



Guide des associations accueillantes

# activités physiques adaptées : handicaps et troubles de santé

*en Côtes d'Armor - 2018-2019*



**Côtes d'Armor**  
le Département



# Édito

*En deux ans, ce guide des associations accueillantes « activités physiques et handicaps » a trouvé son rythme de croisière. L'implication des associations auprès de ce public croît régulièrement. Cette troisième édition met en lumière de nouveaux partenaires, de nouvelles activités en direction d'un public encore plus varié. Cet outil permet l'inter-connaissance entre associations et personnes en situation de handicap. Prochaine étape : travailler encore la communication pour que chacun puisse aller vers la pratique.*

*La version 2018-2019 du guide s'enrichit d'un nouveau chapitre qui vise le public ayant des troubles de santé, domaine encore peu exploré par le milieu associatif, comme le fût longtemps le handicap. Nous espérons que cette nouvelle ouverture permettra à ce public fragilisé de trouver une offre adaptée.*

*Ces listes de partenaires ne sont bien entendu, pas exhaustives. D'autres acteurs ne se sont pas faits connaître, ou n'ont pas été identifiés. Ce travail de fourmi, nous pouvons l'accélérer grâce à vous, grâce à votre réseau.*

*N'hésitez pas à en parler, à montrer l'intérêt de ce guide qui s'ouvre doucement à un plus grand nombre de costarmoricains.*

*Grâce aux diverses fédérations qui ont rejoint le mouvement, les grandes entités Sport Adapté et Handisport ne sont plus seules pour engager les personnes les plus fragiles vers l'activité. Loisir à part entière, l'activité physique c'est la santé, la forme physique et mentale, le maintien de l'autonomie et la lutte contre la sédentarité.*

*Faire du sport, c'est aussi les rencontres, les échanges. Les associations sportives sont pour cela de formidables vecteurs de lien social.*

*En complément de ce guide, la MDPH peut également accompagner les personnes (ou groupes de personnes) en situation de handicap dans la construction de leur projet d'activité adaptée.*

*Cette offre de loisirs physique et sportif comporte encore des « zones blanches ». C'est tous ensemble, structures publiques ou privées que nous pourrons parer à cette absence d'offres et faire grandir l'accès aux sports pour tous en Côtes d'Armor.*

*Je salue à nouveau, avec l'ensemble des élus départementaux et des autres collectivités, tous les acteurs du sport pour leur travail et leur engagement à proposer des activités physiques et sportives adaptées. Faciliter l'accès de tous aux activités physiques c'est améliorer la qualité de vie de chacun et le mieux vivre ensemble.*

Alain Cadec



Président du Département  
Député européen

# Sommaire

Édito .....	2
Avant-propos.....	4
Mode d'emploi .....	5
Partie 1 - Déficiences motrice, visuelle, auditive,mentale, psychique .....	7
Lexique par communes .....	8
Lexique par activités .....	9
Partie 2 - Troubles de santé .....	51
Lexique par communes .....	52
Lexique par activités .....	53
Les partenaires .....	68
Activité physique et handicap : évaluer ses capacités physiques et motrices .....	71

# Avant-propos

*Ce guide est un document informatif dont l'objet est de présenter aux personnes en situation de handicap ou ayant des troubles de santé, les associations et structures sportives costarmoricaines ou limitrophes en mesure de les accueillir dans leur discipline.*

*Nous vous invitons à prendre contact avec elles afin d'échanger sur les modalités de pratique et d'accueil.*

***Ce temps d'échange est important*** pour que les structures puissent répondre au mieux aux adaptations techniques ou humaines possibles selon le handicap ou le trouble de santé.

***Seuls la rencontre avec les responsables et l'essai de l'activité*** permettront de vérifier si celle-ci est adaptée à vos besoins et envies. À savoir que parfois, malgré la bienveillance des accueillants, la pratique de l'activité pourra toutefois s'avérer délicate voire impossible.

*À la fin de ce guide vous trouverez également des informations sur :*

- les comités sportifs spécifiques Sport Adapté et Handisport*
- l'accompagnement proposé par la MDPH aux personnes en situation de handicap pour vous aider à mieux cerner votre projet d'activité au cas où aucune discipline sportive de ce guide ne vous conviendrait.*

*Ce guide a été construit avec les éléments déclaratifs fournis par les structures accueillantes. L'utilisation de ces données ne peut engager la responsabilité du Département ou de la MDPH.*



# Mode d'emploi

Ce guide se compose de 2 parties distinctes:  
**PARTIE 1** à destination des personnes ayant une déficience\* pouvant engendrer un handicap  
**PARTIE 2** à destination des personnes ayant des troubles de santé\*\*.

Les activités physiques et sportives sont présentées par ordre alphabétique sous deux formes:

- un tri par commune en pages 8 et 52
- un tri par discipline en pages 9 et 53

Chaque activité fait l'objet d'une description avec:

- la commune **où se déroule l'activité**
- la discipline proposée
- la catégorie d'âge
- le type de déficience\*, difficulté ou handicap, trouble de santé\*\* pour lequel le club mettra en œuvre ses compétences.
- le nom de la structure
- les coordonnées
- des informations complémentaires

\* la déficience est une perte de substance ou l'altération d'une structure ou d'une fonction psychologique, physiologique ou anatomique.

La déficience induit des difficultés motrices, auditives, visuelles intellectuelles ou psychiques dont la durée peut-être temporaire ou permanente.

\*\* Troubles de santé: pathologie temporaire ou chronique qui induit une adaptation de l'activité.

## › Exemple de présentation

Communes	ERQUY	HILLION
Disciplines	Char à voile	Taiso
Catégorie d'âge	Enfants Adolescents Adultes	Seniors
Type de déficience ou trouble de santé accueillie	Motrice Visuelle Auditive Mentale Psychique	Cancers Cardiaque Surpoids Obésité
Structures	Centre Nautique d'Erquy	Judo club Hillion Saint-René
Contact	02 96 72 32 62 cnerquy@gmail.com	jchillionsaintrene @yahoo.com
Informations complémentaires	Individuel ou groupes : se renseigner	



# Partie 1

## Déficiences

motrice, visuelle, auditive,  
mentale, psychique  
pouvant engendrer un handicap

# Lexique par communes

AUCALEUC page 10  
BÉGARD page 10  
BINIC page 10  
BON-REPOS-SUR-BLAVET page 11  
BOURBRIAC page 11  
BROONS page 11  
CHÂTELAUDREN page 11  
DINAN page 12  
ERQUY page 13  
ÉVRAN page 13  
FRÉHEL page 14  
GUERLÉDAN page 14 15  
GUINGAMP page 15 16 17  
HILLION page 17  
JUGON-LES-LACS page 17  
LAMBALLE page 18 19  
LANGUEUX page 19  
LANNION page 20 21  
LANRODEC page 21  
LANVALLAY page 21  
LA ROCHE-DERRIEN page 18

LE HAUT-CORLAY page 22  
LOUARGAT page 22  
LOUDÉAC page 22 23 24  
MERDRIGNAC page 24  
MINIHY-TRÉGUIER page 24  
PAIMPOL page 25  
PENVENAN page 25  
PERROS-GUIREC page 26  
PLAINTEL page 26 27  
PLANCOËT page 27  
PLÉRIN page 27 28 29  
PLESSALA page 29  
PLOUAGAT page 30  
PLOUASNE page 30  
PLOUER-SUR- RANCE page 30  
PLOUFRAGAN page 30 31  
PLOUHA page 31  
PLOUMILLIAU page 32  
PLOURIVO page 32  
PLUFUR page 32  
PLUZUNET page 32 33

PONTRIEUX page 33  
PORDIC page 34  
QUESOY page 34  
QUÉVERT page 35  
ROSTRENEN page 35  
SAINT-BRIEUC page 35 36 37 38  
39 40 41 42  
SAINT-CAST-LE-GUILDON page 42  
SAINT-NICOLAS-DU-PÉLEM page 42  
SAINT-QUAY-PORTRIEUX page 43  
TRÉBEURDEN page 43  
TRÉGASTEL page 44  
TRÉGUEUX page 45  
TRÉMARGAT page 45

## HORS DÉPARTEMENT

BOISGERVILLY (35) page 46  
GUERLESCIN (29) page 46 47  
LOCQUIREC (29) page 47  
PONTIVY (56) page 48  
QUÉDILLAC (35) page 48

