h et 16h30 à la piscine de Kerlan Vian auprès des enseignants ou à l'accueil d'Aquarive
NATATION DÉCOUVERTE	STAGE du lun. 8 au ven. 12 avr. du lun. 15 au ven. 19 avr. 10h10 > 10h50	6 > 12			
NATATION INITIATION	STAGE du lun. 8 au ven. 12 avr. du lun. 15 au ven. 19 avr. 11h > 11h40				
PRÉPARATION RÉVISION BNSSA	lun. 8, jeu. 11, 18 et + mar. 16 mer. 17 et ven. 19 avr. 18h > 20h				
NATATION LIBRE	tous les matins 10h > 12h	tout âge	entrée 5,25 € adulte 4,75 € enfant	Piscine Aquarive 159 bd Creac'h Gwen Quimper	

* Le tarif appliqué (nombre de coupons) dépend de votre lieu de domicile : **Quimper Bretagne Occidentale**
ou **extérieur** – Plus d'informations au dos du document

ACTIVITÉS

JOURS
ET HEURES

ÂGES

TARIFS
SÉANCES*LIEU DE
PRATIQUERÉSERVATIONS /
INFORMATIONS

PLONGÉE SOUS-MARINE

PLONGÉE
Initiation avec
bouteille

mar. 9 et 16
jeu. 11 et
18 avr.
14h > 16h

8 > 15

6 C
7 C
par enfant
pour 1 h

Piscine de
Kerlan Vian
47 av. des Oiseaux
Quimper

Groupe d'Activités
Sous-Marines de
Quimper
06 84 75 80 75

mer. 10 et
17 avr.
20h > 21h

Réservation obligatoire –
Matériel fourni : bouteille,
détendeur, gilet de
stabilisation – Matériel à
prévoir : masque, tuba et
palmes + savoir nager +
autorisation parentale +
certificat médical de non
contre-indication à la
plongée sous-marine

VOILE

Attention : sauf mer. 17 avril

JARDIN
DES MERS

STAGE
du lun. 8 au
ven. 12 avr.
du lun. 15 au
ven. 19 avr.
10h > 12h
ou 14h > 16h
en alternance

4 > 5

27 C
30 C
les 3 séances
(lun. à mer.)

Rendez-vous au
Centre nautique
129 bd de
Creac'h Gwen
Quimper

Centre
Nautique
Fouesnant
Cornaouaille

36 C
40 C
les 4 séances

Renseignements
et réservation
02 98 90 04 70
voile.quimper@orange.fr
Lun. au sam. :
8h30-12h30 et
13h30-18h

MOUSSAILLONS

STAGE
du lun. 8 au
ven. 12 avr.
du lun. 15 au
ven. 19 avr.
10h > 12h
ou 14h > 16h
en alternance

6 > 7

45 C
50 C
les 5 séances
(lun. à ven.)

Fournir un test de natation
ou test d'aisance dans
l'eau pour les enfants
ne sachant pas nager –
Prévoir une tenue adaptée
à la météo et une tenue
complète de rechange
– Bottes ou chaussures,
casquette, crème solaire,
lunettes de soleil –
Possibilité de location de
combinaison

