



**MAISON DES
ASSOCIATIONS**



**GUIDE
DES ACTIVITÉS
2024 - 2025**





Ce guide vous présente les activités proposées par différentes associations accueillies au sein de la Maison des Associations.

La Maison des Associations accueille des associations de l'agglomération rennaise, des organismes publics ou privés qui souhaitent organiser des activités ponctuelles, des formations, des spectacles, des conférences grand public...

La Maison des Associations propose à la location 11 salles modulables et équipées de 14 à 133m², une salle de danse, une salle de musique, une salle d'exposition et une salle de spectacles de 250 places. Ces espaces sont équipés de matériel audiovisuel ou de sonorisation et sont aménageables selon les besoins.

Sommaire

Chant, musique

p. 04

**Gymnastique,
Relaxation, Arts
martiaux,**

p. 11

Cours de langue

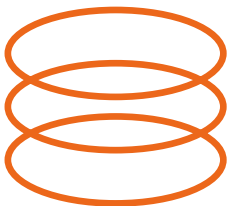
p. 05

**Permanences,
rencontres
mensuelles**

p. 15

Danse

p. 08



Chant, musique

Chant gospel

New Sound

Lundi • 18h → 20h30

Mme Pinçon

📞 06 88 14 06 01

✉️ sonya.jazz@yahoo.fr

🌐 songoffreedom.com

Chorale

Tous en Chœur

Mercredi • 15h → 16h30

Mme Buffet

📞 02 99 36 81 16

✉️ myv-a@orange.fr

Cours de langue

Coréen

Korea Breizh

Tous les 15 jours

Lundi • 19h30 → 21h

Mercredi et jeudi

• 18h → 21h30

Mme Hamayon

✉ coursdecoreen@koreabreizh.fr

🌐 koreabreizh.fr

Japonais

Bretagne Japon

Jeudi et vendredi

• 17h15 → 20h30

M. Le Ny

✉ ateliers@bretagne-japon.org

🌐 bretagne-japon.fr

Français pour russophones

Matriochka en Bigouden

Lundi et mercredi

• 10h30 → 12h

Mardi • 11h → 12h30

Mme Lunova

📞 06 61 08 25 49

✉️ matriochkaenbigouden@gmail.com

🌐 matriochka-en-bigouden.fr

Russe

Matriochka en Bigouden

Lundi et mercredi

• 18h45 → 21h

Mme Lunova

📞 06 61 08 25 49

✉️ matriochkaenbigouden@gmail.com

🌐 matriochka-en-bigouden.fr

Italien

Aria Nova

Lundi • 16h → 19h30

Mardi • 18h15 → 19h45

Mercredi • 10h → 11h30
et 18h15 → 19h45

Jeudi • 10h → 11h30

M. D'Isola

📞 06 20 84 53 66

✉ arianova35@aol.com

🌐 ariano-nova.org

Danse

Danse africaine

Kouliballets

Jeudi • 12h15 → 13h30

Mme Rey

📞 06 88 74 81 12

✉ association.

kouliballets@orange.fr

🌐 kouliballets.wixsite.com

Danse polynésienne

A 'Ori Mai

Vendredi • 20h → 22h

Mme Fournet

📞 06 45 56 37 58

✉ aorimai35@gmail.com

🌐 leilani35.wixsite.com

Danse classique

Centre Chorégraphique de l'Ouest

Mardi • 10h15 → 11h45

Mme Poirier – Ponziewitch

📞 06 67 24 18 78

✉ maiapnz@outlook.fr

📱📷 Maia PNZ

Rythme et Danse

Mercredi • 13h30 → 17h15

Samedi • 11h15 → 14h30

Mme Moinerie – Soyer

📞 02 99 09 13 81

✉ carmensoyer@aol.fr

🌐 rythme-et-danse35.fr

Danse contemporaine

!mpulse

Mercredi • 20h30 → 22h

Mme Leplumey

✉ impulse.danse35@gmail.com

🌐 impulse-danse.fr

House Dance

La Tête dans les Baskets

Mercredi • 19h30 → 22h

Mme Césaire

✉ latetedanslesbaskets@gmail.com

📍 [practicehousemusicrennes](https://www.instagram.com/practicehousemusicrennes)