# Lexique par activités

- Aïkido page 12 18 22 24 26 34 35  
Aquaforme page 35  
Atelier équilibre page 16, 24, 30  
Athlétisme page 10 15  
Baby basket page 26  
Badminton page 29 34  
Balade équithérapie page 17  
Basket page 26 36 46  
Basket fauteuil page 20 26  
Boccia page 10 12 22 32 36 46  
Bodyboard page 47  
Boule bretonne page 35  
Canoë kayak page 18 45  
Chanbara page 11 20 22 33  
Char à voile 13  
Course d'orientation 14 45  
Découverte de l'environnement page 10 11 13 17 23 24 27 35  
Descente en rappel page 14  
Échec page 15  
Équitation page 26 32 42  
Escalade page 14  
Escrime page 16 20 36  
Expression corporelle page 37  
Football page 45  
Foot fauteuil page 12  
Futsal page 37  
Géocaching page 45  
Glisse sur glace page 19  
Grimpe d'arbre page 44 45  
Gymnastique adaptée page 30, 31, 37  
Handball page 42  
Handbike page 11 48  
Judo page 11 16 17 20 22 24 27 28 30 33  
Jujitsu page 16, 24, 30  
Kart page 18  
Kayak page 13 25 44  
Kinball page 10  
Marche nordique page 45  
Montgolfière page 41  
Multisports page 21 23 27 37 48  
Multisports santé page 33 56  
Natation page 16 18 21 23 38 42  
Nihon page 30  
Parapente page 28  
Pêche page 10 11 13 17 23 24 27 35 45  
Pétanque page 19 30 31 38  
Plongée page 16 39 43  
Qi-gong page 28  
Randonnée pédestre et balade page 39, 45  
Remise en forme page 39  
Roller page 39  
Sarbacane page 10 12 33 40 46 47  
Self défense page 30  
Sophrologie page 40  
Stand up paddle page 44 47  
Surf page 47  
Taï Chi Chuan page 17 40  
Tai jitsu page 30  
Taiso page 11 16 20 22 24 30 33  
Tennis page 24 25 28 29  
Tennis de table page 22 27 29 31 40 43  
Tennis fauteuil page 21 33  
Tir à l'arc page 10 15 19 25 34 45  
Tir sportif à la carabine page 14  
Torball page 19 34 41  
Voile page 11 13 25 31 43 44  
Volley-ball page 21 41  
VTT page 15  
Yoga page 41  
Zumba page 42



Communes	AUCALEUC	AUCALEUC	BÉGARD	BINIC
Disciplines	Boccia	Sarbacane	Athlétisme	Tir à l'arc / Pêche / Kinball / Découverte de l'environnement (Mer, forêt, eau)
Catégorie d'âge	Enfants Adolescents Adultes Seniors	Enfants Adolescents Adultes Seniors	Enfants (à partir de 7 ans) Adolescents Adultes Seniors	Enfants Adolescents
Type de déficience accueillie	Motrice Psychique	Motrice Psychique	Contactez le club	Visuelle Auditive Motrice Mentale
Structures	Handisport loisirs		Association Sportive Bégarroise (ASB)	Association Cap Découverte
Contact	06 29 41 30 86 ou 06 24 11 37 91 co.chapon@laposte.net luc.hamoniaux22@gmail.com		02 96 45 49 11 offret.thierry@orange.fr	02 96 69 28 48 assocapdecouverte@gmail.com
Informations complémentaires				Activités durant les petites et grandes vacances scolaires



Communes	BON-REPOS-SUR-BLAVET	BOURBRIAC	BROONS	CHÂTELAUDREN
Disciplines	Handbike (cycle adapté handicap moteur)	Judo / Taïso / Chanbara	Découverte de l'environnement / Pêche au coup	Voile
Catégorie d'âge	Adultes Seniors	Tout âge	Tout âge à partir de 3 ans	Enfants Adolescents Adultes
Type de déficience accueillie	Motrice	Visuelle - Auditive Motrice - Mentale Psychique	Visuelle - Auditive Motrice - Mentale Psychique	Toutes déficiences
Structures	Canalhandivelo	Lannion judo club du Trégor	Maison Pêche et Nature des Côtes d'Armor	Leff Armor Communauté
Contact	06 81 18 99 16 a.courant209@laposte.net	06 84 89 70 51 legall.gil@orange.fr	02 96 50 60 04 contact@ maisonpechenature.com	02 96 79 77 77 accueil2@leffarmor.fr
Informations complémentaires	Location possible toute l'année		20 sites de pêche accessibles aux PMR dans notre département liste dans rubrique Handipêche du site Internet : federation-peche22.com	



Communes	DINAN	DINAN	DINAN	DINAN
Disciplines	Aïkido	Boccia	Foot fauteuil	Sarbacane
Catégorie d'âge	Tout âge	Enfants Adolescents Adultes Seniors	Enfants Adolescents Adultes	Enfants Adolescents Adultes Seniors
Type de déficience accueillie	Visuelle Auditive Motrice Mentale Psychique	Motrice	Motrice	Motrice
Structures	Aïkido Dinan Armor	Dinhandisport		
Contact	02 96 84 59 10 familiaritouti@orange.fr	02 96 87 46 56 dinhandisport@gmail.com		
Informations complémentaires				





Communes	ERQUY	ERQUY	ERQUY	ÉVRAN
Disciplines	Char à voile	Kayak	Voile sur catamaran et bateau collectif	Découverte de l'environnement / Pêche au coup
Catégorie d'âge	Enfants Adolescents Adultes	Enfants Adolescents Adultes	Enfants Adolescents Adultes	Tout âge à partir de 3 ans
Type de déficience accueillie	Visuelle - Auditive Motrice - Mentale Psychique			
Structures	Centre Nautique d'Erquy			Maison Pêche et Nature des Côtes d'Armor
Contact	02 96 72 32 62 cnerquy@gmail.com			02 96 50 60 04 contact@maisonpechenature.com
Informations complémentaires	Individuel ou groupes : se renseigner			20 sites de pêche accessibles aux PMR dans notre département liste dans rubrique Handipêche du site Internet : federation-peche22.com





Communes	FRÉHEL	GUERLÉDAN	GUERLÉDAN	GUERLÉDAN
Disciplines	Tir sportif à la carabine (10 mètres)	Course d'orientation	Descente en rappel	Escalade
Catégorie d'âge	À partir de 8 ans	Enfants Adolescents Adultes Seniors	Enfants Adolescents Adultes	Enfants Adolescents Adultes
Type de déficience accueillie	Auditive Motrice	Auditive Motrice Mentale Psychique	Visuelle Auditive Motrice Mentale Psychique	Visuelle Auditive Motrice Mentale Psychique
Structures	Fréhel Multisports	Base Départementale de Plein Air de Guerlédan		
Contact	06 34 22 25 15 patrick.ferrer85@sfr.fr	02 96 67 12 22 base.guerledan@wanadoo.fr		
Informations complémentaires	Site accessible au handicap moteur			

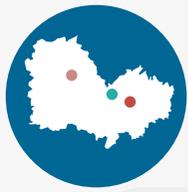


Communes	GUERLÉDAN	GUERLÉDAN	GUINGAMP	GUINGAMP
Disciplines	Tir à l'arc	VTT	Athlétisme	Échecs
Catégorie d'âge	Enfants Adolescents Adultes Seniors	Enfants Adolescents Adultes Seniors	Adolescents Adultes Seniors	Tout âge à partir de 5 ans
Type de déficience accueillie	Visuelle Auditive Motrice Mentale Psychique	Auditive Motrice Mentale Psychique	Mentale Psychique	Toutes déficiences
Structures	Base Départementale de Plein Air de Guerlédan		Trégor Goëlo Athlétisme	Échiquier Guingampais
Contact	02 96 67 12 22 base.guerledan@wanadoo.fr		Gilbert Le Floch 06 82 84 13 80 lefloch.gilbert22 @ gmail.com	02 96 44 47 15 06 68 92 10 20 gwengampechedou @ gmail.com
Informations complémentaires			Section affiliée Fédération Sport Adapté	



Communes	GUINGAMP	GUINGAMP	GUINGAMP	GUINGAMP
Disciplines	Escrime	Judo / Taïso / Jujitsu / Atelier équilibre	Natation perfectionnement	Plongée
Catégorie d'âge	Enfants Adolescents Adultes Seniors	Enfants Adolescents Adultes Seniors	Enfants Adolescents	Tout âge à partir de 8 ans
Type de déficience accueillie	Visuelle Motrice	Visuelle Auditive Motrice Mentale Psychique	Contactez le club	Visuelle Auditive Motrice Mentale Psychique
Structures	Armor Escrime Guingamp Escodans - Kergos	DPG-DOJO du Trieux	Club des Nageurs Guingampais	Subaquatic Club Guingampais
Contact	02 96 52 62 56 aeg.bureau@gmail.com	06 81 52 29 19 stephanelatruffe @orange.fr	07 89 73 85 78 guingamp.natation @gmail.com	06 37 56 38 16 mignot.dom@wanadoo.fr
Informations complémentaires			Pas d'apprentissage Nécessité de savoir nager pour pratiquer dans ce club	





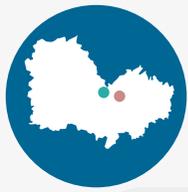
Communes	GUINGAMP	HILLION	HILLION	JUGON-LES-LACS
Disciplines	Taï Chi Chuan	Balade équithérapie	Judo	Découverte de l'environnement / Pêche au coup
Catégorie d'âge	Adultes Seniors	Tout âge	Enfants - Adolescents Adultes - Seniors	Tout âge à partir de 3 ans
Type de déficience accueillie	Visuelle	Visuelle - Auditive Mentale - Psychique	Visuelle Auditive Motrice	Visuelle - Auditive Motrice - Mentale Psychique
Structures	Ling Zhi Wu	Poney Club du Gouet	Judo club Hillion Saint René	Maison Pêche et Nature des Côtes d'Armor
Contact	Jasmine PHAN CHAN 06 07 41 89 25 taichi.lzw22@gmail.com	06 62 47 19 40 lenepvou.maud@9business.fr	jchillionsaintrene@yahoo.com	02 96 50 60 04 contact@maisonpechenature.com
Informations complémentaires				20 sites de pêche accessibles aux PMR dans notre département liste dans rubrique Handipêche du site Internet : federation-peche22.com





