



**Venez nombreux!**

### LES GANTS MÉLÉCIENS

Les Gants Méléciens est une association sportive qui propose des cours de boxe loisir à destination des enfants, ados et adultes. Les cours ont lieu dans la salle de la Madeleine à Plumelec. Les créneaux horaires sont :

- lundi** : boxe thaïlandaise, de 19h à 20h30 (né(e) <=2009)
- mardi** : boxe anglaise, 17h à 18h (né (e) entre 2014 et 2019) ,18h à 19h (né (e) entre 2010 et 2013) , 19h à 20h30 (né (e) <=2009)
- mercredi** : cardio kick boxing, 19h à 20h30 (né (e) <=2009)
- samedi** : boxe thaïlandaise de 10h à 11h30 (né (e) <=2016).

La cotisation est de 120 euros (né (e) <=2009), 70 euros (né (e) entre 2016 et 2010) + 40 euros pour profiter de la salle de musculation en partenariat avec l'association Oxygène.

Reprise le lundi 9 septembre 2024.

Contact : [lesgantsmeleciens@gmail.com](mailto:lesgantsmeleciens@gmail.com)



### BAD PLUME

Bad Plume est une association sportive dynamique et conviviale, dédiée à la pratique du badminton en loisir. Ouverte à tous les niveaux, du simple débutant au joueur confirmé, nous accueillons des participants à partir de 14 ans.

Nos séances : **le lundi : 19h à 22h et le jeudi : 20h à 22h**

Tarifs : adhésion annuelle : 30 euros

Pour plus d'informations, n'hésitez pas à nous contacter à :

[badplume56@gmail.com](mailto:badplume56@gmail.com)



## LA RAQUETTE MÉLÉCIENNE

Sport : Tennis de table

Public : Adultes et jeunes (tous âges)

Contact : M. Thomas Serge

Tél. : 06 50 77 58 76

Mail : [laraquettemelecienne@gmail.com](mailto:laraquettemelecienne@gmail.com)

Jour (s) et horaires d'entraînement :

**-Mercredi de 14h à 16h pour les jeunes**

**-Mercredi de 19h à 21h pour les séniors**

**-Vendredi de 19h à 21h pour les séniors sauf jour de match.**



Lieu de pratique : Complexe Sportif de la Madeleine, 56420 Plumelec

Tarifs : Loisirs : 50€

Jeunes : 60 €

Compétition jeunes/adultes : 90 €

Commentaires :

Le club compte 26 joueurs au total.

Deux équipes évoluent actuellement en compétition : une en D2 et une en D4.

Certains entraînements du vendredi sont réalisés par Yann Jondot (ancien joueur international et champion de Bretagne handisport) en commun avec le club de Guégon.

Club convivial où entraînements et matchs se déroulent dans la bonne humeur, le partage et la passion du tennis de table.

Ouvert à tous les amateurs de la petite balle peu importe le niveau.

## DANS TOUS LES SENS

Vous souhaitez apprendre à jouer d'un instrument ?

Vous perfectionnez ?

Chanter en groupe ?

Découvrir la musique ?



L'association « Dans Tous Les Sens » propose un enseignement musical dans une approche « loisir » de qualité où chaque élève peut appréhender la musique, le chant, quel que soit son âge ou son niveau.

En cours individuel ou collectif, l'enseignement de la musique est adapté à chacun.

Instruments proposés : guitare, guitare basse, piano, batterie, accordéon diatonique, bombarde, violon.

Eveil musical (3 à 7 ans) - Groupe vocal adulte -

Reprise des cours semaine du 16 septembre 2024.

Pour de nouvelles inscriptions, contactez-nous.

Nous serons également présents au forum des associations.

Renseignements : 06 63 25 43 78, mail : [assodtls@laposte.net](mailto:assodtls@laposte.net)



## PLUM' ÉCHANGE

### Agir pour le réemploi

Au 6 place du vieux marché à Plumelec bat le cœur de Plum'échange depuis qu'en 2020 des Méléciens se sont rassemblés pour organiser une recyclerie gratuite. Il s'agit d'une surface non commerciale d'échanges entre citoyens où l'on peut donner et /ou prendre des articles gratuitement.

L'objet social de l'association est centré sur la promotion de l'action citoyenne et locale autour des valeurs de l'écologie et de l'entraide sociale. Nous sommes très attachés à la valeur des biens de consommation dont nous favorisons le réemploi plutôt que l'élimination en tant que déchets.

Portée par un collectif de plus de 25 bénévoles actifs, l'association accueille la population de la commune et bien au-delà, lors des permanences d'ouverture du local situé au centre du village.

