

# Guide des Activités 2019-2020

## Citédia Maison des Associations



MAISON  
DES  
ASSOCIATIONS

6, cours des Alliés- 35000 Rennes  
T → 02 23 40 02 50 F → 02 23 40 16 16  
M → [accueil.mda@citedia.com](mailto:accueil.mda@citedia.com)  
W → [www.salles-mda.fr](http://www.salles-mda.fr)

Amplitude de location (horaires modulables en période de vacances scolaires)

Du lundi au samedi de 8h30 à 23h45

Le dimanche de 9h00 à 20h uniquement pour des évènements ouverts au grand public (spectacle, concert, conférence, congrès...). Nous consulter.

# CHANT, MUSIQUE

## CHANT GOSPEL

### New Sound

Lundi de 18h00 à 19h15

M<sup>me</sup> Pinçon

T → 06 88 14 06 01

M → [sonya.jazz@yahoo.fr](mailto:sonya.jazz@yahoo.fr) / W → [songoffreedom.com](http://songoffreedom.com)

## CHORALE

### Tous en chœur

Mercredi de 15h00 à 16h30

M<sup>me</sup> Théry

T → 06.76.26.12.49

M → [michele.therychatbleu@wanadoo.fr](mailto:michele.therychatbleu@wanadoo.fr)

# CINÉMA

## ÉDUCATION À L'IMAGE [HISTOIRE DU CINÉMA, ANALYSE FILMIQUE]

### Clair Obscur

Mardi de 9h30 à 12h00

M. Froger

T → 02 26 43 86 68

M → [jacques@clairobscur.info](mailto:jacques@clairobscur.info) / W → [clairobscur.info](http://clairobscur.info)

# COURS DE LANGUE

## JAPONAIS

### Bretagne Japon

Vendredi de 19h00 à 20h30

M. Chauvin

T → 06 67 74 56 70

M → [maeden55@gmail.com](mailto:maeden55@gmail.com) / W → [bretagne-japon.fr](http://bretagne-japon.fr)

## PORTUGAIS

### ACP Alma Lusa

Lundi et mercredi de 18h15 à 19h45

M. Lanoë

T → 06 89 87 68 37

M → [almalusa@laposte.net](mailto:almalusa@laposte.net) / W → [almalusa35.blogspot.fr](http://almalusa35.blogspot.fr)

# DANSE

## DANSE AFRICAINE

### Kouliballets

Jeudi de 12h15 à 13h30

M<sup>me</sup> Rey

T → 06 88 74 81 12

M → [association.kouliballets@orange.fr](mailto:association.kouliballets@orange.fr) / W → [kouliballets.free.fr](http://kouliballets.free.fr)

# DANSE

## DANSE CLASSIQUE

### Rythme et Danse

Mercredi de 13h45 à 17h30 / Samedi de 11h30 à 14h45

M<sup>me</sup> Moinerie-Soyer

T → 02 99 09 13 81

M → [rythme.et.danse35@gmail.com](mailto:rythme.et.danse35@gmail.com) / W → [asso.rythmedanse.free.fr](http://asso.rythmedanse.free.fr)

## DANSE INDIENNE

### Mira-Baï

Vendredi de 19h00 à 20h15

M<sup>me</sup> Kazi-Le Franc

T → 06 82 86 28 21 / M → [mira-bai@orange.fr](mailto:mira-bai@orange.fr) / W → [mira-bai.com](http://mira-bai.com)

## DANSE ORIENTALE

### Fievra

Mercredi de 18h30 à 19h30

M<sup>me</sup> Guseva

T → 06 59 54 02 32 / M → [contact@fievra.fr](mailto:contact@fievra.fr) / W → [fievra.fr](http://fievra.fr)

## DANSE DE SALON [VALSE, TANGO, PASO...]

### Duo Danse

Jeudi de 20h30 à 21h30

M<sup>me</sup> Claverie

T → 06 61 96 21 83 / M → [duo.danse@laposte.net](mailto:duo.danse@laposte.net) / W → [duodanse35.free.fr](http://duodanse35.free.fr)

