

# RENTRÉE

## DE JANVIER

Saisis ta 2<sup>ème</sup>  
chance pour  
t'inscrire !



PATRONAGE  
LAÏQUE  
DU PILIER  
ROUGE

### MI-SAISON 25/26

# ÉDITO

## **En 2026, je me lance dans une activité au PLPR !**

Il n'est jamais trop tard pour se faire plaisir, et découvrir les nombreuses activités proposées par le PLPR. Profitez de cette nouvelle année pour nous rejoindre.

**N'attendez pas : les places sont limitées !**

## **INFOS PRA- TIQUES**

### **ADHÉSION ET TARIFICATION**

#### **COTISATIONS AUX ACTIVITÉS SOCIOCULTURELLES**

Nos activités socioculturelles sont tarifées en fonction du quotient familial (QF) des adhérents brestois. Pour les adhérents ne résidant pas à Brest, c'est la tranche de QF la plus haute qui s'applique.

#### **ADHÉSION**

**COÛT ANNUEL : 29 €**

**VALIDITÉ : janvier  
2026 à août 2026**

#### **La tarification réduite**

Le tarif réduit s'applique aux adhérents avec un QF entre 0 et 560 résidant à Brest, ainsi qu'aux étudiants, demandeurs d'emploi, bénéficiaires des minimas sociaux et bénéficiaires de la Prestation de Compensation du Handicap (PCH) sans condition de lieu de résidence.

#### **Pass'Sport, comment l'utiliser ?**

Vous avez un Pass'Sport ?

Présentez le à l'accueil du PLPR avant le 31 décembre 2025 pour bénéficier d'une réduction immédiate de 70 € sur le coût de la cotisation.

## **ATTENTION !**

**Les activités débutent à partir  
du lundi 05 janvier**

# EN FAMILLE

## PETITE ENFANCE 0/3 ANS

**PREMIER ÉVEIL MUSICAL - 0/2 ANS**  
Stéphanie DELANOÉ  
SAMEDI | 11h-11h30

6 places

**ÉVEIL MUSICAL - 3/5 ANS**  
Stéphanie DELANOÉ  
SAMEDI | 10h-11h

5 places

## ENFANTS 3/ 10 ANS

**ÉVEIL GYMNIQUE**  
DE L'APPRENTISSAGE DE LA MARCHÉ À 3 ANS  
Ludivine EMERIC  
MERCREDI | 9h45-10h30

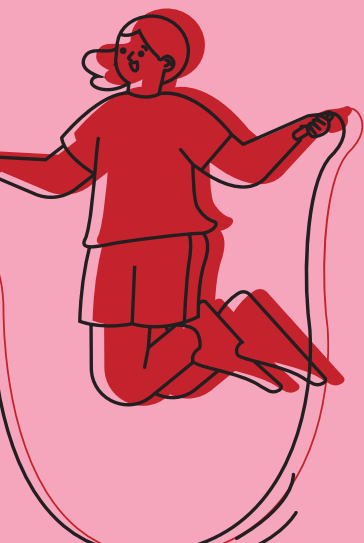
4 places

**SOPHROLOGIE/  
JONGLAGE COOPÉRATIF**  
Astrid CHÂTAIN  
1 SAMEDI/ MOIS | 10h-11h

4 places

L'accès aux ateliers  
«en famille» est soumis  
à l'adhésion au PLPR  
d'au moins un membre  
du duo  
(le parent ou l'enfant)

