

STAGES D'INITIATION SPORTIVE

STAJOÙ DESKIÑ DIOUZH AR SPORTOÙ

ATOUT SPORT ! VACANCES D'HIVER ! DU 11 AU 26 FÉVRIER 2023

ATOUT SPORT ! VAKAÑSOÙ GOAÑV ! EUS AR 11 BETEK AN 26 A VIZ C'HWEVRER 2023

ATOUT SPORT

À VOUS DE JOUER ! DEOC'H DA C'HOARI !

CIRQUE



ROLLER



JUDO



THÉÂTRE

TIR À L'ARC



ESCALADE

CANOE-KAYAK



PÊCHE



QUIMPER BRETAGNE
OCCIDENTALE
KEMPER BREIZH IZEL

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 1 an, 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, rugby, etc., des activités nautiques et aquatiques, des activités liées au patrimoine, aux arts plastiques, au théâtre...

Atout Sport, kinniget gant Kemper Breizh-Izel, zo ur formulenn evit ober anaoudegezh gant obererezhioù sport, sevenadurel pe skiantel a c'haller pleustriñ en tolpad e-pad ar vakañsoù er goañv, en nevez-amzer, en hañv pe d'an Hollsent.

Kinniget e vezont d'ar vugale adalek 1 bloaz, d'ar grennarded, hag evit eurvezhioù zo, d'an dud deuet.

Reiñ a ra tro da zeskiñ diouzh ouzhpenn 30 obererezh ha kement-se, e prizioù izel-kenañ. Formulennoù staj hag abadennoù evit ar familhoù a vez kinniget ivez. Evel-se e c'haller pleustriñ sportoù en diabarzh hag en diavaez, sportoù a-stroll : badminton, rugbi, ha kement zo, obererezhioù bageal hag en dour, obererezhioù liammet ouzh ar glad, an arzoù neuzañ, ar c'hoariva...

Avant tout achat de coupons, il vous est demandé de consulter les propositions réelles sur le moteur de recherche internet <http://atoutsport.qbo.bzh>



**Direction des sports
Quimper Bretagne Occidentale
02 98 98 89 28**

**VALEUR du COUPON unitaire :
1,60 €**

Les coupons ne sont ni échangeables
ni remboursables

Sommaire - Taolenn

**4 – 10 Sports en salle et sports collectifs
Sportoù diabarzh ha sportoù a-stroll**

**11 – 13 Activités de pleine nature
Obererezhioù e-kreiz an natur**

**14 Activités nautiques et aquatiques
Obererezhioù bageal hag en dours**

**15 – 22 Activités artistiques, scientifiques et diverses
Obererezhioù arzel, skiantel hag a bep seurt**

TABLEAU RÉCAPITULATIF DES ACTIVITÉS - TAOLENN A RENABL AN OBEREREZHIOÙ

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

FÉVRIER															
SAM. 11	DIM. 12	LUN. 13	MAR. 14	MER. 15	JEU. 16	VEN. 17	SAM. 18	DIM. 19	LUN. 20	MAR. 21	MER. 22	JEU. 23	VEN. 24	SAM. 25	DIM. 26

SPORTS EN SALLE ET SPORTS COLLECTIFS - SPORTOÙ DIABARZH HA SPORTOÙ A-STROLL (pages 4 à 10)

BADMINTON										x					
BASKET			x		x					x		x			
ESCALADE		x	x	x	x	x			x	x	x	x	x		
ESCRIME				x	x	x									
FOOT À 5										x	x				
FUTSAL			x	x		x	x			x	x		x	x	
GYMNASTIQUE										x	x	x	x	x	
GYMNASTIQUE ADO -ADULTE										x					
HOCKEY EN SALLE			x			x									
JUDO			x	x	x					x	x	x			
MULTISPORTS			x				x				x				
ROLLER			x	x	x	x	x			x	x	x	x	x	
SKATE BOARD			x												
TENNIS										x	x	x	x	x	
TENNIS DE TABLE							x			x	x	x	x	x	
TROTINETTE			x												

ACTIVITÉS DE PLEINE NATURE - OBEREREZHIOÙ E-KREIZ AN NATUR (pages 11 à 13)

ÉQUITATION			x	x	x	x	x			x	x	x	x	x	
GOLF										x	x	x			
PARCOURS D'ORIENTATION												x			
PÊCHE			x				x			x				x	
RUGBY												x			
TIR À L'ARC						x	x						x	x	
VÉLO					x	x	x					x	x	x	

ACTIVITÉS NAUTIQUES ET AQUATIQUES - OBEREREZHIOÙ BAGEAL HAG EN DOURS (pages 14)

NATATION	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
PLONGÉE											x	x	x		

ACTIVITÉS ARTISTIQUES SCIENTIFIQUES ET DIVERSES - OBEREREZHIOÙ ARZEL SKIANTEL HAG A BEP SEURT

(pages 15 à 22)

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

Sports en salle et sports collectifs

Sportoù diabarzh ha sportoù a-stroll

ACTIVITÉS	JOURS ET HEURES	ÂGES	TARIFS SÉANCES*	LIEU DE PRATIQUE	RÉSERVATIONS / INFORMATIONS
BADMINTON					
Séance d'initiation venez pratiquer le badminton en famille ou entre amis	mar. 21 17h > 18h30	7 et + en famille ou entre amis	2 C la séance	Halle des sports Plogonnec	Gym pour Tous Réservation obligatoire 06 67 75 86 01 avant le 10/02 — Prêt de raquette possible.
BASKET					
Découverte et initiation au basket par une approche ludique à base d'ateliers, de jeux et de concours	mar. 14 et jeu. 16 mar. 21 et jeu. 23 10h30 > 12h	8 > 12	3 C la séance d'1h30	Salle Louis et Jean Le Boedec 32, rue Jules-Noël Quimper	UJAP Basket Quimper — Réservation conseillée : ujapbasket@gmail.com 06 18 76 66 64 —