OPTIMIST

STAGE
du lun. 8 au
ven. 12 avr.
du lun. 15 au
ven. 19 avr.
10h > 12h

8 > 12

CATAMARAN

STAGE
du lun. 15 au
ven. 19 avr.
14h > 16h30

10 et +

30 C
33 C
les 3 séances
40 C
44 C
les 4 séances

PLANCHE À VOILE

STAGE
du lun. 8 au
ven. 12 avr.
14h > 16h

30 C
33 C
les 3 séances
(lun. à mer.)
50 C
55 C
les 5 séances
(lun. à ven.)

Activités artistiques, scientifiques et diverses

ACTIVITÉS	JOURS ET HEURES	ÂGES	TARIFS SÉANCES*	LIEU DE PRATIQUE	RÉSERVATIONS / INFORMATIONS
ARTS PLASTIQUES					
FORME ET COULEUR EN DIPTYQUE Réalisation d'un aplat de couleurs. Positionnement des formes en superposition, collage. Maîtrise du geste (pinceau brosse)	lun. 8 avr. 11 h > 12 h	3 > 5	2 C 3 C la séance	Au Jardin Guengat	Ulamir e Bro Glazik 02 98 91 14 21 Inscription obligatoire – Matériel fourni, prévoir une blouse ou vêtements qui ne craignent pas les taches – Activité encadrée par une plasticienne diplômée
ÉTUDE DES MAINS Découvrir la forme des mains et la pose. Réaliser au graphite et fusain des mains support	lun. 8 avr. 13h30 > 15h30	6 > 11	4 C 5 C la séance		
UNIVERS HYBRIDE Création d'animaux imaginaires et de paysage à l'encre et à l'aquarelle	mar. 9 avr. 13h30 > 15h30	6 > 11	4 C 5 C la séance	Maison des associations Le Pouldu salle n°1 Pluguffan	
CRÉATION D'UNE MAISON Avec un zoom sur une des pièces (composition collage, feutre, travail de perspective)	mer. 10 avr. 13h30 > 15h30	6 > 11	4 C 5 C la séance	Maison Pour Tous Plomelin	
CRÉATION D'UN MOTIF ET RÉALISATION EN MULTIPLES Gravure, presse, et tirage (encre, feuilles)	jeu. 11 avr. 16h30 > 18h30	6 > 11		Au Jardin Guengat	
RÉALISER UN JARDIN DE LÉGUMES. Technique mixte: peinture, collage, encre, pastel gras	ven. 12 avr. 11 h > 12 h	3 > 5	2 C 3 C la séance		
RÉALISER SON MANDALA	ven. 12 avr. 13h30 > 15h30	6 > 11	4 C 5 C la séance		

* Le tarif appliqué (nombre de coupons) dépend de votre lieu de domicile : **Quimper Bretagne Occidentale** ou **extérieur** – Plus d'informations au dos du document

ACTIVITÉS

JOURS
ET HEURES

ÂGES

TARIFS
SÉANCES*LIEU DE
PRATIQUERÉSERVATIONS /
INFORMATIONS**ARTISTES EN HERBE** Visite guidée et arts plastiques

TOTEM

Après avoir porté leur regard sur les drôles d'objets océaniques qui ont beaucoup renouvelé l'inspiration des artistes surréalistes, notamment le grand Uli de Nouvelle-Irlande, les enfants élaborent leur propre volume en atelier. Travaillant en relief de l'argile, ils entremêlent des références humaines, animales, végétales et géométriques. Étonnant !

**lun. 8 et
15 avr.
ven. 12
et 19 avr.**
14h > 16h

7 > 12

**2 C
2 C**
ou 3,20 €

**Musée
des beaux-arts**
40 place St-Corentin
Quimper

**Ville de Quimper
Musée des beaux-
arts**

02 98 95 45 20

—
Réservation sur
www.mbaq.fr/fr/visites/famille/les-artistes-en-herbe-263.html –
Effectif limité à 12 enfants,
sans les parents !

LES MAISONS
À PANS-DE-BOIS

Les enfants explorent la ville en compagnie d'un guide-conférencier puis construisent ensemble une maquette de façade à pan de bois. Ils repartent avec un modèle réduit en carton d'une maison à pan de bois

**mar. 9 et
16 avr.
jeu. 11 et
18 avr.**
14h > 16h

7 > 12

**Maison du
patrimoine**
5 rue Ar Barz Kadiou
Quimper

**Ville de Quimper
Maison du
patrimoine**
02 98 95 52 48

—
Réservation en ligne sur
<http://www.quimper.bzh/rubriquedecouvrirQuimper/patrimoine>

