



Saison 2023-2024



Clubs et sections Sport Adapté des Côtes d'Armor

Trouvez un club près de chez vous !

Le Sport Adapté

Pour les personnes en situation de handicap mental, psychique et/ou porteuses de Troubles du Spectre de l'Autisme

C'est quoi ?

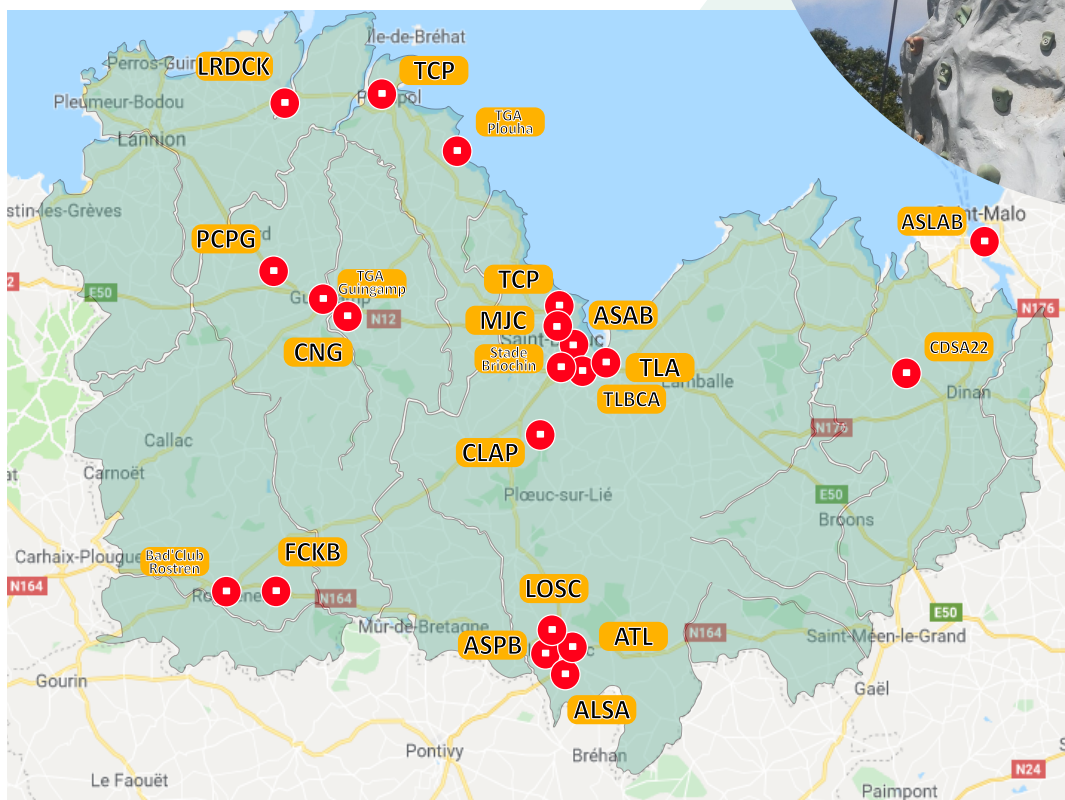
C'est l'ensemble des sports proposés par la Fédération Française du Sport Adapté (FFSA) à destination des personnes en situation de handicap mental, psychique et/ou de Troubles du Spectre Autistique..

De très nombreuses activités sont proposées en loisir ou en compétition.

C'est pour qui ?

Pour les jeunes et adultes souhaitant avoir une pratique sportive, dans un environnement adapté à leurs envies, à leurs capacités et à leurs besoins.

Où pratiquer ?



Activité physique et sportive adaptée **BOUGER, C'EST POSSIBLE !**

“ C’est important
pour la santé de
faire du sport ! ”

Guillaume



“ Tu peux venir
avec moi ! ”

Mathilde



“ On a l’esprit
tranquille toute
la nuit ! ”

Jacky



POUR EN SAVOIR PLUS

→ bretagne-sport-sante.fr

→ sportadapte.fr

CÔTES D'ARMOR - sportadapte22@gmail.com - 07 77 84 59 24
catherine.geoffroy@mdph.cotesdarmor.fr - 02 96 01 01 24
FINISTÈRE - sportadapte29@gmail.com - 06 68 66 91 23
ILLE ET VILAINE - sportadapte35@gmail.com - 06 87 02 74 22
MORBIHAN - sportadapte56@gmail.com - 07 67 24 41 77





ASAB : Association Sport Adapté Briochine

Activités

Tennis de table

Pétanque

Natation

Athlétisme

Expression corporelle

Musculation Santé Mentale

Multisports jeunes TSA

Lundi : 18h30-19h30

Mardi : 18h30-19h30

Mercredi : 17h45-19h

Jeudi : 19h30-21h00

Vendredi : 18h30-19h30

Mardi : 14h-15h

Lundi après midi

Ploufragan

Saint-Brieuc

Saint-Brieuc

Saint-Brieuc

Saint-Brieuc

Saint-Brieuc

Trégueux

Tarifs

1 activités

90€ (natation + 15€)