Danse de salon, salsa, latino, rock swing

Duo Danse

Jeudi • 18h30 → 21h30

Mme Claverie

📞 06 61 96 21 83

✉ duo.danse@laposte.net

🌐 duodanse35.free.fr

Dancehall, reggaeton, danse urbaine

Fievra

Informations sur le site internet fievra.fr

Mme Guseva

📞 06 59 54 02 32

✉ contact@fievra.fr

🌐 fievra.fr

Danse K-Pop

Fievra

Informations sur le site internet fievra.fr

Mme Guseva

☎ 06 59 54 02 32

✉ contact@fievra.fr

🌐 fievra.fr

Koréa Breizh

Lundi • 19h45 → 21h15

M. Ly

✉ kpop@koreabreizh.fr

🌐 koreabreizh.fr

Kizomba, Tango Argentin

Kizomba Univers

Jeudi • 19h30 → 23h

M. Abdallah

☎ 06 99 80 79 27

✉ kizombaunivers@gmail.com

📍 Kizomba Dance Univers

Une Touche de Tango

Lundi • 20h45 → 22h

Mardi • 20h15 → 22h15

1 samedi par mois

• 15h → 17h45

M. Pavelet

☎ 06 22 97 43 78

✉ contact@unetouchedetango.com

🌐 unetouchedetango.com

Gymnastique, relaxation

Gymnastique

AS ORTF

Mardi et vendredi

• 12h30 → 13h30

Mme Boué

📞 06 19 90 23 23

✉ francoise.boue
@francetv.fr

Méditation

Sahaja Yoga

Mercredi • 19h → 20h15

Mme Keshtdar

📞 07 69 54 31 90

✉ giselekeshtdar@
gmail.com
🌐 meditationrennes.org

Méthode Feldenkrais

Feldenkrais Rennes

Mardi • 17h45 → 19h

Mme Briand

📞 06 19 26 07 76

✉ violaine.briand.v
@gmail.com
🌐 violainebriand.com

Zumba, Fitness, Pilates

Fievra

Informations sur le site
internet fievra.fr

Mme Guseva

📞 06 59 54 02 32

✉ contact@fievra.fr
🌐 fievra.fr

Yoga

Fievra

Informations sur le site internet fievra.fr

Mme Guseva

📞 06 59 54 02 32

✉ contact@fievra.fr

🌐 fievra.fr

Le Jardin du Yoga

Lundi • 18h → 19h15

Mme Maussion

📞 06 61 54 72 63

✉ info@lejardinduyoga.fr

🌐 lejardinduyoga.fr

Mouvement de Vie

Jeudi • 19h → 20h15

M. Maniey

📞 06 78 14 21 00

✉ mouvementdevie35@gmail.com

🌐 mouvement-de-vie.com

Mosaïque

Mardi • 9h → 10h15

Vendredi • 12h30 → 13h45

Samedi • 9h → 11h

M. Malas

📞 06 61 41 60 16

✉ contact.mosaique.35@gmail.com

🌐 gilleskerviche.com

Source d'Harmonie

Mardi • 12h30 → 13h45

et 19h15 → 20h30

Jeudi • 12h30 → 13h45

1 samedi par mois

• 10h → 13h

Mme Giquel

📞 06 69 41 74 44

✉ sourcejoie@gmail.com

🌐 kategiquel.fr

Arts martiaux

Qi Gong

Qi Gong Terre Ciel

Mardi • 18h30 → 20h

Mme Xie

☎ 06 87 39 61 66

✉ qigongterreciel@gmail.com

🌐 qigongterreciel.fr

La Mort, tout un Art !