PETITES CRÉATURES

Après une découverte des costumes traditionnels et contemporains bretons, tu vas prendre note, faire des croquis des multitudes de motifs que tu trouves. Puis à partir de tous ces éléments graphiques, tu vas inventer des petites créatures, ressemblant à des personnages, animaux...
Technique : feutres et encre de chine

**mer. 10 et
17 avr.**
14h > 16h

7 > 12

**Musée
départemental
breton**
1 rue du Roi Gradlon
Quimper

**Musée départemental
breton**
02 98 95 21 60

—
Informations par téléphone
E-réservation obligatoire
sur le site du musée
breton :
musee-breton.finistere.fr

* Le tarif appliqué (nombre de coupons) dépend de votre lieu de domicile : **Quimper Bretagne Occidentale** ou **extérieur** – Plus d'informations au dos du document

ACTIVITÉS

JOURS
ET HEURES

ÂGES

TARIFS
SÉANCES*LIEU DE
PRATIQUERÉSERVATIONS /
INFORMATIONS**L'HEURE DES TOUT-PETITS** Visite guidée ludiqueÀ LA MODE
DE BRETAGNE**lun. 8 et
15 avr.
ven. 12 et
19 avr.**
14h15 > 15h15
15h30 > 16h30**4 > 6****2 C
2 C**
ou 3,20 €**Musée
des beaux-arts**
40 place St-Corentin
Quimper**Musée
des beaux-arts**
02 98 95 45 20—
Réservation sur www.mbaq.fr/fr/visites/famille/l-heure-des-tout-petits-265.html —
Effectif limité à 8 enfants sans les parents**COUTURE**CRÉER UN OBJET
EN TISSU QUI
VOUS PLAÎT !**mer. 10 et
17 avr.
jeu. 11 et
18 avr.**
14h30 > 16h30**7 et +****8 C
10 C**
la séance
de 2h**L'atelier
Au Fil de la couture**
Venelle du Palais
Briec**Au fil de la couture**
Sabine Robert
06 87 93 95 52—
Réservation obligatoire
aufil.delacouture@orange.fr**MUSIQUE**DÉCOUVERTE
ET PRATIQUE
INSTRUMENTALE
autour de chansons
de façon ludique et
apprentissage en
formation musicale
collective**STAGE****du lun. 8 au
ven. 12 avr.**
10h30 > 12h**7 > 11****24 C
26 C**
le stage
de 5 séances**Salle Kerne**
Hent Keramer
Plomelin**Ulamir e Bro Glazik**
02 98 91 14 21—
Inscription obligatoire
— Activité encadrée
par Philippe Groulard,
musicien professionnel.
Petit spectacle à l'issue du
stage le vendredi 12 avril
à 17h**STAGE****du lun. 8 au
ven. 12 avr.**
14h > 16h30**12 > 17****40 C
42 C**
le stage
de 5 séances* Le tarif appliqué (nombre de coupons) dépend de votre lieu de domicile : **Quimper Bretagne Occidentale**
ou **extérieur** – Plus d'informations au dos du document

**PETITS
DÉBROUILLARDS****Association Les Petits débrouillards Sud Finistère**

Geneviève Canivenc - 06 33 98 22 62 - g.canivenc@debrouillonet.org

Inscription en ligne sur <https://www.lespetitsdebrouillardsgrandouest.org/pres-de-chez-moi/finistere/> (cliquez sur l'événement qui vous intéresse et complétez le formulaire en bas de page).**STAGE**

SCIENCE ET
CINÉMA
Découverte et
expérimentation
des phénomènes
qui sous-tendent le
cinéma (persistance
rétinienne, lentille, etc.)
+ réalisation d'un gif
animé en stop motion