## ENFANTS 4/5 ANS



**ÉVEIL À LA DANSE**  
**MODERN JAZZ**

Liza SICHE-JOUAN  
MERCREDI | 15h30-16h15

4 places

**ÉVEIL SPORTIF**  
Eliott DENIEL et Ylan BESCOND  
MERCREDI | 4 ANS | 16h15-17h  
| 5 ANS | 15h30-16h15

4 places

7 places

# JEUNES 6/18 ANS

## TECHNIQUES ET ARTS

**ARTS CRÉATIFS - 10/15 ANS**  
Goulven MORIZUR  
MERCREDI | 16h30-17h45

2 places

**COURS DE DESSIN - 10/15 ANS**  
Goulven MORIZUR  
MERCREDI | 18h-19h15

7 places

## ARTS DE LA SCÈNE



**STAGES DE MAGIE - 8/12 ANS**  
ANIMAGIC  
SAMEDI 17/01 ET 28/03 | 13h30-17h30

4 places

**THÉÂTRE - 9/12 ANS**  
Gaël GUIHOT  
MERCREDI | 15h15-16h45

1 places

**THÉÂTRE D'IMPRO' - 13/18 ANS**  
Pierre-Yves HERRY  
VENDREDI | 18h-19h15

2 places

# DANSES

**BREAK DANCE - 7/10 ANS**  
Association La Fierté des nôtres  
LUNDI | 17h15-18h15

2 places

**DANSE CLASSIQUE - 5/8 ANS**  
Jeanette MORENO SILVA  
JEUDI | 17H-17H45

3 places

**DANSE MODERN JAZZ - 6/12 ANS**  
Liza SICHE-JOUAN  
MARDI | 9/12 ans | 17h45-18h45  
MERCREDI | 6/7 ans | 14h30-15h30

2 places

5 places

**DANSE ORIENTALE - 6/12 ANS**  
Alice DEJOUX  
MARDI | 6/8 ANS | 17H-18H  
| 9/12 ANS | 18H-19H

6 places

3 places



# SPORTS

**FOOTBALL**  
U6-U7 | MERCREDI | 14h-15h  
U10-U11 | MERCREDI | 18h-19h30  
| VENDREDI | 17h30-19h  
U12-U13 | MARDI/ JEUDI | 18h-19h30  
U15 | MARDI/ JEUDI | 19h30-21h