## DANSE SOLO [COUNTRY, IRLANDAISE, LATINO, SWING...]

### Duo Danse

Jeudi de 18h30 à 19h30

M<sup>me</sup> Claverie

T → 06 61 96 21 83

M → [duo.danse@laposte.net](mailto:duo.danse@laposte.net) / W → [duodanse35.free.fr](http://duodanse35.free.fr)

### Francisco Danse

Lundi de 19h45 à 20h45

M. Fonseca

T → 06 64 76 51 33 / M → [francisco.fonseca35@orange.fr](mailto:francisco.fonseca35@orange.fr)

## ROCK'N ROLL/RYTHMES LATINO

### Duo Danse

Jeudi de 19h30 à 20h30

M<sup>me</sup> Claverie

T → 06 61 96 21 83

M → [duo.danse@laposte.net](mailto:duo.danse@laposte.net) / W → [duodanse35.free.fr](http://duodanse35.free.fr)

## SALSA

### Fievra

Mardi de 19h15 à 22h15

M<sup>me</sup> Guseva

T → 06 59 54 02 32 / M → [contact@fievra.fr](mailto:contact@fievra.fr) / W → [fievra.fr](http://fievra.fr)

# DANSE

## DANSE SWING [LINDY HOP ET CHALERSTON...]

### Hop'n Swing

Mercredi de 19h30 à 21h45

M → [hopnswing@gmail.com](mailto:hopnswing@gmail.com) / W → [hopnswing.com](http://hopnswing.com)

### Swingin' in the Rennes

Mercredi de 19h30 à 22h30

M<sup>me</sup> Stevens

T → 06 18 53 26 95

M → [rennesswing@gmail.com](mailto:rennesswing@gmail.com) / W → [swingrennes.com](http://swingrennes.com)

# ARTS MARTIAUX, GYMNASTIQUE, RELAXATION

## GYMNASTIQUE

### As ORTF Gym

Mardi et Vendredi de 12h30 à 13h30

M<sup>me</sup> Portrait

T → 02 99 01 78 22 / M → [helene.portrait@francetv.fr](mailto:helene.portrait@francetv.fr)

## MÉDITATION

### En Vie d'Equilibre

Lundi de 20h00 à 21h45

M<sup>me</sup> Evain

T → 06 62 85 15 72

M → [formetsens@free.fr](mailto:formetsens@free.fr) / W → [ateliers-formetsens.fr](http://ateliers-formetsens.fr)

### Source d'Harmonie

Mardi de 17h15 à 18h15

M<sup>me</sup> Giquel

T → 06 69 41 74 44

M → [sourcejoie@gmail.com](mailto:sourcejoie@gmail.com) / W → [auroremarine.com](http://auroremarine.com)

## MÉTHODE FELDENKRAIS

### Feldenkrais Rennes

Lundi de 11h00 à 12h00 et de 12h30 à 13h30 / Vendredi de 18h15 à 19h15

M<sup>me</sup> Briand

T → 06 19 26 07 76 / M → [violaine.briand.v@gmail.com](mailto:violaine.briand.v@gmail.com)

## QI-GONG

### Qigong Terre et Ciel

Mardi de 18h30 à 20h00

M. Xie

T → 02 99 65 13 26 / 06 40 35 49 29

M → [qigongterreciel@gmail.com](mailto:qigongterreciel@gmail.com) / W → [qigongterreciel.fr](http://qigongterreciel.fr)

### Tao du Coeur

Lundi de 15h30 à 16h30 / Vendredi de 10h30 à 11h30

M<sup>me</sup> Sans

T → 06 64 32 75 90

M → [35taoducoeur@gmail.com](mailto:35taoducoeur@gmail.com) / W → [taoducoeur.fr](http://taoducoeur.fr)

### Sheng Ming

Mardi et Jeudi de 12h30 à 13h30

M<sup>me</sup> Duflos

T → 06 70 73 50 40 / M → [shengmingasso@gmail.com](mailto:shengmingasso@gmail.com)