**jeu. 11
ven. 12 avr.**
14h30 > 17h

6 > 10

**15 C
17 C**
le stage
de 2 séances

**Centre social
des Abeilles**
4 rue Sargent Le Flao
Quimper

12 places max. par stage.
Tout stage non annulé à
48h de l'événement est dû.
En cas de nombre d'inscrits
insuffisant, les stages sont
annulés une semaine
avant l'événement afin de
permettre aux familles de
s'organiser. FAQ en ligne
disponible sur <https://www.lespetitsdebrouillardsgrandouest.org/faq-atout-sport-qbo/> (copiez-collez
l'adresse dans la barre de
votre navigateur)

STAGE

SLIME ET
AUTRES PÂTES
SUPPRENANTES
Chimie du quotidien
pour la fabrication
de pâtes diverses
(slime, pâte à modeler,
porcelaine froide...),
expérimentation
de tutos en ligne,
acquisition de réflexes
de sécurité

**lun. 15
mar. 16 avr.**
14h30 > 17h

9 et +

**16 C
18 C**
le stage
de 2 séances

STAGE

SCIENCE ET MAGIE
Découverte de
"tours de magie
scientifiques". Les
enfants débussent
l'astuce qui se cache
sous la manipulation,
apprennent à la
refaire pour étonner
leur famille.

**mar. 9 et
mer. 10 avr.**
14h30 > 17h

6 > 10

**15 C
17 C**
le stage
de 2 séances

Salle "atelier"
SIVOM du Pays Glazik
Place de Ruthin
Briec

STAGE

FUSÉES ET
PROPULSION
Découverte de
l'énergie et de
la propulsion via
l'expérimentation
(fusées à eau,
chimique, à claques,
voitures à ballon, etc.)

**jeu.18
ven. 19 avr.**
14h30 > 17h

6 > 10

**15 C
17 C**
le stage
de 2 séances

**Salle Théâtre
de Cornouaille**
Quimper

STAGE

INITIATION À
L'ÉLECTRONIQUE
Principes de
l'électronique de nos
appareils usuels via
la réalisation de petits
montages interactifs
et une première prise
en main de
la programmation
par blocs

**jeu. 11
ven.12 avr.**
14h > 17h

9 > 16

**20 C
22 C**
le stage
de 2 séances

L'Athéna
Ergué-Gabéric

ACTIVITÉS	JOURS ET HEURES	ÂGES	TARIFS SÉANCES*	LIEU DE PRATIQUE	RÉSERVATIONS / INFORMATIONS
THÉÂTRE					
DÉCOUVERTE Exercices ludiques autour de la voix, du corps, de la confiance en soi, de la cohésion de groupe, improvisation et travail à partir de petits textes	STAGE du lun. 8 au ven. 12 avr. 10h30 > 12h	7 > 11	16 C 20 C le stage de 5 séances	Espace Kerne (Dojo) Hent Keramer Plomelin	Ulamir e Bro Glazik 02 98 91 14 21 — Réservation obligatoire - Activité assurée par Sophie Jézéquel encadrante professionnelle - Petit spectacle à l'issue du stage le vendredi 12 avril à 17h
	STAGE du lun. 8 au ven. 12 avr. 14h > 16h30	12 > 17	25 C 30 C le stage de 5 séances		
INITIATION POUR LES PLUS JEUNES	mer. 17 avr. 9h30 > 10h30	5 > 6	3 C 4 C la séance	Foyer communal Rue des Écoles Plogonnect	Plogonnect sur Scène 06 80 01 38 94 — Réservation obligatoire : plogonnectsurscene@gmail.com - Encadré par un professionnel
DÉCOUVERTE Exercices ludiques autour de la voix, du corps, de la confiance en soi, de la cohésion de groupe, improvisation et travail à partir de petits textes	STAGE du mer. 17 au ven. 19 avr. 10h30 > 12h	7 > 10	10 C 15 C le stage de 3 séances		
	STAGE du mer. 17 au ven. 19 avr. 14h > 16h30	11 > 16	15 C 21 C le stage de 3 séances		



* Le tarif appliqué (nombre de coupons) dépend de votre lieu de domicile : **Quimper Bretagne Occidentale** ou **extérieur** – Plus d'informations au dos du document