* Tarif exprimé en nombre de coupons unitaires (valeur 1,60€)

ACTIVITÉS	JOURS ET HEURES	ÂGES	TARIFS SÉANCES*	LIEU DE PRATIQUE	RÉSERVATIONS / INFORMATIONS
ESCALADE	Découverte, initiation, perfectionnement à la pratique de l'escalade en blocs et en voies. Du 13 au 24 fév., du lundi au vendredi.				
À la séance	lun. 13 et 20 ven. 17 et 24 13h30 > 15h	6 > 9	4 C - de 18 5 C + de 18 la séance	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 – Nouveau le jeudi soir : créneau dédié à l'escalade en bloc : faible hauteur, pas de corde ni de baudrier.
	mar. 14 et 21 jeu. 16 et 23 13h30 > 15h	8 > 12			
	mer. 15 et 22 13h30 > 15h	10 et +			
	lun. 13 et 20 mar. 14 et 21 ven. 17 et 24 19h > 20h30	Famille, (à partir de 4 ans) et adultes			
	mer. 15 19h > 20h	session sport santé			
	jeu. 16 et 23 19h > 20h30	Famille adultes			
mer. 22 19h > 20h	pers. en situation de handicap 6 +				
STAGE	du lun. 13 au ven. 17 du lun. 20 au ven. 24 10h30 > 12h	6 > 10	20 C - de 18 25 C + de 18 le stage de 5 séances		
	du lun. 13 au ven. 17 du lun. 20 au ven. 24 17h > 18h30	10 et +			



* Tarif exprimé en nombre de coupons unitaires (valeur 1,60€)

ACTIVITÉS	JOURS ET HEURES	ÂGES	TARIFS SÉANCES*	LIEU DE PRATIQUE	RÉSERVATIONS / INFORMATIONS
ESCRIME Découverte de l'escrime avec initiation aux trois armes : épée, fleuret et sabre	mer. 15, jeu. 16 et ven. 17 10h30 > 12h	6 > 14	3 C la séance	Salle d'escrime Avenue des Oiseaux piscine de Kerlan Vian Quimper	Escrime Quimper Cornouaille Réservation obligatoire par SMS au 07 87 08 19 04 Venir avec chaussures de sport propres
FOOT À 5 EN SALLE					
Venez découvrir ou vous perfectionner à la pratique du football à 5 en salle dans un espace spécifique de notre partenaire Kemp'5	mar. 21 14h > 15h30	4 > 7	3 C la séance	Kemp'5 5 avenue Saint-Denis Quimper	Paotred Dispount Ergué-Gabéric Réservation obligatoire par téléphone 07 61 74 74 25 ou par mail : atoutsport.pdeg@gmail.com Merci d'indiquer dans la réservation le nom et prénom de l'enfant, son année de naissance ainsi que l'horaire correspondant à l'activité choisie
	mer. 22. 10h30 > 12h	7 > 12			
	mer. 22 14h > 15h30	13 > 16			
FUTSAL					
DÉCOUVERTE ET PERFECTIONNEMENT	mar. 21 10h30 > 12h	4 > 7	3 C la séance	Salle Eric-Tabarly Ergué-Gabéric	Paotred Dispount Ergué-Gabéric Réservation obligatoire par téléphone 07 61 74 74 25 ou par mail : atoutsport.pdeg@gmail.com Merci d'indiquer dans la réservation le nom et prénom de l'enfant, son année de naissance ainsi que l'horaire correspondant à l'activité choisie
DÉCOUVERTE ET INITIATION	lun. 13 et mar. 14 lun. 20 et mar. 21 16h > 17h30 mar. 14 et 21, jeu. 16 et 23 ven. 17 et 24 10h > 11h30	4 > 7 7 > 12	3 C la séance	Halle des sports de Penhars 1 rue de Kerlan Vian Quimper	Quimper Kerfeunteun Football Club Inscription obligatoire et uniquement sur https://www.qkfc.fr Renseignements 06 35 39 39 24

* Tarif exprimé en nombre de coupons unitaires (valeur 1,60€)