L'association recueille vêtements, livres, CD DVD, jeux et jouets, vaisselle, petit électroménager, articles de puériculture, de décoration... Seuls les objets trop volumineux ne sont pas collectés faute de place suffisante dans nos locaux, mais l'association s'organise pour mettre en relation donateurs et bénéficiaires potentiels.

La gratuité des échanges continue de surprendre nombre de nos visiteurs, qui lors de leur premier déplacement sont souvent étonnés de pouvoir repartir avec les articles de leur choix sans avoir à bourse délier.

La paroisse devant prochainement reprendre l'usage du local, Plum'Echange est à la recherche de nouveaux locaux : espace clos et couvert (type ancien atelier, hangar, salles...) de plain-pied et situés prioritairement à Plumelec.

#### HORAIRES D'OUVERTURE :

-1er et 3ème mercredi de 15h à 17h

- 2ème et 4ème samedi de 10h à 12h

#### ouverture exceptionnelle :

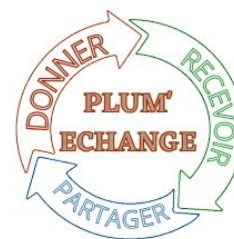
-un mercredi par mois de 9h30 à 12h et de 14h à 17h

Retrouver nos jours, horaires d'ouverture et nos actualités :

-Sur la page FACEBOOK de Plum'Echange

-Sur la feuille d'information communale hebdomadaire

Pour nous contacter : [plum-echange@outlook.fr](mailto:plum-echange@outlook.fr)



## LA MÉLÉCIENNE

L'école de foot recrute à partir de 5 ans, le coût de la licence est de 60€. Tout type de règlement est accepté dont les chèques ANCV. Les enfants à partir de 11 ans rejoignent le groupement Cœur de Lanvaux tout en restant licenciés à La Mélécienne.

Entraînement **le mercredi de 16h30 à 17h45 au complexe sportif de la Madeleine.**

Pour tous renseignements, nous serons présents au forum des associations ou vous pouvez nous joindre au 06 31 70 05 39.

Afin de compléter ses effectifs, La Mélécienne recherche des joueurs seniors pour ses équipes.

Nouveau résident, sans club, souhaitant reprendre le football ou débutant, tu peux toujours nous rejoindre !

Entraînements : **le mercredi et le vendredi soir : 19h à 21h au complexe sportif de la Madeleine.**

Merci de contacter le club par mail à : [lamelecienne@orange.fr](mailto:lamelecienne@orange.fr) ou par téléphone au 06 31 70 05 39.



## PLUMELEC BASKET CLUB

Sport : pratique du basketball, jeunes et adultes, loisir et compétition

Public : à partir de 5 ans

Contact : Mme Marie Line COGARD : 06.58.32.94.95

M. Gaëtan LE MABEC : 06.30.97.87.51

Mail : club.pbc.56420@gmail.com

Lieux de pratique: complexe sportif, Route de Josselin à Plumelec

Plumelec Basket Club compte 120 licenciés, 10 équipes, des babys aux séniors, évoluant au niveau départemental, sans oublier les loisirs.

25 bénévoles (entraîneurs, délégués de club, membres du bureau) participent à l'animation du club. Le championnat jeune est composé de 3 phases : de septembre à décembre, de janvier à février, et de mars à mai.



### Planning prévisionnel

EQUIPES	ANNÉE	ENTRAINEMENTS		ENCADREMENT
BABY	2018	Mercredi	de 13h30 à 14h45	Olivier Catheline
U9	2016	Mercredi	de 13h30 à 14h45	Olivier Catheline
	2017	Vendredi	de 18h à 19h30	?
U11	2014	Lundi	de 17h30 à 19h	Sandrine
	2015	Mercredi	de 10h45 à 12h	Sandrine
U13	2012	Lundi	de 18h à 19h15	Marie/Manon
	2013	Jeudi	de 18h à 19h15	Marie/Manon
U15 Filles	2010	Mardi	de 20h à 21h30	Gaëtan
	2011	Jeudi	de 19h15 à 20h45	Gaëtan
U15 Gars	2010	Mardi	de 18h15 à 19h45	Jean-Max
	2011	Jeudi	de 18h à 19h30	Jean-Max
U18	2007, 2008, 2009	Mercredi	de 18h30 à 20h	Thomas
		Vendredi	de 19h30 à 21h	Thomas
Loisirs		Mercredi	de 20h à 22h	

### Tarifs

Catégories d'âges	Tarifs
Baby	85 €
U9/U11	105 €
U13/U15	115 €
U18/Séniors	135 €
Loisir	85 €

## OXYGÈNE

Club de remise en forme et musculations avec charges

Complexe sportif, route de Josselin Plumelec  
Reprise des activités : lundi 2 septembre 2024.