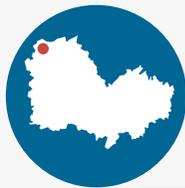
Communes	LA ROCHE-DERRIEN	LAMBALLE	LAMBALLE	LAMBALLE
Disciplines	Canoë kayak	Aïkido	Baptême / Initiation conduite de kart	Natation
Catégorie d'âge	Tout âge à partir de 8 ans	Tout âge	Tout âge	Tout âge
Type de déficience accueillie	Visuelle Auditive Motrice Mentale Psychique	Visuelle Auditive Motrice Mentale Psychique	Visuelle Auditive Mentale	Visuelle Auditive Motrice
Structures	La Roche-Derrien canoë kayak	Aïkido de Penthièvre Lamballe	GP Circuit Lamballe	Penthièvre Handisport
Contact	02 96 91 51 48 06 88 65 09 97 kayakrochederrien@ gmail.com	02 96 34 71 74 serge.pinochet@sfr.fr	02 96 50 09 09 gp.circuit@wanadoo.fr	06 61 83 90 89 02 96 34 33 03 francismorin22@orange.fr
Informations complémentaires	Référent Handi-Kayak : Julien Rocaboy 06 88 65 09 97		www.gp-circuit.fr	Club affilié Fédération Handisport





Communes	LAMBALLE	LAMBALLE	LAMBALLE	LANGUEUX
Disciplines	Pétanque	Tir à l'arc	Torbball	Glisse sur glace
Catégorie d'âge	Enfants Adolescents	À partir de 11 ans	Tout âge	Enfants Adolescents Adultes
Type de déficience accueillie	Visuelle Auditive Motrice Mentale Psychique	Visuelle Auditive Motrice Mentale Psychique	Visuelle	Visuelle Auditive Motrice Mentale Psychique
Structures	Pétanque Lamballaise	Compagnie des Archers du Penthièvre	Section sportive Torbball costarmoricain	Club des Sports de Glace d'Armor
Contact	06 19 23 91 20 06 80 01 45 30 petanquelamballaise @laposte.net	06 81 16 66 16 06 77 91 39 54 lydielemarchand@live.fr philippe.latte@orange.fr	06 27 39 52 96 dusportsansrienvoir @gmail.com	06 21 09 30 50 caronchristelle6653 @neuf.fr
Informations complémentaires	<a href="http://club.quomodo.com/petanquelamballaise/">http://club. quomodo.com/ petanquelamballaise/</a>			Prêt de luge possible





Communes	LANNION	LANNION	LANNION	LANNION
Disciplines	Basket fauteuil	Escrime	Judo	Judo / Taiso / Chanbara
Catégorie d'âge	Adolescents Adultes Seniors	Enfants (à partir de 7 ans) Adolescents Adultes Seniors	Enfants Adolescents Adultes	Tout âge
Type de déficience accueillie	Motrice	Visuelle Auditive Motrice Mentale Psychique	Mentale Psychique	Visuelle Auditive Motrice Mentale Psychique
Structures	CTH Lannion	Asptt Lannion escrime	Asptt Lannion Judo	Lannion judo club du Trégor
Contact	06 37 78 11 50 gerard.guivarch @ wanadoo.fr	06 25 70 86 86 02 96 05 83 83 jeanlouis.legros@sfr.fr asptt.lannion@wanadoo.fr	02 96 05 83 83 aspttlannion.judo @ orange.fr	06 84 89 70 51 legall.gil@orange.fr
Informations complémentaires	Club affilié Fédération Handisport	Salle accessible par un ascenseur		





Communes	LANNION	LANNION	LANRODEC	LANVALLAY
Disciplines	Natation	Volley-ball assis	Multisports	Tennis fauteuil
Catégorie d'âge	Adultes	Adultes	Section enfants à partir de 6 ans Section adolescents et adultes	Enfants Adolescents Adultes Seniors
Type de déficience accueillie	Auditive Motrice Psychique	Motrice	Mentale Psychique	Motrice
Structures	À l'Eau Lannion	Asptt Lannion Volley-ball	Club Omnisport de Lanrodec	Tennis Club du Grand Lanvally
Contact	06 70 06 69 01 bureau@aleaulannion	06 82 34 81 52 odile.avignant @wanadoo.fr	06 88 53 22 96 ianael13@yahoo.fr	06 62 88 52 16 tennislanvally @gmail.com collignon.t@gmail.com
Informations complémentaires	Activité hebdomadaire + petites vacances scolaires Équipement accessible		Section affiliée Fédération Sport Adapté	





Communes	LE HAUT-CORLAY	LOUARGAT	LOUDÉAC	LOUDÉAC
Disciplines	Tennis de table	Judo / Taïso / Chanbara	Aïkido	Boccia
Catégorie d'âge	Adultes Seniors	Tout âge	À partir de 7 ans	Enfants Adolescents Adultes Seniors
Type de déficience accueillie	Auditive Motrice Mentale	Visuelle Auditive Motrice Mentale Psychique	Visuelle Auditive Motrice Mentale Psychique	Visuelle Auditive Motrice
Structures	Tennis de Table Corlay	Lannion judo club du Trégor	Aïkido Club Loudéac	Club Loudéac Handisport
Contact	06 12 62 00 03 michel.lefranc16 @ gmail.com	06 84 89 70 51 legall.gil@ orange.fr	06 21 34 53 36 olivier.pichon450 @ orange.fr	06 70 75 05 51 evelyneangoujard @ yahoo.fr
Informations complémentaires				Club affilié Fédération Handisport





Communes	LOUDÉAC	LOUDÉAC	LOUDÉAC	LOUDÉAC
Disciplines	Découverte de l'environnement / Pêche au coup	Multisports	Natation	Natation
Catégorie d'âge	Tout âge à partir de 3 ans	À partir de 17 ans Adultes	Adolescents Adultes	Adolescents Adultes
Type de déficience accueillie	Visuelle - Auditive Motrice - Mentale Psychique	Visuelle Auditive Motrice	Mentale Psychique	Visuelle Auditive Motrice
Structures	Maison Pêche et Nature des Côtes d'Armor	Club Loudéac Handisport	Association Loudéacienne Sport Adapté	Club Nautique Pays de Loudéac
Contact	02 96 50 60 04 contact@maisonpechenature.com	06 70 75 05 51 evelyneangoujard@yahoo.fr	02 96 28 90 27 02 96 28 21 35 monique.josselin@wanadoo.fr coguicdaniel@aol.com	06 70 75 05 51 evelyneangoujard@yahoo.fr
Informations complémentaires	20 sites de pêche accessibles aux PMR dans notre département liste dans rubrique Handipêche du site Internet : federation-peche22.com	Club affilié Fédération Handisport	Section affiliée Fédération Sport Adapté	Club affilié Fédération Handisport



Communes	LOUDÉAC	MERDRIGNAC	MERDRIGNAC	MINIHY-TRÉGUIER
Disciplines	Tennis	Aïkido	Découverte de l'environnement / Pêche au coup	Judo / Jujitsu / Taiso / Atelier équilibre
Catégorie d'âge	Contactez le club	Tout âge	Tout âge à partir de 3 ans	Tout âge
Type de déficience accueillie	Motrice Mentale Psychique	Visuelle - Auditive Motrice - Mentale Psychique	Visuelle - Auditive Motrice - Mentale Psychique	Visuelle - Auditive Motrice - Mentale Psychique
Structures	Tennis Club de Loudéac	Aïkido Merdrignac	Maison Pêche et Nature des Côtes d'Armor	DPG-DOJO du Trieux
Contact	02 96 28 32 83 02 96 28 33 70 06 30 79 14 06 danielgauthier.tennis@orange.fr	06 42 84 46 01 jonathan.chabert2@gmail.com	02 96 50 60 04 contact@maisonpechenature.com	06 81 52 29 19 stephanelatruffe@orange.fr
Informations complémentaires	Club affilié Fédérations Handisport et Sport Adapté		20 sites de pêche accessibles aux PMR dans notre département liste dans rubrique Handipêche du site Internet : federation-peche22.com	



Communes	PAIMPOL	PAIMPOL	PENVENAN	PENVENAN
Disciplines	Tennis	Tir à l'arc	Kayak	Voile
Catégorie d'âge	Adolescents Adultes Seniors	Tout âge à partir de 9 ans	Enfants Adolescents Adultes	Enfants Adolescents Adultes
Type de déficience accueillie	Mentale Psychique	Visuelle - Auditive Motrice - Mentale Psychique	Toutes déficiences	Toutes déficiences
Structures	Tennis club de Paimpol	Les Archers d'Armor	Centre nautique de Port Blanc	
Contact	02 96 22 07 25 tcpaimpol@gmail.com	06 79 07 14 14 compagniedesarchers darmor@gmail.com	Hervé Nivet centre-nautique@ville-pevenan.fr	
Informations complémentaires	Section affiliée Fédération Sport Adapté		Fauteuil hippocampe disponible	