ATOUT SPORT | VACANCES DE PRINTEMPS | DU 6 AU 22 AVRIL 2019**INFORMATIONS**

- ▶ Pour chaque activité, se référer au numéro de téléphone indiqué dans le planning
- ▶ **Informations sur le programme**
02 98 98 89 28 – Direction du sport
Hôtel de ville et d'agglomération de Quimper

POUR PRATIQUER L'ACTIVITÉ DE VOTRE CHOIX

- ▶ Acheter vos coupons Atout Sport dans l'un des points de vente signalés ci-dessous.
- ▶ Présentez vos coupons Atout Sport en guise de règlement et d'officialisation de l'inscription, au lieu de pratique de l'activité choisie.
- ▶ Les coupons Atout Sport vous permettent une liberté d'accès à toutes les activités proposées, aux jours et heures de votre choix.
- ▶ Il est conseillé de réserver avant les séances en téléphonant aux numéros indiqués dans le planning (dans la limite des places disponibles).
- ▶ Une autorisation parentale est obligatoire pour les moins de 18 ans (demander un formulaire dans les lieux de vente des coupons). Une fiche d'inscription doit également être renseignée par les pratiquants de plus de 18 ans.

IMPORTANT

- ▶ S'informer du type d'activités proposées, des contres indications médicales et juger si elles sont compatibles avec l'état de santé du participant.
- ▶ S'assurer de la prise de relais de l'enfant avant et après la séance, la responsabilité et la prise en charge par l'encadrant s'arrêtant à la durée de la séance. Les activités nautiques nécessitent de savoir nager. Le diplôme de 50 m sera exigé au démarrage de l'activité.
- ▶ En cas d'absence d'usagers ou de l'encadrant 15 minutes après l'heure annoncée du début de la séance, celle-ci sera considérée comme annulée.

TARIFS

- ▶ Les coupons Atout Sport sont vendus au prix unitaire de 1,60€.
- ▶ Ils permettent d'accéder aux activités du programme selon les tarifs indiqués : tarif extérieur ou tarif Quimper Bretagne Occidentale.
- ▶ Le tarif Quimper Bretagne Occidentale est réservé aux personnes habitant les communes de Quimper Bretagne Occidentale : Brieç, Ederm, Ergué-Gabéric, Guengat, Landrévarzec, Landudal, Langolen, Locronan, Plogonnect, Plomelin, Plonéis, Pluguffan, Quéménéven et Quimper, sur présentation d'un justificatif d'adresse de moins de 3 mois lors de l'achat des coupons.
- ▶ À défaut d'un justificatif de domicile, le coût de la séance tiendra compte du tarif extérieur.

VENTE DES COUPONS ATOUT SPORT**à partir du lundi 25 mars 2019**

- ▶ Modes de règlement acceptés : espèces, chèques et chèques vacances
- ▶ **Justificatif de domicile obligatoire** pour bénéficier du tarif Quimper Bretagne Occidentale

EN MAIRIES

BRIEC 02 98 57 93 11
ERGUÉ-GABÉRIC 02 98 66 68 00
GUENGAT 02 98 91 06 16
LOCRONAN 02 98 51 80 80
PLOGONNEC 02 98 91 72 06
PLOMELIN 02 98 94 25 57
PLONÉIS 02 98 91 08 07
PLUGUFFAN 02 98 94 01 11
QUIMPER 02 98 98 89 89

EN MAIRIES ANNEXES DE QUIMPER

ERGUÉ-ARMEL 02 98 52 02 00
KERFEUNTEUN 02 98 95 21 61
PENHARS 02 98 53 48 37

AUTRES POINTS DE VENTE

PISCINE AQUARIVE CREACH GWEN
CEZAM SUD FINISTÈRE 1 10 BD DE CREACH GWEN
OFFICE DU TOURISME 8 RUE ELIE FRÉRON



QUIMPER BRETAGNE
OCCIDENTALE
KEMPER BREIZH IZEL