ACTIVITÉS	JOURS ET HEURES	ÂGES	TARIFS SÉANCES*	LIEU DE PRATIQUE	RÉSERVATIONS / INFORMATIONS
GYMNASTIQUE					
BABY EN GYM Venir avec son enfant pour qu'il découvre es galipettes ,son équilibre, le jeu avec les copains	lun. 20 9h30 > 10h30 ou 10h30 > 11h30	1 > 3 avec un parent	2 C la séance d'1h	Salle multi-activités Halle des sports Rue du Stade Plogonnec	Gym pour Tous Inscription obligatoire par SMS ou avant le 10/02 06 67 75 86 01 —
GYMNASTIQUE ENFANTS Initiation à la gymnastique (au sol, poutre et trampoline)	lun. 20 15h > 16h	7 > 12	2 C la séance		
ÉVEIL EN GYMNASTIQUE Découverte de la gymnastique (au sol, trampoline et poutre)	lun. 20 16h > 17h	3 > 6			
GYM EN FAMILLE Ensemble, enfants et parents ou grands parents, nous enchaînons des mouvements de gymnastique, nous participons au circuit training, nous nous musclons (abdos, fessiers), en passant un agréable moment sportif	lun. 20 17h30 > 18h30	famille (à partir de 3 ans)			
GYMNASTIQUE D'ENTRETIEN POUR ADO ET ADULTES Du cardio, des abdominaux, des fessiers et des étirements pour être bien dans son corps !	lun. 20 18h30 > 19h30	ado (12 et +) adulte			
GYMNASTIQUE ARTISTIQUE	lun. 20 au ven. 24 10h > 11h30	4 > 18	2 C la séance	Gymnase municipale 47 rue de Pen ar Stang Quimper	La Quimpéroise Sans réservation 02 98 90 10 77 — Aucun apport de matériels et aucune tenue spécifique exigée – Ateliers par âges

* Tarif exprimé en nombre de coupons unitaires (valeur 1,60€)

ACTIVITÉS	JOURS ET HEURES	ÂGES	TARIFS SÉANCES*	LIEU DE PRATIQUE	RÉSERVATIONS / INFORMATIONS
HOCKEY EN SALLE					
DÉCOUVERTE ET INITIATION AU TRAVERS DE JEUX ET EXERCICES LUDIQUES Sport olympique, le hockey en salle est un sport d'équipe, d'adresse, qui se pratique en chaussures de sport avec une crosse et une balle	lun. 13 10h > 11h30	6 > 9	2 C la séance	Complexe sportif Guengat	Hockey Club Pays Glazik Réservation obligatoire par sms 06 32 53 59 87 (préciser nom, prénom et âge de l'enfant + numéro de tél.)
	jeu. 16 14h > 16h			3 C la séance	Complexe Salvador Allende Pluguffan
JUDO					
DÉCOUVERTE ET INITIATION	lun. 13, mar. 14 et mer. 15 9h30 > 12h 14h > 16h30	5 > 8 9 > 13	2 C la séance	Dojo Sanshiro 10 rue de Keradennec Quimper	Dojo Sanshiro Réservation obligatoire 06 70 38 32 77 — Prêt de judogi possible
	lun. 13 et 20 mar. 14 et 21 mer. 15 et 22 10h30 > 12h	4 > 10		Halle des sports d'Ergué-Armel Avenue Yves Thépot Quimper	Dojo de Cornouaille Réservation obligatoire 06 60 47 51 80 — Tenue de sport ou kimono

* Tarif exprimé en nombre de coupons unitaires (valeur 1,60€)

ACTIVITÉS	JOURS ET HEURES	ÂGES	TARIFS SÉANCES*	LIEU DE PRATIQUE	RÉSERVATIONS / INFORMATIONS
MULTISPORTS / JEUX SPORTIFS					
Jeux sportifs et initiation au basket, hand-ball, thèque, tchoukball, badminton, volley, frisbee	mar. 21 14h > 15h30	7 > 12	2 C la séance	Halle des sports Rue du Stade Plogonnec	Gym pour Tous Inscription obligatoire par sms ou avant le 10/02 06 67 75 86 01 — Penser à apporter sa gourde – Séance Jeux sportifs en extérieur si la météo le permet
Découverte des sports collectifs de ballons et de raquettes	mar. 21 15h30 > 16h30	3 > 6			
Jeux sportifs : thèque, drapeau volé, morpion géant, balle au prisonnier américain, et bien d'autres jeux surprise.	mar. 14 10h > 11h30 ven. 17 14h > 16h	8 > 11	2 C la séance 3 C la séance	Complexe sportif Guengat Complexe Salvador Allende Pluguffan	Hockey Club Pays Glazik Réservation obligatoire par sms 06 32 53 59 87 (préciser nom, prénom et âge de l'enfant + n° de tél.) — La séance sera annulée s'il y a moins de 4 inscrits
ROLLER					
DÉCOUVERTE DU ROLLER Du patinage artistique et du rink-hockey	du lun au ven. Du 13 au 24 10h30 > 12h	4 > 12	3 C la séance	Salle Paul-Émile Victor Croas Spenn Ergué-Gabéric	Amicale Laïque d'Ergué-Gabéric Réservation obligatoire 06 62 34 86 22 18h à 20h (de préférence par sms) — Tenue de sport souhaitée – Possibilité de prêts de matériel
DÉCOUVERTE ET APPRENTISSAGE des bases du roller dans un skatepark (pour débutants)	ven. 17 15h30 > 16h30	8 > 18	2 C la séance	Skate Park de Prat ar Rouz Quimper	Sammy Skate Club Réservation obligatoire par mail sammyskatedub@hotmail.com avec nom, prénom, âge, pointure , et numéro de téléphone — Prêt de matériel possible (rollers en ligne) – Si vous préférez des rollers quad, apportez les vôtres

* Tarif exprimé en nombre de coupons unitaires (valeur 1,60€)