Communes	PERROS-GUIREC	PLAINTEL	PLAINTEL	PLAINTEL
Disciplines	Aïkido	Aïkido	Baby basket / Basket / Basket fauteuil	Équitation
Catégorie d'âge	Tout âge	Tout âge	Tout âge	Tout âge à partir de 4 ans
Type de déficience accueillie	Visuelle Auditive Motrice	Visuelle Auditive Motrice Mentale Psychique	Motrice Mentale Psychique	Visuelle Auditive Motrice Mentale
Structures	Aïkido Aouen Perros-Guirec	Aïkido Club de Plaintel	Plaintel Sport Basket	EPSMS Ar Goued
Contact	06 07 40 79 67 aikido.aouen@gmail.com	06 71 67 75 14 christophe.le-carboulec @mfacteur.fr	lecollengwenola@yahoo.fr	02 96 32 17 70 06 33 07 49 51 c.equestre@epsms- lesmauriers.fr
Informations complémentaires			Section baby basket et loisir adulte handicap mental Section Handisport basket fauteuil jeune	Attelage, voltige, sulky, équitation poney, balade, horse ball. Club labélisé Équi Handi



Communes	PLAINTEL	PLAINTEL	PLANCOËT	PLÉRIN
Disciplines	Multisports	Tennis de table	Découverte de l'environnement / Pêche au coup	Judo
Catégorie d'âge	Seniors	Adultes Seniors	Tout âge à partir de 3 ans	Enfants à partir de 6 ans
Type de déficience accueillie	Mentale Psychique	Mentale Psychique	Visuelle Auditive Motrice Mentale Psychique	Visuelle Auditive Motrice Mentale Psychique
Structures	Culture Loisirs Adaptés Plaintel		Maison Pêche et Nature des Côtes d'Armor	École Plérinaise d'Arts Martiaux
Contact	clap2209@gmail.com		02 96 50 60 04 contact@maisonpechenature.com	06 33 70 50 70 odilecholet@yahoo.fr
Informations complémentaires			20 sites de pêche accessibles aux PMR dans notre département liste dans rubrique Handipêche du site Internet : federation-peche22.com	





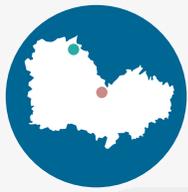
Communes	PLÉRIN (Le Sépulcre)	PLÉRIN	PLÉRIN (Le Sépulcre)	PLÉRIN
Disciplines	Judo	Parapente	Qi-gong	Tennis
Catégorie d'âge	Enfants Adolescents Adultes Seniors	Tout âge	Adultes Seniors	Enfants Adolescents Adultes Seniors
Type de déficience accueillie	Motrice Mentale Psychique	Visuelle Auditive Motrice Mentale Psychique	Visuelle Auditive Motrice Mentale Psychique	Auditive Motrice Mentale Psychique
Structures	ASPTT Saint-Brieuc	Les Goélands d'Armor	ASPTT Saint-Brieuc	Tennis Club de Plérin
Contact	02 96 79 95 95 asptt-stbrieuc@orange.fr	06 50 79 91 42 erwan@goelandarmor.fr	02 96 79 95 95 asptt-stbrieuc@orange.fr	Sabine Beaugendre 02 96 74 56 85 tennis.club.plerin @wanadoo.fr
Informations complémentaires				Section spécifique Fédération Sport Santé Label Sport et Handicap



Communes	PLÉRIN (Le Sépulcre)	PLÉRIN	PLESSALA et territoire du Mené	PLESSALA et territoire du Mené
Disciplines	Tennis	Tennis de table	Badminton / Tennis de table / Tennis	Tennis
Catégorie d'âge	Enfants Adolescents Adultes Seniors	Adolescents (11 - 15ans) Adultes	Enfants Adolescents Adultes Seniors	Enfants Adolescents Adultes Seniors
Type de déficience accueillie	Auditive Mentale Psychique	Motrice	Auditive Motrice Mentale Psychique	Motrice Mentale Psychique
Structures	ASPTT Saint-Brieuc	Argantel Club Plérin Tennis de Table	Handicap et Solidarité au Mené	Tennis Intercommunal du Lié
Contact	02 96 79 95 95 asptt-stbrieuc@orange.fr	02 96 79 05 47 person.stephane @orange.fr	06 02 39 26 69 handicapsolidarite. mene@laposte.net	06 44 90 03 07 til22150@orange.fr stephane.fremiot@fft.fr
Informations complémentaires		Salle d'activité adaptée pour l'accueil des personnes en situation de handicap moteur		



Communes	PLOUAGAT	PLOUASNE	PLOUER-SUR-RANCE	PLOUFRAGAN
Disciplines	Judo / Jujitsu / Taiso / Atelier équilibre	Gymnastique adaptée	Nihon / Tai jitsu / Self défense	Pétanque
Catégorie d'âge	Tout âge	Seniors	Adultes	Enfants Adolescents Adultes Seniors
Type de déficience accueillie	Visuelle Auditive Motrice Mentale Psychique	Motrice Mentale Psychique	Visuelle Auditive Motrice	Auditive Motrice Mentale Psychique
Structures	Judo Club du Leff	EPMM Plouasne	Plouer Self Défense	Breizh Pétanque 22
Contact	06 81 52 29 19 stephanelatruffe @orange.fr	02 96 86 46 48 jean-yves.ramard @wanadoo.fr	06 33 90 75 00 ydiveu@gmail.com	Thomas Paulette 06 67 76 82 84 02 96 78 20 89 paulette.thomas470 @orange.fr
Informations complémentaires				



Communes	PLOUFRAGAN	PLOUFRAGAN	PLOUHA	PLOUHA
Disciplines	Pétanque	Tennis de table	Gymnastique douce adaptée	Voile (catamarans)
Catégorie d'âge	Adultes Seniors	Adultes Seniors	Seniors	Enfants Adolescents Adultes Seniors (joindre le club)
Type de déficience accueillie	Auditive Motrice	Auditive Mentale Psychique	Visuelle Auditive Motrice Psychique	Visuelle Auditive Motrice Mentale Psychique
Structures	Pétanque Ploufraganaise	Armor Ping Ploufragan	Club des Falaises	Centre Nautique de Bréhec
Contact	06 64 83 40 55 06 15 85 05 32 jclr.leroux@ free.fr	06 79 76 35 23 bruno.ping@ wanadoo.fr	02 96 20 37 72 06 84 99 17 31 clubdesfalaises @ orange.fr	02 96 22 62 66 cnbrehec@ orange.fr
Informations complémentaires				





Communes	PLOUMILLIAU	PLOURIVO	PLUFUR	PLUZUNET
Disciplines	Équitation sur poney Shetland	Équitation	Équitation adaptée	Boccia
Catégorie d'âge	Enfants	À partir de 3 ans	Enfants Adolescents Adultes Seniors	Enfants (à partir de 8 ans) Adolescents Adultes Seniors
Type de déficience accueillie	Toutes déficiences	Toutes déficiences	Visuelle Auditive Motrice Mentale Psychique	Visuelle Auditive Motrice Mentale Psychique
Structures	Poney Club de Kerboriou	Les Chevaux du Coat	Ferme Équestre de Kerbiriou	Trégor Sarbacane
Contact	06 62 31 35 23 pcdekerboriou@aol.com	06 84 55 61 91 gwenola.benis@orange.fr	06 71 03 35 37 fermeequestredekerbiriou@gmail.com	06 19 36 04 98 tregorsarbacane@caramail.fr
Informations complémentaires		Label par la Fédération Française d'Équitation - accès handicap		





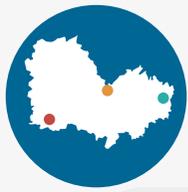
Communes	<b>PLUZUNET</b>	<b>PONTRIEUX</b>	<b>PONTRIEUX</b>	<b>PONTRIEUX</b>
Disciplines	Sarbacane	Judo / Taiso /Chanbara	Multisports santé	Tennis fauteuil
Catégorie d'âge	Enfants (à partir de 8 ans) Adolescents Adultes Seniors	Tout âge	Jeunes adultes Adultes	Tout âge
Type de déficience accueillie	Visuelle Auditive Motrice Mentale Psychique	Visuelle Auditive Motrice Mentale Psychique	Handicap conséquent Polyhandicaps	Auditive Motrice
Structures	Trégor Sarbacane	Lannion judo club du Trégor	ASL Tennis Pontrieux	
Contact	06 19 36 04 98 tregorsarbacane@ caramail.fr	06 84 89 70 51 legall.gil@orange.fr	02 96 95 19 70 asl.tennis-pontrieux@orange.fr	
Informations complémentaires			Prendre contact avec le club	Section affiliée Fédération Handisport





Communes	PORDIC	PORDIC	PORDIC	QUESSOY
Disciplines	Aïkido	Badminton	Tir à l'arc	Torball
Catégorie d'âge	Tout âge	Adultes Seniors	Tout âge	Tout âge
Type de déficience accueillie	Visuelle Auditive Motrice Mentale Psychique	Motrice	Visuelle Auditive Motrice Mentale Psychique	Visuelle
Structures	Aïkido de l'Ic	Badminton'ic	Compagnie des Archers de Pordic	Section sportive Torball costarmoricaïn
Contact	02 96 74 79 45 georgerouxel@orange.fr	07 82 66 64 82 badmintonic@gmail.com	06 17 79 45 39 compagniedesarchers depordic@gmail.com	06 27 39 52 96 dusportsansrienvoir @gmail.com
Informations complémentaires			Section affiliée Handisport Site accessible au handicap moteur <a href="https://archersdepordic.jimdo.com">https://archersdepordic.jimdo.com</a>	