Lundi • 20h15 → 21h15

Mme Milliard

☎ 06 13 38 49 60

✉ pratiquerleqigong@gozmail.bzh

📍 Pratiquer le Qi Gong

Sheng Ming

Mardi et jeudi

• 12h30 → 13h30

Mme Duflos

☎ 06 70 73 50 40

✉ shengmingasso@gmail.com

Tao du Cœur

Mardi • 15h30 → 16h30

Jeudi • 10h → 11h

Mme Sans

☎ 06 64 32 75 90

✉ christine.sans@taoduceur.fr

🌐 taoduceur.fr

Tai Chi Chuan

ATSCAF 35

Jeudi • 17h45 → 19h

M. Jouan

📞 02 99 79 80 82

✉️ pjouan@wanadoo.fr

🌐 atscaf35.fr

Tao du Cœur

Mardi • 14h15 → 15h15

Jeudi • 11h → 12h

Mme Sans

📞 06 64 32 75 90

✉️ christine.sans
@taoduceur.fr

🌐 taoduceur.fr

Permanences, rencontres mensuelles

ARMEC

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

3^e mercredi du mois

• 18h30 → 20h

M. Valo

☎ 07 87 81 67 44

✉ contactarmec@gmail.com

🌐 armeco.org

Autism'Aide35

Mercredi • 14h → 17h

Vendredi • 14h → 15h30

1 samedi par mois

• 10h30 → 12h30

et 16h → 18h

M. Jardin

☎ 06 88 19 78 87

✉ autismaide35@gmail.com

🌐 autismaide.com

Culture et Bibliothèque pour Tous

1 mardi par mois

• 14h → 17h30

Mme Boutron

✉ bibliocd35@gmail.com

🌐 cbpt35.fr

La Fresque du Climat

1 mardi et 1 mercredi
par mois • 19h → 22h

M. Kersulec

☎ 06 83 59 85 52

✉ stephane.kersulec@gmail.com

🌐 fresqueduclimat.org

Autres organismes



Association pour la Promotion
de l'Action et de l'Animation
Sociale (APRAS)

Lundi au vendredi
• 8h30 → 12h30 / 13h30 → 17h30

☎ 02 99 31 52 44

✉ contact@apras.asso.fr

🌐 apras.org



Benenova

Mardi au jeudi • 10h → 12h

Vendredi • 14h → 17h

☎ 07 49 39 66 76

✉ contact.rennes@benenova.fr

🌐 benenova.fr/rennes



France Bénévolat 35

Mardi au jeudi • 14h → 17h

☎ 09 66 80 26 72

✉ benevolat35@gmail.com

🌐 ille-et-vilaine.francebenevolat.org



Bug

Lundi au vendredi • 9h → 12h30
et 14h → 17h30

Permanences associatives :

Lundi et vendredi • 15h → 16h30

Mardi au vendredi

• 10h30 → 12h et 15h → 16h30

☎ 02 99 85 89 52

✉ contact@asso-bug.org

🌐 asso-bug.org



Canal B

☎ 02 99 52 77 66

✉ contact@canalb.fr

🌐 canalb.fr



Eko Synergies

☎ 06 95 86 55 36


✉ contact@ekosynergies.org


🌐 eko-synergies.org



**Laboratoire de Fabrication
numérique (LABFAB)**

Mercredi et samedi • 14h → 18h


 02 99 30 77 95


 contact@asso-bug.org


 labfab.fr



**Mouvement Associatif
Rennais (MAR)**

 02 99 85 83 13


 mar@assorennes.org

 [mouvementassociatif-
rennais.org](http://mouvementassociatif-rennais.org)



Quantic Café

Lundi au vendredi • 9h → 16h

 09 83 06 04 06

 contact@quantic-traiteur.com

Notes

A series of 20 horizontal dotted lines, spaced evenly down the page, intended for writing notes. The lines are orange and extend across most of the width of the page.

Horaires

(horaires susceptibles de changements
en période de vacances scolaires)

Horaires d'accueil

Lundi au jeudi
8h30 → 12h45 • 13h45 → 18h45

Vendredi
8h30 → 12h45 • 13h45 → 18h

Horaires de location

- Lundi au samedi
8h30 → 23h45 et le dimanche
sous conditions ;
- Fermetures annuelles :
4 semaines en été
et 1 semaine à Noël.



Maison des Associations

6, cours des Alliés
35000 Rennes

📞 02 23 40 02 50

✉️ accueil.mda@citedia.com

🌐 salles-mda.fr
mda-rennes.org




Accès

Bus et métro
Charles de Gaulle
Parking De Gaulle-Gare
et Colombier
À 5 minutes de la Gare SNCF



MAISON DES ASSOCIATIONS

6, COURS DES ALLIÉS
35000 RENNES

-  02 23 40 02 50
-  ACCUEIL.MDA@CITEDIA.COM
-  SALLES - MDA.FR
MDA - RENNES.ORG



Un équipement
de la Ville de Rennes
géré par Citédia