ACTIVITÉS	JOURS ET HEURES	ÂGES	TARIFS SÉANCES*	LIEU DE PRATIQUE	RÉSERVATIONS / INFORMATIONS
SKATE BOARD Découverte et apprentissage des bases du skateboard dans un skatepark (pour débutants)	mar. 14 15h30 > 16h30	8 > 18	2 C la séance	Skate Park de Prat ar Rouz Quimper	Sammy Skate Club Réservation obligatoire par mail sammyskatedub@hotmail.com avec nom, prénom, âge, et numéro de téléphone — Prêt de matériel possible
STAGE					
TENNIS	du lun. 20 au ven. 24 9h30 > 11h 11h > 12h30	6 > 10 11 > 17	15 C le stage de 5 séances	Cours de tennis de Creac'h Gwen Quimper	Tennis Club Quimper Réservation obligatoire par tél ou par mail contact@tcquimper.fr 02 98 90 42 66 — Venir en tenue de sport – Prêt de raquettes possible
TENNIS DE TABLE Séance initiation, perfectionnement, en loisir	ven. 17 et 24, lun. 20, mar. 21, mer. 22 et jeu. 23 10h > 12h	7 > 17	2 C la séance d'1 h 3 C les 2h	Halle des sports d'Ergué-Armel Avenue Yves Thépot Quimper	Quimper Cornouaille Tennis de Table 02 98 52 98 66 — Tenue de sport – Raquettes et balles fournies
TROTTINETTE Découverte et apprentissage des bases de la trottinette dans un skatepark (pour débutants).	mar. 14 14h > 15h	8 > 18	2 C la séance	Skate Park de Prat ar Rouz Quimper	Sammy Skate Club Réservation obligatoire par mail sammyskatedub@hotmail.com avec nom, prénom, âge, et numéro de téléphone — Prêt de matériel possible

* Tarif exprimé en nombre de coupons unitaires (valeur 1,60€)

Activités de pleine nature

Oberezhioù e-kreiz an natur

ACTIVITÉS	JOURS ET HEURES	ÂGES	TARIFS SÉANCES*	LIEU DE PRATIQUE	RÉSERVATIONS / INFORMATIONS
ÉQUITATION					
STAGE ENFANTS 5-7 ANS (préparation, pratique et soins)	STAGE du lun. 13 au ven. 17 du lun. 20 au ven. 24 14h > 15h30	5 > 7	30 C le stage de 5 séances	Centre équestre UCPA de Quimper Route de Toulven Ferme de Kerhuella (direction Bénodet) Quimper	Centre équestre UCPA de Quimper Téléphoner pour réserver 02 98 54 84 02 — Prévoir bottes et pantalon souple (jogging) – Le règlement s'effectue à la réservation
	STAGE du lun. 13 au ven. 17 du lun. 20 au ven. 24 13h30 > 15h30	8 > 12	40 C le stage de 5 séances		
BABY PONEYS Découverte ludique de l'équitation, jeux et/ ou balade (1/2 h de préparation du poney et 1/2 h de cours à poney)	lun. 13, mer. 15, ven. 17, lun. 20, mer. 22 et ven. 24 10h > 11h30 ou 16h30 > 17h30 mar. 14 et 21 16h30 > 17h30	3 > 6	5 C la séance	Poney Club de Kerzon Prat Duigou Landudal	Poney Club de Kerzon Séances sur réservation (tél. ou mail) 07 85 99 35 22 aek.accueil@gmail.com — Prévoir une tenue adaptée (pantalon, bottes) Pour le BABY PONEY, l'accompagnateur doit rester avec l'enfant pendant la séance, en particulier pour tenir le poney
APRÈS-MIDI PONEY (NIV. DÉBUTANT) Préparation des poneys + temps de monte et théorie	lun. 20, mar. 21, mer. 22 et ven. 24 14h > 16h30	7 > 11	11 C la séance		APRÈS MIDI PONEY : possibilité de réserver plusieurs séances STAGE : passage du galop possible selon niveau du cavalier Club house également à votre disposition
STAGE STAGE ENFANTS (NIV. INTERMÉDIAIRE GALOP 1 ET 2) Chaque stage comprend : préparation des poneys + temps de monte & théorie.	du lun. 13 au ven. 17 (sauf jeu.) 14h > 16h30		44 C le stage de 4 séances		

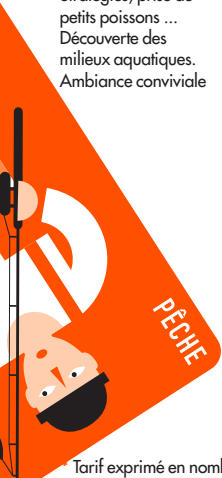
* Tarif exprimé en nombre de coupons unitaires (valeur 1,60€)

ACTIVITÉS	JOURS ET HEURES	ÂGES	TARIFS SÉANCES*	LIEU DE PRATIQUE	RÉSERVATIONS / INFORMATIONS
GOLF Séance d'initiation et utilisation des clubs de golf	lun.20, mar. 21 et mer. 22 17h > 18h	6 > 16	5 C la séance	Golf de l'Orangerie de Lanniron Quimper	Association sportive du Golf de Quimper Lanniron Réservation obligatoire auprès de Bertrand Coathalem : contact@bertrand-coathalem.com 06 78 42 85 06

PARCOURS D'ORIENTATION À la découverte du Bois du Névet, par groupe ou en famille, vous randonnerez pendant 2 h à l'aide d'une boussole	mer. 22 14h > 16h	en famille ou + 8	3 C la séance/pers.	Bois du Névet Plogonnec	Gym pour Tous Inscription obligatoire 06 67 75 86 01 Prévoir un crayon, une gourde et une tenue adaptée à la météo, avec de bonnes chaussures (pas de bottes en caoutchouc) – Gratuit pour les enfants de - 6 ans accompagnés
---	-----------------------------	--------------------------	-------------------------------	-----------------------------------	---