Communes	QUÉVERT	ROSTRENEN	SAINT-BRIEUC	SAINT-BRIEUC
Disciplines	Boule bretonne	Découverte de l'environnement / Pêche au coup	Aïkido	Aquaforme
Catégorie d'âge	Adolescents Adultes Seniors	Tout âge à partir de 3 ans	Adolescents Adultes	Tout âge
Type de déficience accueillie	Auditive Motrice Mentale Psychique	Visuelle Auditive Motrice Mentale Psychique	Visuelle Auditive Motrice	Contactez le club
Structures	Union bouliste Quévertoise	Maison Pêche et Nature des Côtes d'Armor	Aïki-club Saint-Brieuc	Saint-Brieuc Handisport
Contact	gilbert.mousseaux@ wanadoo.fr	02 96 50 60 04 contact@maisonpeche nature.com	06 68 42 26 95 berthelo.3b@gmail.com	06 21 06 56 13 stbrieuchandisport @gmail.com
Informations complémentaires		20 sites de pêche accessibles aux PMR dans notre département liste dans rubrique Handipêche du site Internet : federation-peche22.com	accessibilité par ascenseur	Affiliation Fédération Handisport



Communes	SAINT-BRIEUC	SAINT-BRIEUC	SAINT-BRIEUC	SAINT-BRIEUC
Disciplines	Basket	Basket	Boccia	Escrime
Catégorie d'âge	Adultes	Enfants Adolescents Adultes Seniors	Adultes Seniors	Enfants Adolescents Adultes Seniors
Type de déficience accueillie	Mentale Psychique	Auditive Mentale Psychique	Auditive Motrice	Visuelle Auditive Motrice Mentale Psychique
Structures	Langueux Basket Club	ASPTT Saint-Brieuc	Saint-Brieuc Handisport	Cercle de l'épée
Contact	06 76 51 02 84 langueuxbc@orange.fr	02 96 79 95 95 asptt-stbrieuc@orange.fr	06 21 06 56 13 stbrieuchandisport @mail.com	contactcercledelepee @gmail.com
Informations complémentaires	Section affiliée Fédération Sport Adapté		Affiliation Fédération Handisport	Site accessible au handicap moteur





Communes	SAINT-BRIEUC	SAINT-BRIEUC	SAINT-BRIEUC	SAINT-BRIEUC
Disciplines	Expression corporelle	Futsal	Gymnastique douce	Multisports
Catégorie d'âge	Adolescents Adultes Seniors	Adultes Seniors	Adultes Seniors	Jeunes
Type de déficience accueillie	Mentale Psychique	Surdité Malentendant	Surdité Malentendant	Mentale Psychique
Structures	Association Sport Adapté Briochine	Association Sportive et Culturelle des Sourds de Saint-Brieuc		Association Sport Adapté Briochine
Contact	06 95 22 33 30 asabriochine@gmail.com	futsal.ascsstbrieuc@gmail.com	president.ascsstbrieuc@gmail.com	06 95 22 33 30 asabriochine@gmail.com
Informations complémentaires		Club affilié Fédération Handisport		Affiliation Fédération Sport Adapté





Communes	SAINT-BRIEUC	SAINT-BRIEUC	SAINT-BRIEUC	SAINT-BRIEUC
Disciplines	Natation	Natation	Pétanque	Pétanque
Catégorie d'âge	Tout âge	Adolescents Adultes Seniors	Adolescents Adultes Seniors	Adultes Seniors
Type de déficience accueillie	Visuelle Auditive Motrice	Mentale Psychique	Mentale Psychique	Surdité Malentendant
Structures	Saint-Brieuc Handisport	Association Sport Adapté Briochine	Association Sport Adapté Briochine	Association Sportive et Culturelle des Sourds de Saint-Brieuc
Contact	06 21 06 56 13 stbriuchandisport @ gmail.com	06 95 22 33 30 asabriochine@ gmail.com	06 95 22 33 30 asabriochine@ gmail.com	petanque.ascsstbrieuc @ gmail.com
Informations complémentaires	Affiliation Fédération Handisport	Affiliation Fédération Sport Adapté		Club affilié Fédération Handisport





Communes	SAINT-BRIEUC	SAINT-BRIEUC	SAINT-BRIEUC	SAINT-BRIEUC
Disciplines	Plongée	Randonnée pédestre ou balade	Remise en forme	Roller artistique
Catégorie d'âge	Enfants Adolescents Adultes	Adultes Seniors	Adultes Seniors	Enfants Adolescents
Type de déficience accueillie	Visuelle Auditive Motrice Mentale	Visuelle Auditive Mentale Psychique	Visuelle Auditive Motrice	Auditive Mentale Psychique
Structures	Épave Club de Plongée	ASPTT Saint-Brieuc	Saint-Brieuc Handisport	ASPTT Saint-Brieuc
Contact	02 96 61 55 20 06 30 96 81 97 06 32 29 60 32 info@clubepave.fr	02 96 79 95 95 asptt-stbrieuc@orange.fr	06 21 06 56 13 stbrieuchandisport @gmail.com	02 96 79 95 95 asptt-stbrieuc@orange.fr
Informations complémentaires			Affiliation Fédération Handisport	

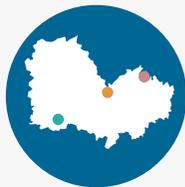




Communes	SAINT-BRIEUC	SAINT-BRIEUC	SAINT-BRIEUC	SAINT-BRIEUC
Disciplines	Sarbacane	Sophrologie	Taï Chi Chuan	Tennis de table
Catégorie d'âge	Adultes Seniors	Enfants Adolescents Adultes Seniors	Adultes	Adolescents Adultes Seniors
Type de déficience accueillie	Auditive Motrice	Visuelle Auditive Motrice Mentale Psychique	Visuelle Auditive Motrice	Mentale Psychique
Structures	Saint-Brieuc Handisport	ASPTT Saint-Brieuc	Aïki-club Saint-Brieuc	Association Sport Adapté Briochine
Contact	06 21 06 56 13 stbrieuchandisport @ gmail.com	02 96 79 95 95 asptt-stbrieuc @ orange.fr	06 68 42 26 95 berthelo.3b@ gmail.com	06 95 22 33 30 asabriochine@ gmail.com
Informations complémentaires	Affiliation Fédération Handisport	Accessibilité prendre contact avec l'association	Accessibilité par ascenseur	Affiliation Fédération Sport Adapté



Communes	SAINT-BRIEUC	SAINT-BRIEUC	SAINT-BRIEUC	SAINT-BRIEUC
Disciplines	Torball	Volley-ball	Vols et baptêmes de l'air en montgolfière	Yoga
Catégorie d'âge	Tout âge	Adultes Seniors	Enfants Adolescents Adultes Seniors	Adultes
Type de déficience accueillie	Visuelle	Auditive Psychique	Visuelle Auditive Motrice Mentale (si accompagné) Psychique (si accompagné)	Visuelle Auditive Motrice
Structures	Section sportive Torball costarmoricaïn	ASPTT Saint Briec	Air Nature Ballon	Aïki-club Saint-Briec
Contact	06 27 39 52 96 dusportsansrienvoir@gmail.com	02 96 79 95 95 asptt-stbriec@orange.fr	06 20 28 76 12 02 56 26 92 40 vol.montgolfiere.bretagne@gmail.com	06 68 42 26 95 berthelo.3b@gmail.com
Informations complémentaires			volmontgolfirebretagne.blogspot.fr	Accessibilité par ascenseur



Communes	SAINT-BRIEUC	SAINT-CAST-LE-GUILDO	SAINT-CAST-LE-GUILDO	SAINT-NICOLAS-DU-PÉLEM
Disciplines	Zumba	Équitation adaptée	Natation Apprentissage et perfectionnement	Handball
Catégorie d'âge	Adolescents Adultes Seniors	Tout âge	Enfants, Adolescents	Enfants Adolescents Adultes
Type de déficience accueillie	Mentale Psychique	Auditive Motrice Mentale Psychique	Motrice	Mentale Psychique
Structures	ASPTT Saint-Brieuc	Centre Équestre St-Cast-le Guildo (le Bois Bras)	Piscine municipale de St-Cast-le-Guildo	Handball Pélémois
Contact	02 96 79 95 95 asptt-stbrieuc@orange.fr	02 96 41 95 01 06 79 43 36 86 cat.morel@orange.fr	02 96 41 87 05	06 23 88 23 45 laurenceclemenard@sfr.fr hbp.sportadapte@gmail.com
Informations complémentaires		label FFE équi - handi, enseignants diplômées, BFEEH		Section affiliée Fédération Française de Sport Adapté (FFSA)



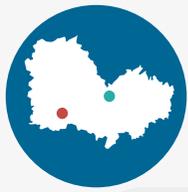


Communes	SAINT-QUAY-PORTRIEUX	SAINT-QUAY-PORTRIEUX	TRÉBEURDEN	TRÉBEURDEN
Disciplines	Balade d'initiation à la voile traditionnelle	Tennis de table	Plongée	Voile collective sur le voilier "Bag an Holl"
Catégorie d'âge	Enfants Adolescents Adultes Seniors	Enfants Adolescents Adultes Seniors	Tout âge à partir de 8 ans	Tout âge
Type de déficience accueillie	Visuelle Auditive Motrice Mentale Psychique	Auditive Mentale Psychique	Auditive Motrice Mentale	Visuelle Auditive Motrice Mentale Psychique
Structures	Sport Nautique de St-Quay-Portrieux	Espérance Saint-Quay	Centre Activités Plongée	École de Voile de Trébeurden
Contact	06 72 98 04 52 contact@snsqp.com christophelaurence@snsqp.com	02 96 70 70 28 06 89 23 83 83 marc.pilard1949@gmail.com	02 96 23 66 71 infocap@plongeecap.com	02 96 23 51 35 06 07 16 47 69 contact@ecoledevoiletrebeurden.bzh
Informations complémentaires		Section affiliée Fédération Sport Adapté		Accueil familles ou groupes constitués