2 activités

130€ (natation + 15€)

3 activités

150€ (natation 15€)

Contacts

Véronique VIESTE

06 95 22 33 30

asabriochine@gmail.com



Sport Adapté Briochine ASAB



www.asab22.com



TCP : Tennis Club Plérin

Tennis

Halle Marcel Gouedard, 4 rue du Stade, Plérin

Tarif

50€ à l'année + licence FFSA



Tennis Club Plérin



www.club.fft/tcplerin



Contact

Sabine BEAUGENDRE

tennis.club.plerin@wanadoo.fr

02 96 74 56 85



Stade Briochin

Football

Jeudi : 18h30-19h30

Stade Fred Aubert ou stade de Chaptal, St Brieuc

Tarif

Pour plus d'informations, contacter le club



Stade Briochin



www.stadebriochin.com



Contact

Stéphane HUET

contact@stadebriochin.com

06 88 67 98 39



Tréguex Languex Basket Armor 22

Basket

Mardi : 18h00 - 19h30

Salle Omnisport Le Rebond, Languex

Tarif

80€ licence FFSA incluse



Tréguex Languex Basket Armor 22

Contact

Agnès GREGOIRE

tlba22.secretaire@gmail.com

06 76 51 02 84



CLAP : Culture Loisirs Adaptés Plaintel

Activités

Tennis de table : lundi 17h45 - 19h00

Multisport pour personnes retraités : Du lundi au vendredi 14h30 - 16h30

Lieu : Plaintel

Tarif

Association d'établissement.

Pour plus d'informations, contacter le club

Contact

Heloise MARTIN

clap2209@gmail.com

07 83 74 22 83



Tréguex Languex Athlétisme

Athlétisme

Plusieurs créneaux possibles, contacter le club

Tarif

Pour plus d'informations, contacter le club



Tréguex Languex Athlétisme TLA

Contact

Kevin Lozach

kevin.lozach.tla@gmail.com

06 34 12 23 99



MJC du plateau Section Canoë-Kayak

En cours d'affiliation

Canoë Kayak

Plusieurs créneaux possibles, contacter le club

Tarif

Pour plus d'informations, contacter le club



Canoë-Kayak Saint Brieuc - MJC du Plateau

Contact

Tibault Chenel

canoekayak.mjcduplateau@gmail.com

06 29 54 55 70



TCP : Tennis Club Paimpol

Tennis

Plusieurs créneaux possibles, contacter le club

Entraînement régulier : contacter le club
5€/personne par stage entraînement +
licence FFSA

5€/personne par stage motricité + licence
FFSA

Rue de Bel-Air, Paimpol



TC Paimpol



www.tennisclubpaimpol.fr

Contact

Sylvain DHENNIN

sylvain.dhennin@wanadoo.fr

06 81 55 83 10

02 96 22 07 25



FCKB : Football Club

Kreizh Breizh

En cours d'affiliation

Football

Plusieurs créneaux possibles, contacter le club

Tarif

Pour plus d'informations contacter le club



FC Kreizh Breizh

Contact

Matheis Cléménard

matheis.clemenard@gmail.com

06 47 83 08 39



LRDCK : La Roche

Derrien

Canoë-Kayak

Canoë-Kayak

Plusieurs créneaux possibles, contacter le club

Tarif

Pour plus d'informations, contacter le club



La Roche Derrien canoë-kayak



www.larochederrien-canoekayak.com

Contact

Base les Prajou

kayakrochederrien@gmail.com

06 86 15 29 44



Bad'Club Rostren

Badminton

Plusieurs créneaux possibles, contacter le club

Gymnase de Porz-Moëlou, Rostrenen

Tarif

Pour plus d'informations, contacter le club



Bad'Club Rostren



www.badminton-rostrenen.fr

Contact

Jacques Siberil

Jacques.siberil@wanadoo.fr

06 40 14 26 48



TGA : Tregor Goelo Athlétisme

Athlétisme

Lun, Mar, Mer et Vend 16h30-18h, Sam 10h00-12h00

Stade du Prieuré, Guingamp

Piste d'athlétisme de Plouha

Tarif

37€ à l'année

120€ à l'année +FFA



Trégor Goëlo Athlétisme



www.athleguingamp.wordpress.com

Contact

Marie Jo CAMARD

tga.guingamp@gmail.com

06 58 18 16 09



CNG : Club des Nageurs de Guingamp

Natation

Plusieurs créneaux possibles, contacter le club

Piscine Ar Poull Neuiall de Guingamp

Tarif

Pour plus d'informations contacter le club



[cnguingamp](https://www.instagram.com/cnguingamp)



www.guingamp-natation.com

Contact

Karine GAUTIER CAUDAL

guingamp.natation@gmail.com

06 71 17 95 89



PCPG : Pétanque Club Plouisy - Guingamp

Pétanque

Plusieurs créneaux possibles, contacter le club

Tarif

Pour plus d'informations contacter le club



Pétanque Club Plouisy Guingamp

Contact

Loïc Eymerit

petanqueclub.plouisyguingamp@gmail.com

06 75 37 73 71





LOOSC : Loudéac Olympique Sporting Club

Football

Lundi : 19h - 20h

Stade Louis Chevé - Loudéac

Tarif

Pour plus d'informations, contacter le club



Loudéac Olympique Sporting Club



www.loudeacosc.fr

Contact

Christophe LE MOUEL

christophe22600@orange.fr

06 42 56 70 98



ASPB : Association Sportive Des Papillons Blancs

Multisport

Multisports

Loudéac

Tarif

Association d'établissement.