PÊCHE SPORTIVE

UNE JOURNÉE À LA PÊCHE Initiation ou perfectionnement aux différentes techniques de pêche. Stratégies, prise de petits poissons ... Découverte des milieux aquatiques. Ambiance conviviale	lun. 13 et 20 ven. 17 et 24 10h > 16h	à partir de 10 ans	9 C la journée	Rendez-vous Centre nautique 129 bd de Creac'h Gwen Quimper	Association pour la Pêche et la Protection du Milieu Aquatique Inscription obligatoire Bruno Joncour 06 81 66 88 24 Séance ouverte aux adultes – Matériel fourni – Prévoir bottes et vêtements imperméables, et selon météo (crème solaire, lunettes de soleil, casquette) – Permis de pêche obligatoire pour les plus de 12 ans (possibilité de le prendre sur place) – Pour les autres le permis est offert – Permis valable à l'année – Ne pas oublier son pique nique
--	---	---------------------------	--------------------------	---	--



* Tarif exprimé en nombre de coupons unitaires (valeur 1,60€)

ACTIVITÉS	JOURS ET HEURES	ÂGES	TARIFS SÉANCES*	LIEU DE PRATIQUE	RÉSERVATIONS / INFORMATIONS
RUGBY Découverte de l'activité par des ateliers ludiques en respectant les règles !	mer. 22 9h30 > 11h	8 > 14	2 C la séance	Pôle sportif de Creac'h Gwen Quimper	Rugby Club de Quimper Réservation obligatoire 02 98 53 67 31 — Prévoir une tenue de sport
TIR À L'ARC					
SÉANCE D'INITIATION AU TIR À L'ARC, EN SALLE	jeu. 16 et 23 ven. 17 et 24 10h30 > 12h ou 14h > 15h30	+ de 11 et adultes	4 C la séance (tous âges)	Hall de sport du lycée de Kerustum entrée par le 56 av. de Remscheid Quimper	Archers de l'Odet Réservation obligatoire : les lundis au 06 50 81 89 50 en laissant un message ou un SMS précisant nom, âge, date et heure souhaitées et numéro de téléphone — Agréable à pratiquer en famille – Prévoir des chaussures de sport, vêtements près du corps – Cheveux attachés – Une ceinture (pour accrocher un carquois) et de l'eau
VÉLO INITIATION Séance d'initiation au vélo et développement des compétences du "savoir rouler"	mer. 15, jeu. 16 et ven. 17 mer. 22, jeu. 23 et ven. 24 10h > 11h30	5 > 9	2 C la séance	Piste de bicross Parc de loisirs de Creac'h Gwen Quimper	Ville de Quimper Direction des sports 02 98 98 89 28 Réservation obligatoire aurelien.nicolas@quimper.bzh — Venir avec son vélo, prévoir casque et gants – Possibilité de s'inscrire sur plusieurs séances – Deux groupes pourront être constitués en fonction de l'âge et du niveau de pratique – Prêt de matériel possible sur demande lors de la réservation

* Tarif exprimé en nombre de coupons unitaires (valeur 1,60€)

Activités nautiques et aquatiques

Obererezhioù bageal hag en dour

ACTIVITÉS	JOURS ET HEURES	ÂGES	TARIFS SÉANCES*	LIEU DE PRATIQUE	RÉSERVATIONS / INFORMATIONS
NATATION					
LEÇONS DE NATATION STAGE	du lun. 13 au ven. 17 du lun. 20 au ven. 24 9h > 9h40 (niv. découverte et initiation)	6 > 12	37 € le stage	Piscine Aquarive Quimper	Piscines communautaires 02 98 52 00 15 Port du bonnet de bain obligatoire – Inscription le mercredi 1^{er} février 2023 à la piscine d'Aquarive entre 10h et 20h (horaires ouverture au public) – Pas d'inscription par téléphone – Pré-requis : avoir 6 ans et savoir mettre la tête sous l'eau.
NATATION LIBRE	du sam. 11 au sam. 25 10h > 12h dim 19 et 26 9h > 12h	10 > 99	4,80 € € (- 18 ans) 5,30 € € (adulte)		
PLONGÉE SOUS-MARINE					
INITIATION AVEC BOUTEILLE	mar. 21 et jeu. 23. 14h > 16h mer. 22 20h > 21h	8 > 15	6 € la séance d'1h (mer.) 12 € la séance de 2h (mar. et jeu.)	Piscine de Kerlan Vian 47 av. des Oiseaux Quimper	GASM 06 84 75 80 75 Inscription obligatoire Matériel fourni : bouteille, détendeur, gilet de stabilisation – Matériel à prévoir si possible : masque, tuba et palmes – Obligation de savoir nager – Autorisation parentale et certificat médical de non contre-indication à la plongée sous-marine obligatoires

* Tarif exprimé en nombre de coupons unitaires (valeur 1,60€)