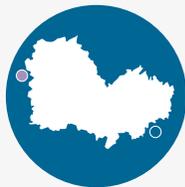
Communes	TRÉGASTEL	TRÉGASTEL	TRÉGASTEL	TRÉGASTEL
Disciplines	Grimpe d'arbre	Kayak de mer	Stand up paddle	Voile sur dériveur et bateau collectif
Catégorie d'âge	Tout âge à partir 7 ans	Tout âge	Tout âge	Tout âge
Type de déficience accueillie	Visuelle Auditive Motrice Mentale Psychique	Visuelle Auditive Motrice Mentale Psychique	Visuelle Auditive Motrice Mentale Psychique	Visuelle Auditive Motrice Mentale Psychique
Structures	Utopiarbre	Club Nautique Trégastel		
Contact	06 60 56 71 62 utopiarbre@gmail.com	02 96 23 45 05 cntregastel@orange.fr		
Informations complémentaires		Accueil PMR non possible		



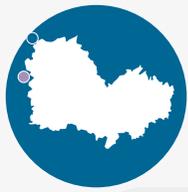


Communes	TRÉGUEUX	TRÉMARGAT	TRÉMARGAT	TRÉMARGAT
Disciplines	Football	Balade nature / Marche nordique / Randonnée pédestre	Course d'orientation / Géocaching	Pêche / Tir à l'arc / Canoë kayak / Grimpe d'arbre (Juillet & Août)
Catégorie d'âge	Adolescents Adultes Seniors	Enfants Adolescents Adultes	Enfants Adolescents Adultes	Enfants Adolescents Adultes
Type de déficience accueillie	Mentale Psychique	Motrice Mentale Psychique	Motrice Mentale Psychique	Motrice Mentale Psychique
Structures	Association Sport Adapté Briochine	Base Nautique et Nature de Trémargat		
Contact	06 95 22 33 30	nautiquetremargat@wanadoo.fr		
Informations complémentaires	Affiliation Fédération Sport Adapté	L'encadrement pour les groupes sur réservation. Terrain accidenté non accessible aux PMR. Formules : séance unique, cycles de séances à tarifs dégressifs.		





Communes	<b>BOISGERVILLY (35)</b>	<b>BOISGERVILLY (35)</b>	<b>BOISGERVILLY (35)</b>	<b>GUERLESCIN (29)</b>
Disciplines	Boccia	Basket adapté	Sarbacane	Boccia
Catégorie d'âge	Adultes	Adolescents	Adultes	Enfants (à partir de 8 ans) Adolescents Adultes Seniors
Type de déficience accueillie	Auditive Motrice	Mentale Psychique	Auditive Motrice	Visuelle Auditive Motrice Mentale Psychique
Structures	<b>Office Cantonal des Sports de Montauban-de-Bretagne</b>			<b>Trégor Sarbacane</b>
Contact	<b>06 51 41 72 23</b> info@ocs- montaubandebretagne.fr	<b>07 69 39 15 33</b> info@ocs- montaubandebretagne.fr	<b>06 51 41 72 23</b> info@ocs- montaubandebretagne.fr	<b>06 19 36 04 98</b> tregorsarbacane@ caramail.fr
Informations complémentaires	Affilié Fédération Française Handisport	Affilié Fédération française Sport Adapté	Affilié Fédération Française Handisport	



Communes	GUERLESCIN (29)	LOCQUIREC (29)	LOCQUIREC (29)	LOCQUIREC (29)
Disciplines	Sarbacane	Bodyboard	Stand up paddle Paddle Géant	Surf
Catégorie d'âge	Enfants (à partir de 8 ans) Adolescents Adultes Seniors	Enfants Adolescents Adultes	Enfants Adolescents Adultes	Enfants Adolescents Adultes
Type de déficience accueillie	Visuelle Auditive Motrice Mentale Psychique	Visuelle Auditive Motrice Mentale Psychique	Visuelle Auditive Motrice Mentale Psychique	Visuelle Auditive Motrice Mentale Psychique
Structures	Trégor Sarbacane	Surfing Locquirec		
Contact	06 19 36 04 98 tregorsarbacane@ caramail.fr	06 27 06 48 87 surfing.locquirec@ gmail.com		
Informations complémentaires		Affilié Handi surf		Affilié Handi surf





Communes	<b>PONTIVY (56)</b>	<b>QUÉDILLAC (35)</b>
Disciplines	<b>Handbike (cycle adapté handicap moteur)</b>	<b>Multisports jeunes</b>
Catégorie d'âge	<b>Adultes Seniors</b>	<b>Adolescents</b>
Type de défiance accueillie	<b>Motrice</b>	<b>Visuelle Auditive Motrice Mentale Psychique</b>
Structures	<b>Canalhandivelo</b>	<b>Office Cantonal des Sports de Montauban-de- Bretagne</b>
Contact	<b>06 81 18 99 16</b> a.courant209 @laposte.net	<b>07 69 39 15 33</b> info@ocs- montaubandebretagne.fr
Informations complémentaires	<b>Location possible toute l'année</b>	<b>Affilié Fédérations françaises Handisport et Sport Adapté</b>





# Partie 2

## Troubles de santé

qui induisent l'adaptation  
de l'activité physique

# Lexique par communes

BÉGARD page 54  
BROONS page 54  
GUINGAMP page 54  
HILLION page 55  
JUGON-LES-LACS page 55  
LAMBALLE page 55  
LANGUEUX page 55  
LANNION page 56  
LOUANNEC page 56  
LOUDÉAC page 57  
MERDRIGNAC 57  
PAIMPOL page 57  
PLANCOËT page 57 58  
PLÉDÉLIAC page 58

PLÉLAUFF page 58  
PLÉRIN page 58 59  
PLESLIN-TRIGAVOU page 59  
PLOUASNE page 60  
PLUZUNET page 60  
PORDIC page 60  
ROSTRENEN page 60  
SAINT-ALBAN page 61  
SAINT-BRIEUC page 61 62 63  
SAINT-CAST-LE-GUILDON page 64  
SAINT-JACUT-DE-LA-MER page 64  
SAINT-QUAY-PORTRIEUX page 64  
TRÉGUEUX page 65  
TRÉGUIER page 65

## HORS DÉPARTEMENT

BOISGERVILLY (35) page 66  
DINARD (35) page 66  
GUERLESCIN (29) page 66  
LOCQUIREC (29) page 66  
MONTAUBAN-DE-BRETAGNE (35) page 67  
SAINT-MEEN-LE-GRAND (35) page 67

# — Lexique par activités

Aviron page 58 61

Course à pied page 60

Escrime page 16 20 36 61

Footing page 65

Futsal page 37

Gymnastique adaptée page 54 56 57 58 59 60  
61 62 65 66 67

Gymnastique aquatique page 56 61 64

Jeux traditionnels d'adresse page 54

Marche page 61 62 65 67

Marche nordique page 64 66

Multi Activités page 56

Musculation page 62

Natation page 64

Pêche page 54 55 57 58 60

Pilates page 62 63

Plongée page 54

Qi-gong page 59

Remise en forme page 63

Sarbacane page 60 66

Sophrologie page 63

Sport santé page 56

Stand up paddle page 66

Surf page 66

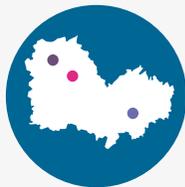
Taiso page 55 63

Tennis page 59

Tennis de table page 58

Tir à l'arc page 55

Voile page 64



Communes	BÉGARD	BROONS	GUINGAMP	GUINGAMP
Disciplines	Jeux traditionnels d'adresse (boules, palets, quilles, lancer d'anneaux)	Découverte de la pêche en eau douce	Plongée	Activités gymniques
Catégorie d'âge	Enfants Adolescents Adultes Seniors	Enfants Adolescents Adultes Seniors	Tout âge à partir de 8 ans	Adultes Seniors
Type de déficience accueillie	Tout type de trouble de santé	Cardiaque Surpoids Obésité	TMS Lombalgie	TMS Douleurs articulaires
Structures	C'hoarioù Treger CD22 de jeux de force bretons	Maison Pêche et Nature des Côtes d'Armor	Subaquatic club Guingampais	Mutualité Française Actimut
Contact	06 79 60 10 29 serjeuxbzh@laposte.net	02 96 50 60 04 contact@ maisonpechenature.com	06 37 56 38 16 mignot.dom@wanadoo.fr	02 90 93 80 00 06 07 08 58 51 actimut@mutualite22.fr
Informations complémentaires				



Communes	HILLION	JUGON-LES-LACS	LAMBALLE	LANGUEUX
Disciplines	Taiso	Découverte de la pêche en eau douce	Tir à l'arc	Taiso
Catégorie d'âge	Seniors	Enfants - Adolescents Adultes - Seniors	Enfants - Adolescents Adultes - Seniors	Seniors
Type de déficience accueillie	Cancers Cardiaque Surpoids Obésité	Cardiaque Surpoids Obésité	Cancers Cardiaque Sphère pulmonaire Surpoids Obésité TMS Lombalgie	Cancers Cardiaque Surpoids Obésité
Structures	Judo club Hillion Saint René	Maison Pêche et Nature des Côtes d'Armor	Compagnie des Archers du Penthievre	Judo club Hillion Saint René
Contact	jchillionsaintrene @yahoo.com	02 96 50 60 04 contact@ maisonpechenature.com	06 81 16 66 16 06 77 91 39 54 lydielemarchand@live.fr philippe.latte@orange.fr	jchillionsaintrene @yahoo.com
Informations complémentaires				