Pour plus d'informations ,contacter le club

Contact

Stéphane MAUPILLIER - IME St Bugan

gymnase.imeloudeac@adapei-nouvelles.com

02 96 66 81 20

ALSA : Association Loudéacienne Sport Adapté

Natation

Samedi 11h45 - 12h45

Piscine aquatides, Loudéac

Tarif

40€ licence FFSA incluse

Contact

Monique JOSSELIN

monique.josselin@wanadoo.fr

06 48 94 23 25





ASLAB : Association Sport et Loisir Adapté de Bretagne

Voile

Pour plus d'informations, contacter le club

Tarif

Pour plus d'informations, contacter le club



www.aslab.fr

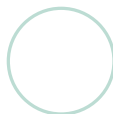


Contact

Michel Leblanc

secretariat@aslab.fr

06 86 42 15 03



CDSA22 - autisme Dinan

Multisport

Vendredi : 14h - 16h30 : 2 groupes, nous contacter
pour plus de renseignements

Complexe sportif, Dinan

Tarif

150€ licence incluse

Contact

Aurélien GERARD

aurelien.gerard.cdsa22@gmail.com

06 74 35 23 66



Tarif licence 2021/2022 (sans adhésion)

Licence adulte compétitive (+18ans)	37€
Licence adulte non-compétitive (+18ans)	37€
Licence jeune compétitive	32€
Licence jeune non-compétitive	32€
Licence découvert (valable 1 jour)	10€



Vous pouvez retrouver l'ensemble de nos journées sur notre site cdsa22.com ou sur le site calendrier.ffsportadapte.fr

Adier à la recherche d'autonomie

Donner le goût de l'effort

Améliorer sa condition physique

Les apports du Sport Adapté

Participer à l'intégration sociale

Valoriser et développer ses capacités

Améliorer la confiance en soi

Les différentes formes de pratiques

La licence Sport Adapté permet de participer aux rencontres de toutes les disciplines du Sport Adapté, et la fédération met en place différentes formes de pratiques afin de permettre à chacun de s'épanouir dans sa pratique :

L'Activité Motrice : L'Activité Motrice s'adapte, par sa forme et ses contenus, aux capacités et besoins des personnes dont les capacités cognitives et psycho-affectives ne permettent pas de s'engager durablement dans des pratiques sportives codifiées. Ces jeux mobilisent la motricité du pratiquant, quel que soit son âge, pour lui permettre d'agir afin de s'adapter à son environnement, revendiquer ses capacités et s'exprimer.

La compétition : Championnat départemental, régional, de France, d'Europe ou du monde, vous pouvez, suivant le niveau de performance, participer à l'un de ces types de championnats.

Les compétitions en Sport Adapté sont organisées selon les capacités intrinsèques des sportifs, en se référant aux compétences dans les domaines de l'autonomie, de la communication, de la socialisation et de la motricité. Il existe 3 classes : AB, BC et CD.

Le loisir : l'ensemble des disciplines proposées par la FFSA peuvent être pratiquées en loisir. Il est ainsi possible de pratiquer des activités uniquement pour le plaisir.





Le Sport Adapté Jeunes (SAJ) est un secteur à part entière de la FFSA. Il regroupe l'ensemble des programmes destinés à tous les jeunes en situation de handicap mental et/ou psychique âgés de moins de 21 et ayant droit à la scolarité.

Le réseau national SAJ, composé d'élus du comité directeur, de référents techniques territoriaux et de commissions sportives nationales, a élaboré des programmes adaptés aux jeunes en situation de handicap

- **Je découvre** : dès la petite enfance. Initiation, découverte, innovation, créativité. Activités motrices pour les jeunes les plus éloignés de la pratique sportive
- **Je joue** : cycles d'APSA en établissements, par familles d'activités. Apprentissage et éducation par le sport, vecteur de santé. Approche coopérative et participative de chaque établissement
- **Je m'entraîne** : pratique sportive compétitive, accès à la performance.



Le sport n'est pas obligatoirement la santé, mais il y contribue largement s'il est pratiqué de façon régulière, continue et modérée.

Le programme "bouger avec le Sport Adapté" c'est :

- Adopter une vie active
- Acquérir une bonne hygiène de vie
- Favoriser l'autonomie physique
- Accompagner un projet en activité physique et sportive santé pour tous, quelles que soient les capacités des personnes



A chacun son défi !



Comité Départemental Sport Adapté des Côtes d'Armor

18 Rue Pierre de Coubertin
22440 Ploufragan

02 96 76 25 32 / 07 77 84 59 24

cdsa22.com

cdsportadapte22@gmail.com



CDSA 22



Sport Adapté 22