Oxygène Plumelec vous propose plusieurs disciplines sportives : Pilates, renforcement musculaire, stretching, plateau musculation, gym douce et équilibre, zumba, Yoga, danse bretonne.

L'association a également un partenariat avec l'association « Les gants méléciens » afin de faire bénéficier les adhérents de tarifs plus bas. Des cours de tricot sont aussi accessibles via l'association « Les mailles en l'air ».

Tarifs :

L'adhésion à l'association est de 125€ à l'année (100€ pour les étudiants), avec des suppléments (+10€ pour le Pilates ; + 40€ pour l'accès aux cours « les gants méléciens » ; +35 euros pour le cours de YOGA (150 euros si YOGA seulement). La danse bretonne est incluse dans l'abonnement (possibilité en activité unique pour 60 euros). Les chèques vacances et coupons sport sont acceptés.

Renseignements :

par téléphone au 06 71 72 13 41

par mail : [oxygeneplemelec@gmail.com](mailto:oxygeneplemelec@gmail.com)

Nous sommes également sur Facebook !



### Horaires d'accès aux machines :

**Lundi** : 18h30 à 20h00

**Mardi** : 9 h30 à 11h00 / 18h30 à 20h30

**Mercredi** : 17h00 à 19h00

**jeudi** : 9 h30 à 11h00 / 18h30 à 20h00

**Vendredi** : 18h00 à 20h00

**Samedi** : 10h00 à 11h30



### Horaires des cours :

#### **Lundi**

17h45 à 19h15 PILATES  
19h15 à 20h00 CARDIO  
20h00 à 21h30 DANSE BRETONNE

#### **Mardi**

9h30 à 10h15 RENFORCEMENT MUSCULAIRE  
10h15 à 11h00 STRETCHING/ETIREMENTS  
17h00-18h30 YOGA  
18h30 à 19h30 RENFORCEMENT MUSCULAIRE  
19h30 à 20h30 PLATEAU MUSCULATION

#### **Mercredi**

10h00-11h30 YOGA  
17h00 à 18h00 RENFORCEMENT MUSCULAIRE  
18h00 à 19h00 ZUMBA

#### **Jedi**

9h30 à 10h30 GYM DOUCE/  
STRETCHING  
18h00 à 19h00 PILATES  
19h00 à 20h00 STEP DANSE

#### **Vendredi**

18h00 à 18h30 PLATEAU MUSCULATION  
18h30 à 19h30 ZUMBA

#### **Samedi**

10h00 à 11h00 RENFORCEMENT MUSCULAIRE





## CHEMINS NATURE ET PATRIMOINE DE PLUMELEC

Cette association a pour but de favoriser les activités de randonnées mais aussi de mettre en valeur les patrimoines, naturels et historiques de la commune.

Les activités 2024 :

Dans ce but, elle a organisé depuis le début de l'année, conjointement avec les associations Courir à Plumelec, La Mélécienne et All Road, des chantiers de débroussaillage en commun qui permettent d'entretenir l'accès à certains chemins de randonnée de la commune (\*), mais aussi des chantiers de dégagement de mégalithes (menhirs et dolmens) et de maisons et fours à pains datant probablement du XIIème siècle.

Une escapade a été organisée le 30 juillet dernier, en partenariat avec Centre Morbihan Communauté, pendant laquelle une partie de ces vestiges ont été présentés à une trentaine de promeneurs curieux d'écouter les explications de Pierrick Le Labourier.

Une randonnée autour de ces vestiges sera à nouveau organisée lors des Journées du Patrimoine en septembre prochain.

(\*) Pour rappel l'entretien du GR 38, du GR du Pays de Vannes et des 3 circuits communaux inscrits au Plan départemental des itinéraires de promenade et de randonnée (PDIPR) relève de la compétence de la Commune et de Centre Morbihan Communauté.

Les besoins de l'association :

Ces activités demandent beaucoup de temps et toutes les bonnes volontés sont les bienvenues. Nous envisageons d'établir un calendrier de débroussaillage pour que les bénévoles souhaitant participer puissent organiser leur temps et nous aider à maintenir un accès permanent à l'ensemble des itinéraires de randonnée.

Pour compléter ce dispositif, nous avons encore besoin de vous : si lors de vos promenades vous trouvez des tronçons qui demandent un débroussaillage, voire des travaux plus conséquents comme dégager un chemin bloqué par un arbre par exemple, n'hésitez pas à nous contacter aux numéros que vous trouverez ci-dessous.

Contacts: Pierrick Le Labourier (06.65.25.99.77) ou François Lescot (06.71.25.31.21).