Communes	LANNION	LANNION	LANNION	LOUANNEC
Disciplines	Gymnastique adaptée	Gymnastique du dos	Activités gymniques et aquatiques	Multi Activités
Catégorie d'âge	Adultes Seniors	Adultes Seniors	Adultes Seniors	Adultes Seniors
Type de déficience accueillie	Cancers Cardiaque Sphère pulmonaire Surpoids Obésité TMS Lombalgie	TMS Lombalgie	Sphère pulmonaire Surpoids Obésité	Sphère pulmonaire Surpoids Obésité
Structures	Club gymnique Lannion	Mutualité Française Actimut		Mutualité Française Actimut
Contact	02 96 37 27 14 contact@gymlannion.com	02 90 93 80 00 06 07 08 58 51 actimut@mutualite22.fr		02 90 93 80 00 06 07 08 58 51 actimut@mutualite22.fr
Informations complémentaires				

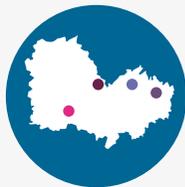


TMS : Troubles musculo-squelettiques



Communes	LOUDÉAC	MERDRIGNAC	PAIMPOL	PLANCOËT
Disciplines	Découverte de la pêche en eau douce	Découverte de la pêche en eau douce	Activités gymniques	Découverte de la pêche en eau douce
Catégorie d'âge	Enfants Adolescents Adultes Seniors	Enfants Adolescents Adultes Seniors	Adultes Seniors	Enfants Adolescents Adultes Seniors
Type de déficience accueillie	Cardiaque Surpoids Obésité	Cardiaque Surpoids Obésité	TMS Douleurs articulaires	Cardiaque Surpoids Obésité
Structures	Maison Pêche et Nature des Côtes d'Armor	Maison Pêche et Nature des Côtes d'Armor	Mutualité Française Actimut	Maison Pêche et Nature des Côtes d'Armor
Contact	02 96 50 60 04 contact@ maisonpechenature.com	02 96 50 60 04 contact@ maisonpechenature.com	02 90 93 80 00 06 07 08 58 51 actimut@mutualite22.fr	02 96 50 60 04 contact@ maisonpechenature.com
Informations complémentaires				





Communes	PLANCOËT	PLÉDÉLIAC	PLÉLAUFF	PLÉRIN
Disciplines	Gym'Équilibre	Aviron santé	Découverte de la pêche en eau douce	Tennis de table
Catégorie d'âge	Adultes Seniors	Adultes Seniors	Enfants - Adolescents Adultes - Seniors	Enfants (9-12 ans) - Adolescents (13-15 ans) - Adultes - Seniors
Type de déficience accueillie	Surpoids Obésité TMS	Cancers Cardiaque Sphère pulmonaire Surpoids - Obésité TMS - Lombalgie	Cardiaque Surpoids Obésité	Cancers Cardiaque Sphère pulmonaire Surpoids - Obésité TMS - Lombalgie
Structures	VITA FORME	Avirons Armor	Maison Pêche et Nature des Côtes d'Armor	Argantel Club Tennis de Table
Contact	Michel Savary 07 50 93 42 57 pilates.marchenordique @outlook.fr	02 96 34 18 38 avironarmor@yahoo.fr	02 96 50 60 04 contact@ maisonpechenature.com	02 96 79 05 47 person.stephane @orange.fr
Informations complémentaires				



Communes	PLÉRIN	PLÉRIN	PLÉRIN	PLESLIN-TRIGAVOU
Disciplines	Qi-gong	Tennis	Gymnastique adaptée	Gym' Équilibre
Catégorie d'âge	Adultes Seniors	Enfants - Adolescents Adultes - Seniors	Adultes Seniors	Adultes Seniors
Type de déficience accueillie	Contactez le club	Cancers Cardiaque Sphère pulmonaire Surpoids - Obésité TMS - Lombalgie	Cancers - Cardiaque Sphère pulmonaire Surpoids - Obésité TMS - Lombalgie Maladie de Parkinson	Surpoids Obésité TMS
Structures	ASPTT Saint-Brieuc	Tennis club de Plérin	Gym Plérin centre	VITA FORME
Contact	02 96 79 95 95 asptt-stbrieuc@orange.fr	Sabine Beaugendre 02 96 74 56 85 tennis.club.plerin @wanadoo.fr	07 81 34 19 07 isajandukesne @orange.fr	Michel Savary 07 50 93 42 57 pilates.marchenordique @outlook.fr
Informations complémentaires		Club labellisé Sport Handicap Bretagne Club affilié à la FFSA		





Communes	PLOUASNE	PLUZUNET	PORDIC	ROSTRENEN
Disciplines	Gymnastique adaptée	Sarbacane	Course à pied	Découverte de la pêche en eau douce
Catégorie d'âge	Seniors	Enfants - Adolescents Adultes - Seniors	Adolescents Adultes	Enfants - Adolescents Adultes - Seniors
Type de déficience accueillie	Cancers Lombalgie Surpoids Obésité	Cancers Cardiaque Sphère pulmonaire	Reprise d'activité Remise en forme	Cardiaque Surpoids Obésité
Structures	E.P.M.M. Plouasne	Trégor Sarbacane	Le Capteur de la forme	Maison Pêche et Nature des Côtes d'Armor
Contact	02 96 86 46 48 jean-yves.renard @ wanadoo.fr	06 19 36 04 98 tregorsarbacane @ caramail.fr	06 89 75 84 73 lecapteurdelaforme @ gmail.com	02 96 50 60 04 contact@ maisonpechenature.com
Informations complémentaires				



TMS : Troubles musculo-squelettiques



Communes	SAINT-ALBAN	SAINT-ALBAN	SAINT-BRIEUC	SAINT-BRIEUC
Disciplines	Aviron en salle	Marche	Activités gymniques et aquatiques	Escrime
Catégorie d'âge	Adultes Seniors	Adultes Seniors	Adultes Seniors	Adultes Seniors
Type de déficience accueillie	Cancers - Cardiaque Sphère pulmonaire Surpoids - Obésité TMS - Lombalgie IMC en fauteuil déficience du cervelet	Cancers - Cardiaque Sphère pulmonaire Surpoids - Obésité TMS - Lombalgie IMC en fauteuil déficience du cervelet	TMS Douleurs articulaires	Cancer du sein
Structures	Saint-Alban Bien-être Sport et santé		Mutualité Française Actimut	Cercle de l'épée
Contact	Karine Grouazel 02 96 93 89 41 06 03 51 20 92	Chantal Lugardon 06 62 86 59 72 chantallugardon @ hotmail.fr	02 90 93 80 00 06 07 08 58 51 actimut@mutualite22.fr	contact.cercledelepee @ gmail.com actimut@mutualite22.fr
Informations complémentaires				



IMC : Indice de masse corporelle

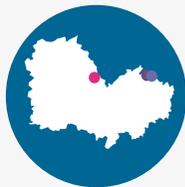


Communes	SAINT-BRIEUC	SAINT-BRIEUC et communes périphériques	SAINT-BRIEUC	SAINT-BRIEUC
Disciplines	Gymnastique Activité Physique Adapté	Marche en endurance (15 circuits possibles)	Musculation Activité Physique Adapté	Pilates
Catégorie d'âge	Adultes Seniors	Adultes Seniors	Adultes Seniors	Adultes Seniors
Type de défiance accueillie	Accident ou maladies cardiaques (compatibles avec l'activité)			Cancers - Cardiaque Surpoids - Obésité TMS - Lombalgie
Structures	Fédération française de Cardiologie - Bretagne Club Coeur et santé			Club olympique briochin (COB) section sport loisirs détente
Contact	02 96 32 25 28 jpbeguineau@orange.fr			06 81 86 97 73 cob.st-brieuc @cegetel.net cobpilates@free.fr
Informations complémentaires				

TMS : Troubles musculo-squelettiques



Communes	SAINT-BRIEUC	SAINT-BRIEUC	SAINT-BRIEUC	SAINT-BRIEUC
Disciplines	Pilates adapté débutant	Remise en forme	Sophrologie	Taiso
Catégorie d'âge	Adultes Seniors	Adulte Senior	Adolescent Adulte	Seniors
Type de déficience accueillie	Cancers Cardiaque Surpoids Obésité TMS Lombalgie.	Surpoids Obésité	Cancers - Cardiaque Sphère pulmonaire Surpoids - Obésité TMS - , Lombalgie Troubles anxio dépressifs - Sommeil	Cancers Cardiaque Surpoids Obésité
Structures	Mutualité Française Actimut	Saint Briec Handisport	ASPTT Saint-Brieuc	Judo club Hillion Saint René
Contact	02 96 75 63 63 06 85 23 13 04 actimut@mutualite22.fr	06 21 06 56 13 stbrieuchandisport @gmail.com	02 96 79 95 95 asptt-stbrieuc@orange.fr	jchillionsaintrene @yahoo.com
Informations complémentaires				