Activités artistiques, scientifiques et diverses

Obererezhioù arzel, skiantel hag a bep seurt

ACTIVITÉS	JOURS ET HEURES	ÂGES	TARIFS SÉANCES*	LIEU DE PRATIQUE	RÉSERVATIONS / INFORMATIONS
ARTS PLASTIQUES					
<p>LA NATURE EN ARTS PLASTIQUES Un moment dédié à la création ... les enfants manipuleront différents supports, outils et matières afin d'apprendre en s'amusant. Le thème de la nature sera très présent pour nous inspirer.</p>	<p>STAGE du lun. 20 au mer. 22 11h > 12h</p>	3 > 6	6 C le stage	Au jardin Guengat	<p>ULAMIR Réservation obligatoire : 02 98 91 14 21 ou contact@ulamir-ebg.org — Activité encadrée par Aurélié Le Lay</p>
	<p>STAGE du lun. 20 au mer. 22 14h > 16h</p>	7 > 12	12 C le stage		

* Tarif exprimé en nombre de coupons unitaires (valeur 1,60€)

ACTIVITÉS	JOURS ET HEURES	ÂGES	TARIFS SÉANCES*	LIEU DE PRATIQUE	RÉSERVATIONS / INFORMATIONS
ARTISTES EN HERBE Visite guidée et arts plastiques					
<p>MINECRAFT TON MUSÉE Après une découverte des bizarreries architecturales du palais des Evêques, à toi de réinventer le lieu d'un musée idéal grâce à Minecraft. Un monde virtuel pour un musée sans limite !</p>	mar. 14 10h > 12h	12 > 15	2 C ou 3,20 €	Musée départemental breton Rue Gradlon Quimper	Musée départemental breton 02 98 95 21 60 Réservation en ligne obligatoire https://musee-breton.finistere.fr/programmation — Nombre de place limité, sans les parents – Ateliers créés par une plasticienne – Minecraft ton musée : Atelier en partenariat avec les médiathèques de Quimper Bretagne Occidentale
<p>ARCHI SOLIDE Après une découverte des bizarreries du musée, qui a subi de multiples transformations au fil des époques, c'est à toi d'imaginer ton architecture idéale. Muni d'un polaroid, photographie les éléments indispensables, puis grâce au collage et au dessin, recrée ton bâtiment rêvé.</p>	mer. 15 et 22 mar. 21 10h > 12h	7 > 11			
<p>VISITE-ENQUÊTE : MAIS QUI A TUÉ JO L'ARCHITECTE ? Jo, l'architecte du musée, a été assassiné au musée ! Plusieurs suspects semblent possibles : l'évêque, l'ange, la bigoudène et même la médiatrice du musée ? Dans quelle pièce du musée et avec quelle arme ? Vous avez une heure pour résoudre l'enquête !</p>	jeu. 16 et 23 11h > 12h	+ 10 ans	2 C (- 18) ou 3,20 € 7 € (+ 18)		

* Tarif exprimé en nombre de coupons unitaires (valeur 1,60€)

ACTIVITÉS	JOURS ET HEURES	ÂGES	TARIFS SÉANCES*	LIEU DE PRATIQUE	RÉSERVATIONS / INFORMATIONS
ARTISTES EN HERBE Visite guidée et arts plastiques					
LES VOYAGEURS DU TEMPS Le guide-conférencier de la Maison du patrimoine a retrouvé un carnet de voyage dans le grenier familial ... Voyagez dans le temps, explorez le quartier de la gare et aidez le guide à retracer l'histoire de ses aïeux à travers un jeu de piste palpitant.	mar. 14 et 21 jeu. 16 et 23 14h > 16h	6 > 12	2 C ou 3,20 €	L'Embarcadère - Maison du projet Gare - Parc 4 rue Jacques-Cartier Quimper	Ville de Quimper Maison du patrimoine 02 98 95 52 48 Réservation en ligne obligatoire https://www.quimper.bzh/1584-reservez-vos-visites-du-patrimoine.htm —
L'HEURE DES TOUT-PETITS Visite guidée ludique					
LES YEUX EN L'AIR ! Mewen, notre architecte, s'est perdue dans le musée ! Aidez la médiatrice à la retrouver dans les méandres du palais des Evêques. Monter, descendre, lever les yeux, observer, chercher, interroger? un parcours tout en escaliers qui f'emmènera au sommet !	mar. 14 et 21 11h > 12h	3 > 6	2 C ou 3,20 €	Musée départemental breton Rue Gradlon Quimper	Musée départemental breton 02 98 95 21 60 Réservation en ligne obligatoire https://musee-breton.finistere.fr/fr/programmation — Merci de n'inscrire que l'enfant en précisant son âge
MINI MUSÉE Faire ses premiers pas au musée? Voici ce que vous propose une médiatrice. En rampant, en roulant en poussette ou en zigzagant dans les allées du musée, un moment privilégié à hauteur de bébé pour découvrir un nouvel environnement tout en couleur et en histoire !	mer. 15 et 22 11h > 11h30	0 > 3	1 C par enfant		

* Tarif exprimé en nombre de coupons unitaires (valeur 1,60€)