# ARTS MARTIAUX, GYMNASTIQUE, RELAXATION

## RENFORCEMENT MUSCULAIRE

### Ren'Vocasport

Jeudi de 17h30 à 18h30

M<sup>me</sup> Pain

T → 06 61 32 16 34 / M → ren.vocasport@orange.fr

## SABRE LASER

### Force Academy Rennes

Vendredi de 18h30 à 20h00 et de 20h00 à 21h30

M<sup>me</sup> Brun-Caratini

T → 06 15 05 61 65 / M → contact@forceacademyrennes.com

W → forceacademyrennes.com

## SELF-DÉFENSE

### Krav Maga Centre Rennes (KMCR)

Jeudi de 19h00 à 20h30

M. Nessi

T → 06 12 60 48 36 / M → nessi.j@gmail.com W → kmcr.fr

## SOPHROLOGIE

### Bien-Être

Jeudi de 18h30 à 19h30

M<sup>me</sup> Bougrat

T → 06 24 51 77 86

M → bougrat.joelle.@orange.fr / W → bougrat-gestalt.fr

### Tao du Coeur

Mardi de 18h15 à 19h15

M<sup>me</sup> Sans

T → 06 64 32 75 90

M → 35taoducœur@gmail.com / W → taoducœur.fr

## STRETCHING

### Ren'Vocasport

Mardi de 11h00 à 12h00 / Vendredi de 12h30 à 13h30

M<sup>me</sup> Pain

T → 06 61 32 16 34 / M → ren.vocasport@orange.fr

## TAÏ CHI CHUAN

### Le Roseau

Jeudi de 11h00 à 12h00

M. Huchédé

T → 06 62 92 63 93

M → taichileroseau@gmail.com / W → taichileroseau.fr

## YOGA

### Fievra

Samedi de 10h00 à 11h15

M<sup>me</sup> Guseva

T → 06 59 54 02 32 / M → contact@fievra.fr / W → fievra.fr

### La Petite Gendronnière

Mercredi de 12h30 à 13h45

M<sup>me</sup> Péquignot

T → 06 87 50 16 83

M → yoga35.sylvie@gmail.com / W → yoga35sylvie.com

# ARTS MARTIAUX, GYMNASTIQUE, RELAXATION

## YOGA

### Source d'Harmonie

Mardi de 19h30 à 20h45 / Mercredi de 15h45 à 16h45 / Jeudi et vendredi de 12h30 à 13h45

M<sup>me</sup> Giquel

T → 06 69 41 74 44

M → [sourcejoie@gmail.com](mailto:sourcejoie@gmail.com) / W → [auroremarine.com](http://auroremarine.com)

## YOGA ENFANT

### Source d'Harmonie

Mercredi de 14h30 à 15h30

M<sup>me</sup> Marine

T → 06 33 18 12 39

M → [contact@auroremarine.com](mailto:contact@auroremarine.com) / W → [auroremarine.com](http://auroremarine.com)

## ZUMBA/FITNESS

### Fievra

Lundi de 18h15 à 19h15 / Mardi de 18h30 à 19h15 / Mercredi de 17h45 à 18h30

M<sup>me</sup> Guseva

T → 06 59 54 02 32 / M → [contact@fievra.fr](mailto:contact@fievra.fr) / W → [fievra.fr](http://fievra.fr)

## PERMANENCES, RENCONTRES MENSUELLES

### ARMEC (Association Rennaise pour la Maîtrise de l'Énergie dans les Copropriétés)

3ème mercredi du mois de 18h30 à 20h00

M. Quignon

T → 07 87 81 67 44 / M → [contact.armec@gmail.com](mailto:contact.armec@gmail.com) / W → [armeco.org](http://armeco.org)

### SOS Voyageurs

1<sup>er</sup> mardi du mois de 18h00 à 19h15

M. Ray

T → 02 99 23 15 05

M → [sosvoyageurs.rennes@gmail.com](mailto:sosvoyageurs.rennes@gmail.com) / W → [sosvoyageurs.org](http://sosvoyageurs.org)

### Terres de Soi

Mardi de 14h30 à 16h30

M<sup>me</sup> Pain

T → 06 61 32 16 34 / M → [terresdesoi@orange.fr](mailto:terresdesoi@orange.fr)

La Maison des Associations accueille les associations, collectivités territoriales, organismes du secteur privé, syndicats de copropriété pour de nombreuses manifestations telles que des spectacles, concerts, réunions, conférences, assemblées, concours, formations, cours de danse, .etc...

+ d'infos sur [www.salles-mda.fr](http://www.salles-mda.fr).