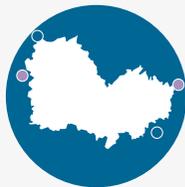
Communes	SAINT-CAST-LE-GUILDO	SAINT-CAST-LE-GUILDO	SAINT-JACUT-DE-LA-MER	SAINT-QUAY-PORTRIEUX
Disciplines	Aquagym	Natation perfectionnement	Marche nordique santé bien être	Balade d'initiation à la voile traditionnelle
Catégorie d'âge	Adultes Seniors	Adultes Seniors	Adultes Seniors	Enfant - Adolescent Adulte - Senior
Type de déficience accueillie	Surpoids Obésité TMS Diabète type 2 Bien vieillir	Lombalgie Surpoids Obésité TMS	Surpoids Obésité TMS	Cancers - Cardiaque Sphère pulmonaire Surpoids - Obésité TMS - Lombalgie
Structures	Piscine Municipale de Saint-Cast-Le-Guildo		VITA FORME	Sport Nautique de Saint Quay Portrieux
Contact	02 96 41 87 05		Michel Savary 07 50 93 42 57 pilates.marchenordique@outlook.fr	06 72 98 04 52 christophelaurence@snsqp.com
Informations complémentaires				



TMS : Troubles musculo-squelettiques



Communes	TRÉGUEUX	TRÉGUIER
Disciplines	Footing et marche "réactive"	Activités gymniques
Catégorie d'âge	Pré-adolescent Adolescent Adulte Senior	Adulte Senior
Type de déficience accueillie	Cancers, Cardiaque, Sphère pulmonaire, Surpoids, Obésité, TMS, Lombalgie, Sphère neurologique	Lombalgie
Structures	Footing Santé Trégueux	Mutualité Française Actimut
Contact	06 82 09 71 59 dlbcoaching@orange.fr	02 90 93 80 00 06 07 08 58 51 actimut@mutualite22.fr
Informations complémentaires		



Communes	BOISGERVILLY (35)	DINARD (35)	GUERLESCIN (29)	LOCQUIREC (29)
Disciplines	Gym santé	Marche nordique santé bien être	Sarbacane	Surf / Stand up paddle
Catégorie d'âge	Adultes Seniors	Adultes Seniors	Enfant - Adolescent Adulte - Senior	Enfant - Adolescent Adulte - Senior
Type de déficience accueillie	Cancers - Cardiaque Sphère pulmonaire Surpoids - Obésité TMS - Lombalgie Diabète - Troubles de l'équilibre - Atteintes système nerveux	Surpoids Obésité TMS	Cancers Cardiaque Sphère pulmonaire	Cancers - Cardiaque Sphère pulmonaire Surpoids - Obésité TMS - Lombalgie Diabète - Troubles de l'équilibre - Atteintes système nerveux
Structures	Office cantonal des Sports de Montauban-de- Bretagne	VITA FORME	Trégor Sarbacane	Surfing Locquirec
Contact	07 69 39 15 33 info@ocs-montauban debretagne.fr educ.apa.ocs@gmail.com	Michel Savary 07 50 93 42 57 pilates.marchenordique @outlook.fr	06 19 36 04 98 tregorsarbacane @caramail.fr	06 27 06 48 87 surfing.locquirec @gmail.com
Informations complémentaires				





Communes	MONTAUBAN-DE-BRETAGNE (35)	MONTAUBAN-DE-BRETAGNE (35)	SAINT-MEEN-LE-GRAND (35)	SAINT-MEEN-LE-GRAND (35)
Disciplines	Gym santé	Marche santé	Gym santé	Marche santé
Catégorie d'âge	Adultes Seniors	Enfant Adolescent Adulte Senior	Adolescent Adulte	Seniors
Type de déficience accueillie	Cancers - Cardiaque Sphère pulmonaire Surpoids - Obésité TMS - Lombalgie Diabète - Troubles de l'équilibre - Atteintes système nerveux	Cancers - Cardiaque Sphère pulmonaire Surpoids - Obésité TMS - Lombalgie Diabète - Troubles de l'équilibre - Atteintes système nerveux	Cancers - Cardiaque Sphère pulmonaire Surpoids - Obésité - TMS - Lombalgies Diabète Troubles de l'équilibre Troubles de sommeil	Cancers - Cardiaque Sphère pulmonaire Surpoids - Obésité - TMS - Lombalgies Diabète Troubles de l'équilibre Troubles de sommeil
Structures	Office cantonal des Sports de Montauban-de-Bretagne		Office cantonal des Sports de Montauban-de-Bretagne	
Contact	07 69 39 15 33 info@ocs-montaubandebretagne.fr educ.apa.ocs@gmail.com		07 69 39 15 33 info@ocs-montaubandebretagne.fr educ.apa.ocs@gmail.com	
Informations complémentaires				

# Les partenaires

## Le COMITÉ DÉPARTEMENTAL du SPORT ADAPTÉ

Le Comité Départemental du Sport Adapté a pour mission de coordonner et de développer la pratique sportive des personnes en situation de handicap mental et/ou psychique en loisir et compétition dans les Côtes d'Armor.

Le Comité assure un accueil téléphonique pour échanger, répondre et orienter le public sur la pratique d'une activité physique adaptée.

Il apporte également une aide aux associations affiliées à la Fédération du Sport Adapté à travers, une communication auprès des établissements spécialisés, un soutien au développement du club ou de la section sport adapté, une mise à disposition de matériel sportif et technique (sono, minibus) et enfin un accompagnement pédagogique pour l'encadrement du public.

Vous pouvez le contacter au 02 96 76 25 32 ou 06 30 12 88 66

et par Mail: [cdsportadapte22@gmail.com](mailto:cdsportadapte22@gmail.com)

Site internet : [www.cdsa22.com](http://www.cdsa22.com)

Facebook: [www.facebook.com/CDSA22](http://www.facebook.com/CDSA22)

## Le COMITÉ DÉPARTEMENTAL HANDISPORT

Le Comité Départemental Handisport a pour mission d'organiser, de développer, de coordonner et de contrôler la pratique des activités physiques et sportives des personnes en situation de handicap physique, visuel ou auditif. Le public concerné est celui des jeunes ou des adultes, individuels ou en groupe, internes ou externes à un établissement sur le département des Côtes d'Armor en vue d'une pratique de loisir ou de compétition.

Le Comité apporte des conseils sur les activités qu'il est possible de pratiquer selon le handicap de la personne, fait le lien avec le club d'accueil, et informe sur le matériel approprié.

Il informe les associations affiliées à la Fédération Handisport sur les possibilités d'accompagnement, sur le prêt de matériel (fauteuil multisports, fauteuil d'athlétisme ...), et communique sur les nouvelles sections.

Vous pouvez le contacter au 06 81 78 42 17 et 02 96 76 25 51

Et par mail: [agent.developpement@handisport-cotesdarmor.org](mailto:agent.developpement@handisport-cotesdarmor.org)

Site internet [www.handisport-cotesdarmor.org/](http://www.handisport-cotesdarmor.org/)

Facebook: [www.facebook.com/comitehandisport.cotesdarmor/](http://www.facebook.com/comitehandisport.cotesdarmor/)

## HANDICAP ET LOISIRS SPORTIFS

PRATIQUER UNE ACTIVITÉ  
PHYSIQUE ET SPORTIVE



## MAISON DÉPARTEMENTALE des PERSONNES HANDICAPÉES

La MDPH propose un temps de rencontre et d'échange pour vous accompagner dans la recherche de votre activité de loisir sportif en fonction de vos besoins et attentes.

Nous pouvons vous aider dans votre choix et le repérage du club en mesure de vous accueillir.

Un accompagnement est également envisageable lors de votre premier contact avec le club quel que soit votre lieu de résidence.

Ce service est ouvert à tous et toutes.

Contactez la MDPH

par téléphone 02 96 01 01 80

ou

par courriel : [mdph@mdph.cotesdarmor.fr](mailto:mdph@mdph.cotesdarmor.fr)

### À savoir :

Toutes les manifestations ou événements sportifs accessibles sont consultables sur le site de la MDPH [mdph.cotesdarmor.fr](http://mdph.cotesdarmor.fr) sous l'onglet «**actualités**»



## ACTIVITÉ PHYSIQUE ET HANDICAP : évaluer ses capacités physiques et motrices et mieux réussir sa pratique physique et sportive

- › Vous souhaitez découvrir et pratiquer une activité physique et sportive mais vous avez des interrogations sur vos possibilités physiques et motrices ?
- › Vous rencontrez des difficultés à maintenir votre activité actuelle (blessure, fatigue,...) et vous voulez faire un bilan afin de la poursuivre ?
- › Vous souhaitez vous réorienter vers une nouvelle pratique et faire un bilan fonctionnel complet ?

Pour la 1<sup>re</sup> fois en Côtes d'Armor, **les comités départementaux "Handisport" et "Sport Adapté" vous proposent une évaluation de vos capacités**, en lien avec vos envies, pour trouver votre activité.

Des consultations dédiées "Sport et Handicap", sur rendez-vous, sont là pour répondre à vos attentes.

### N'hésitez-plus !

#### **Pour les enfants,**

au Centre Hélio-Marin de Plérin : Service du Docteur Delaruelle | Tél : 02 96 73 16 50

#### **Pour les adultes,**

au Centre Hospitalier Y Le Foll de Saint Brieuc : Service MPR | Tél : 02 96 01 71 98