ACTIVITÉS	JOURS ET HEURES	ÂGES	TARIFS SÉANCES*	LIEU DE PRATIQUE	RÉSERVATIONS / INFORMATIONS
COUTURE					
CRÉER UN OBJET EN TISSU QUI VOUS PLAÎT !	lun. 13 et 20 mer. 15 et 22 jeu. 16 et 23 14h30 > 16h30	7 > 17	8 C la séance de 2h	L'atelier Au Fil de la couture 14 rue de la Victoire Briec	Au fil de la couture Réservation obligatoire aufil.delacouture@orange.fr Sabine Robert 06 87 93 95 52
MUSIQUE					
DÉCOUVERTE ET PRATIQUE INSTRUMENTALE Séance adaptée aux tout-petits. Les bébés pourront s'initier aux sons à travers des chansons, manipuler et écouter des instruments et ainsi aiguïser leurs sens	mer. 15 9h45 > 10h45	Parents / bébés 0 > 3	3 C la séance	Salle Arpège Plogonnec	Ulamir e Bro Glazik Inscription obligatoire 02 98 91 14 21 ou contact@ulamir-ebg.org
	STAGE				
DÉCOUVERTE ET PRATIQUE INSTRUMENTALE Autour de chansons de façon ludique. Apprentissage en formation musicale collective	du lun. 13 au ven. 17. 11h > 12h	3 > 6	16 C le stage de 5 séances		Pour le stage 3 > 6 Les parents peuvent participer au cours ainsi que les frères et sœurs plus petits. Les bébés apprécient particulièrement la séance. Activité encadrée par Philippe Groulard, musicien professionnel. Matériel fourni (protocole sanitaire spécifique)

* Tarif exprimé en nombre de coupons unitaires (valeur 1,60€)

ACTIVITÉS	JOURS ET HEURES	ÂGES	TARIFS SÉANCES*	LIEU DE PRATIQUE	RÉSERVATIONS / INFORMATIONS
MUSIQUE					
DÉCOUVERTE ET PRATIQUE INSTRUMENTALE Autour de chansons de façon ludique. Apprentissage en formation musicale collective. Nombreux instruments musique à disposition.	STAGE du lun. 13 au ven. 17. 13h30 > 15h30	7 > 14 (débutants)	32 C le stage de 5 séances	Salle Arpège Plogonnec	Ulamir e Bro Glazik Inscription obligatoire 02 98 91 14 21 ou contact@ulamir-ebg.org
	PERFECTIONNEMENT Pratique instrumentale autour de chansons de façon ludique. Apprentissage en formation musicale collective. Répertoire rock et hip hop. Nombreux instruments de musique amplifiée à disposition (guitare électrique, batteries, synthétiseurs)	STAGE du lun. 13 au ven. 17 15h45 > 17h45	8 > 17	32 C le stage de 5 séances	



* Tarif exprimé en nombre de coupons unitaires (valeur 1,60€)

ACTIVITÉS	JOURS ET HEURES	ÂGES	TARIFS SÉANCES*	LIEU DE PRATIQUE	RÉSERVATIONS / INFORMATIONS
PETITS DÉBROUILLARDS					
Association Les Petits débrouillards Sud Finistère 06 33 98 22 62 - quimper@lespetitsdebrouillardsgrandouest.org Inscription obligatoire sur https://www.lespetitsdebrouillardsgrandouest.org/pres-de-chez-moi/finistere/ (en cliquant sur le stage de votre choix) ou au 06 33 98 22 62					
STAGE					
POLICE SCIENTIFIQUE Sauras-tu résoudre l'enquête grâce à un jeu de question réponse ? En récupérant les différents indices et en les analysant ton équipe de Police scientifique et toi aurez en main tout pour trouver le coupable du crime !	du lun. 13 au mar. 14 9h 30 > 12h	6 > 9	16 C le stage de 2 séances	SIVOM Pays Glazik Place de Ruthin Bric	Nombre de places limité (12 max plus de 6 ans). 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-atoutsport-qbo/ (copiez-collez l'adresse dans la barre de votre navigateur)
STAGE					
FUSÉES et PROPULSION Viens découvrir par différentes expériences le phénomène d'action-réaction et fabriquer différents objets à propulser à l'horizontal comme à la verticale !	du lun. 13 au mar. 14 14h > 16h 30	9 > 15	15 C le stage de 2 séances	Centre des Abeilles 4 rue Sergent Le Flao Quimper	
STAGE					
VIE DANS L'ESPACE 10, 9, 8, 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1, décollage ! Embarque à bord de la fusée des Petits débrouillards et viens découvrir la vie dans l'espace, entre astronomie et découverte des conditions de vie d'un astronaute, l'univers n'aura plus aucuns secret pour toi	du mer. 15 au ven. 17 9h 30 > 12h	6 > 9	22 C le stage de 3 séances	Maison de quartier du Corniguel 2 chemin Kerlagatu Quimper	
STAGE					
ROBOTIQUE C'est quoi un robot ? Comment ça fonctionne ? Comment ça se programme ? Rejoins-nous pour expérimenter tout ça sur des Thymios	du mer. 15 au ven. 17 14h > 16h 30	9 > 15	24 C le stage de 3 séances		

* Tarif exprimé en nombre de coupons unitaires (valeur 1,60€)