1 places

2 places

5 places

5 places

**FOOTBALL FÉMININ - 2020 à 2013**  
Marcellin NGA  
MERCREDI | 16h30-18h

10 places

**MULTISPORTS - 6/10 ANS**  
Eliott DENIEL et Ylan BESCOND  
MERCREDI | 14h-15h30

10 places

**PASSEPORT LOISIRS - 5/7 ANS**  
intervenant selon activité  
SAMEDI | 9h15-10h15

2 places



# ADULTES DÈS 18 ANS

## TECH- NIQUES, ARTS ET MUSIQUE

### ATELIER D'ÉCRITURE

Béatrix JOUAULT

LUNDI | 14h-16h | 2 fois/mois

4 places

### BRODERIE

Isabelle VERNY

1 SAMEDI/MOIS | 13h30-17h

6 places

### CLUB PHOTO

Goulven MORIZUR

2 JEUDIS/ MOIS | 9h45-11h45

6 places

### CHANT - COURS INDIVIDUEL

Aline IMPIERI

LUNDI, JEUDI, VENDREDI | 30MIN

### CHORALE - CHORAL'IN

Aline IMPIERI

JEUDI | 20H-21H15

15 places

### GOSPEL - CHOEUR GOSP'AILES

Aline IMPIERI

Débutant : LUNDI | 18H45-19H45

6 places

### ÉMAUX

Marie PELABON et Jocelyne KERMARREC

VENDREDI | 13h30-17h

6 places

### POTERIE

Tous niveaux | MARDI | 14h-16h | Gen. BODÉNÈS

Confirmé | JEUDI | 14h-16h | Joëlle SCULO

5 places

# ARTS DE LA SCÈNE

**THÉÂTRE DU MOUVEMENT**  
Yaël HOROWICZ | Cie Casse-Routine  
Débutant  
LUNDI | 19H45-21H15

2 places

## DANSES

**CETTE ANNÉE,  
J'APPRENDS À DANSER**  
Liza SICHE-JOUAN  
JEUDI | 20h15-21h30

2 places

**DANSE AFRICAINE**  
Association PETTAAW BI  
MARDI | 19h-20h

7 places

## SPORTS

**AÏKIDO**  
École d'Aïkido  
LUNDI OU MARDI | 19h30-21h  
SAMEDI | 10h-11h30

10  
places

**MAJORETTES**  
Océane KRAUSS  
MERCREDI | 17h30-19h

10  
places

**PARCOURS FITNESS**  
Ludivine EMERIC  
VENDREDI | 12h15-13h15

5 places

**RENFORCEMENT MUSCULAIRE**  
Mélanie GRÉSIL DEBAISIEUX  
MARDI | 19h-20h

9 places

**RENFO' MUSCULAIRE MODÉRÉ**  
Mélanie GRÉSIL DEBAISIEUX  
LUNDI | 11h15-12h15

7 places

**STRETCHING**  
Ludivine EMERIC  
VENDREDI | 9h30-10h30

5 places



# BIEN-ÊTRE



## BIODANZA

Sabine LARCHER

SAMEDI 17/01, 14/03, 30/05 | 13h30-15h30

10 places



## HATHA YOGA

Céline CASTEL

LUNDI | 9h-10h15

6 places

## HERBORISTERIE

Isabelle VERNY

1 SAMEDI/ MOIS | 10h30-12h

10/01, 07/03, 11/04, 02/05, 23/05, 13/06

5 places

## PILATES DOUX

Mélanie GRÉSIL DEBAISIEUX

LUNDI | 10h15-11h15

2 places

## YIN YOGA

Christelle CHEVALLARD

VENDREDI | 18h15-19h30 | 19h45-21h

3 places

## YOGA ET AUTOMASSAGES

Christelle CHEVALLARD

MERCREDI | 18h30-19h45

VENDREDI | 10h30-11h45

1 place

4 places

## SOPHROLOGIE

Astrid CHATAIN

LUNDI | 10h-11h15

5 places





# LES TARIFS

QF	QF 0-560	QF 561-799	QF 800-1000	QF 1001-1500	QF >1501
1 <sup>er</sup> éveil musical*	27 €	39 €	48 €	57 €	63 €
Éveil musical*	54 €	75 €	96 €	111 €	126 €
Éveil gymnique*	42 €	57 €	72 €	84 €	96 €
Sophrologie**	13 €	18 €	24 €	33 €	39 €

\*tarif du duo parent/ enfant \*\*Inscription possible à la séance: 15€ le duo

Éveil à la modern jazz	35 €	48 €	60 €	72 €	84 €
Éveil sportif	35 €	48 €	60 €	72 €	84 €
Arts créatifs et dessin	57 €	79 €	100 €	117 €	138 €
Stage de magie	50 €	70 €	90 €	103 €	116 €

Inscription possible à la séance. Tarifs selon QF : de 26 à 59€

Théâtre d'impro'	57 €	79 €	100 €	117 €	138 €
Théâtre	69 €	96 €	120 €	141 €	165 €
Breakdance	46 €	64 €	80 €	94 €	111 €
Danse classique	35 €	48 €	60 €	72 €	84 €
Danse modern jazz et orientale	46 €	64 €	80 €	94 €	111 €
Football U6-U7 et féminin	30 €	42 €	48 €	61 €	66 €
Football U10 à U13	39 €	49 €	55 €	64 €	70 €
Football U15	51 €	60 €	66 €	76 €	82 €
Multisports	57 €	79 €	100 €	117 €	138 €
Passeport loisirs	46 €	64 €	80 €	94 €	111 €

Atelier d'écriture	24 €	30 €	36 €	42 €	48 €
Broderie	144 €	156 €	174 €	192 €	210 €
Club photo	33 €	42 €	54 €	63 €	69 €
Chant - individuel	285 €	309 €	309 €	357 €	357 €
Chorale	46 €	64 €	64 €	75 €	75 €
Gospel	57 €	82 €	82 €	103 €	103 €
Émaux	50 €	66 €	84 €	98 €	115 €
Poterie	69 €	87 €	108 €	126 €	147 €
Théâtre du mouv.	57 €	79 €	96 €	117 €	138 €
J'apprends à danser	57 €	79 €	96 €	117 €	138 €
Danse africaine	46 €	64 €	80 €	94 €	111 €
Aïkido	78 €	90 €	96 €	102 €	114 €
Majorettes	52 €	64 €	76 €	87 €	99 €
Parcours fitness, Renfo' musculaire normal et modéré, Stretching	46 €	64 €	80 €	94 €	111 €
Biodanza*	48 €	51 €	54 €	57 €	60 €

\*Inscription possible à la séance. Tarifs : 22€

Herboristerie**	54 €	72 €	90 €	108 €	120 €
-----------------	------	------	------	-------	-------

\*\*Inscription possible à la séance. Tarifs : 28€

Pilates doux	46 €	64 €	80 €	94 €	111 €
Yin yoga, Hatha yoga, Yoga/ automassages, et Sophrologie	57 €	79 €	96 €	117 €	138 €