ACTIVITÉS	JOURS ET HEURES	ÂGES	TARIFS SÉANCES*	LIEU DE PRATIQUE	RÉSERVATIONS / INFORMATIONS
STAGE					
DINOSAURES N'as-tu jamais rêvé de devenir un.e paléontologue et de découvrir des restes de dinosaures ? Comprendre comment ceux-ci vivaient il y a 66 millions d'années ?	du lun. 20 au mer. 22 9h30 > 12h	6 > 9	22 C le stage de 3 séances	Centre des Abeilles 4 rue Sergent Le Flao Quimper	Nombre de places limité (8 max pour moins de 6 ans / 12 max plus de 6 ans). 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-atoutsport-qbo/ (copiez-collez l'adresse dans la barre de votre navigateur)
STAGE					
EXPÉRIENCES À GOGO Magie scientifique, chimie, électronique, phénomènes physiques sensationnels ! Viens expérimenter, bidouiller avec nous et exprimer toute ta créativité le temps de ce mini stage.	du lun. 20 au mer. 22 14h > 16h30	9 > 15	22 C le stage de 3 séances	L'Athéna Route de Croas Spenn Ergué-Gabéric	
STAGE					
SCIENCE ET MAGIE Bienvenue dans le labo des Petits débrouillards pour découvrir tout un panel de tours de magie scientifiques : canette en équilibre, encre magique, lampe lave? Deviens le magicien ou la magicienne d'un jour et de toujours !	du jeu. 23 au ven. 24 9h30 > 12h	6 > 9	15 C le stage de 2 séances	Halles Saint-François Quimper	
STAGE					
ÉLECTRONIQUE Viens découvrir le fonctionnement d'un circuit électrique, t'approprier les outils de travail en électronique de base, démonter des appareils électroniques pour comprendre leur fonctionnement et fabriquer un appareil électromagnétique !	du jeu. 23 au ven. 24 14h > 16h30	9 > 15	18 C le stage de 2 séances		

* Tarif exprimé en nombre de coupons unitaires (valeur 1,60€)

ACTIVITÉS	JOURS ET HEURES	ÂGES	TARIFS SÉANCES*	LIEU DE PRATIQUE	RÉSERVATIONS / INFORMATIONS
THÉÂTRE					
	STAGE				
STAGE DE DÉCOUVERTE DE L'ACTIVITÉ THÉÂTRE : 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	du lun. 20 au mar. 21 10h30 > 15h30	7 > 12	20 C le stage	Complexe Salvador Allende Pluguffan	Ulamir e Bro Glazik Réservation obligatoire par tél ou mail : 02 98 91 14 21 contact@ulamir-ebg.org Activité assurée par Sophie Jézéquel encadrante professionnelle – Pensez à votre pique-nique pour la pause déjeuner
	STAGE				
CONTES ET LÉGENDES BRETONNES Korrigans, fées et autres étranges créatures se cachent dans nos forêts bretonnes... Et quand ils décident de jouer des tours aux humains, mieux vaut être le plus malin.	du mer. 22 au ven. 24 10h30 > 15h30	7 > 13	30 C le stage	Foyer communal Rue des Écoles Plogonnec	Plogonnec sur Scène Réservation obligatoire : plogonnecsurscene@gmail.com 07 86 83 49 52 Activité encadrée par un professionnel – Petite représentation en fin de stage – Pensez à votre pique-nique pour la pause déjeuner
THÉÂTRE D'IMPRO Venez découvrir l'improvisation théâtrale et vous essayer à la création de petites scénettes, en groupe, sans texte prédéfini et en faisant appel à votre imagination	lun 13 et 20 mar. 14 et 21 mer. 15 et 22 ven. 17 et 24 14h > 15h30	12 > 17	4 C la séance	Maison de quartier du Moulin Vert Quimper	AZKrouiñ - Association Créative Réservation obligatoire au 06 63 99 59 44

* Tarif exprimé en nombre de coupons unitaires (valeur 1,60€)



STAGES D'INITIATION SPORTIVE STAJOÙ DESKIÑ DIOUZH AR SPORTOÙ

ATOUT SPORT ! VACANCES D'HIVER ! DU 11 AU 26 FÉVRIER 2023

ATOUT SPORT ! VAKAÑSOÙ GOAÑV ! EUS AR 11 BETEK AN 26 A VIZ C'HWEVRER 2023

INFORMATIONS

- Pour chaque activité, se référer au numéro de téléphone indiqué dans le planning
- **Informations sur le dispositif**
02 98 98 89 28 – Direction des sports
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 ne sont pas liés à une activité précise, ils permettent de régler toutes les activités proposées (sauf natation). Ils ne sont pas remboursables, mais sans durée de validité, ils pourront être utilisés sur une prochaine période de vacances.
- Pour la plupart des activités, la réservation est obligatoire (voir modalités dans le programme).
- Pour participer aux activités Atout Sport, une autorisation parentale pour les moins de 18 ans ou une fiche d'inscription pour les adultes, doit être complétée et signée. Elle est à remettre à la structure d'accueil. Ces documents sont téléchargeables sur le site internet <http://atoutsport.qbo.bzh>

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.
- Fournir un brevet de 25 m ou un test anti-panique pour pratiquer les activités nautiques.
- 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.
- 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 €. Un super coupon d'une valeur de 10 coupons unitaires, soit 16 € (couleur jaune) peut également être acheté pour faciliter le paiement des stages.
- Ils permettent d'accéder aux activités du programme selon les tarifs indiqués.
- Les usagers disposant encore de coupons "mauves" achetés précédemment, pourront les utiliser jusqu'à épuisement de leur stock pour régler les activités auprès des structures partenaires, au même titre que le coupon "vert".

VENTE DES COUPONS ATOUT SPORT à partir du lundi 30 janvier 2023

- Modes de règlement acceptés : espèces, chèques et chèques vacances

► 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
PLOGONEC 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 SUR QUIMPER

PISCINE AQUARIVE CREAC'H GWEN
CEZAM SUD FINISTÈRE 110 BD
 DE CREAC'H GWEN
OFFICE DU TOURISME 8 RUE ELIE FRÉRON



QUIMPER BRETAGNE
OCCIDENTALE
KEMPER BREIZH IZEL