## CLUB DE TAROT MELECIEN

Le club de tarot Mélézien reprend ses activités le lundi 2 septembre après la pause estivale.

Rappelons que les soirées du lundi commencent à 19h45 et se terminent à 23h. Elles se déroulent chaque semaine, de septembre à juin, avec une pause entre Noël et le 1er de l'An et les lundis fériés.

Rappelons que le club est ouvert à tous. Nul besoin d'être un champion pour y participer. La convivialité, mais aussi le fair-play sont dans l'ADN du club. Un championnat interne crée une vraie belle émulation.

La bienveillance en est le modérateur.

Nous invitons ceux qui hésitent à « venir voir » ... Le Club sera présent au Forum des Associations le vendredi 6 septembre.



**23 juin 2024 : assemblée générale du club dans la convivialité.**

## LE CLUB DU BON ACCUEIL

C'est une association de retraités. Nous nous réunissons 2 fois par mois : le 2ème et le 4ème mardi de chaque mois, sauf en juillet et en août.

Le but principal du club est de créer du lien social et de passer des moments récréatifs et chaleureux. Au cours des rencontres, chacun peut trouver une activité ludique en fonction de ses préférences, soit jeux de cartes (belote-tarot) ou loto. En milieu d'après-midi, une petite pause a lieu autour d'un goûter.

Au cours de l'année, nous partageons quatre repas en commun (Noël, Pâques, en juin et à l'automne).

La cotisation annuelle pour 2024 est de 20€.

Si vous vous sentez seul et que vous souhaitez faire une activité, le club est un bon moyen de faire des rencontres, de partager, de se divertir et de rompre la solitude. Chacun vient en fonction de ses disponibilités. Alors n'hésitez pas à venir nous rejoindre, vous serez les bienvenus !

Contacts :

Patricia Kerskens : 02 97 40 34 15 / Joëlle Le Mabec : 02 97 42 20 67



## L'AMICALE LA CLAIE

L'Amicale la Claie est une association de parents d'élèves de l'école publique La Claie de Plumelec, forte d'un bureau de membres dynamiques et motivés.

Notre rôle est d'organiser des événements variés, tant festifs que culturels, ouverts à tous ; et dont l'unique but est de récolter des fonds pour aider l'équipe enseignante à financer les sorties, voyages et projets scolaires.

HORAIRE:

Toutes les bonnes volontés sont les bienvenues, que vous soyez parents ou juste citoyen de la commune de Plumelec, pour contribuer à la réussite des événements en fonction des disponibilités de chacun.

TARIF:

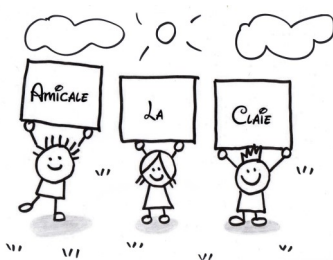
Aucune cotisation n'est demandée pour être membre ou bénévole.

CONTACT:

Mail : [amicalelaclaie@outlook.fr](mailto:amicalelaclaie@outlook.fr)

Tel : Lucile : 07.78.40.59

Doriane : 06.42.61.91.09





## COURIR A PLUMELEC

Une envie de courir ?

Rejoins-nous tous les dimanches matin à 9h30 sur le parking du stade de la Madeleine à Plumelec.

Tous les niveaux sont les bienvenus !  
Les groupes se forment dans la bonne humeur.  
A chaque sortie, un circuit différent est proposé.

N'hésitez pas à nous contacter 😊

Jean-Louis LANTRAIN : 06 20 66 64 14

Thierry HAYS : 06 48 00 27 07

Denis LE VIGUELOUX : 06 26 02 30 02

Régine HAYS : 06 73 28 37 74



Retrouvez toutes les associations méléciennes dans le guide des associations, disponible à la mairie, à la maison des associations et sur le site internet de la commune [www.plumelec.org](http://www.plumelec.org)

Pour tout renseignement complémentaire, contactez la mairie au 02 97 42 24 27.

**50€**  
D'ÉCONOMIE DÈS  
L'INSCRIPTION  
A UN CLUB  
DE SPORT !

RENDEZ-VOUS SUR [PASS.SPORTS.GOUV.FR](http://PASS.SPORTS.GOUV.FR)

pass  
Sport  
2024-2025

## Tu as 18 ans ?

Télécharge  
l'application

pass  
Culture

et bénéficie  
de 300€ pour  
découvrir  
la culture  
autour de  
chez toi\* !

\*Spectacles de la saison culturelle (Espace),  
Cinéma « le Monaco », Musée de la Coutellerie,  
Centre d'Art Contemporain « Le Creux de l'Enfer »...  
+ d'infos : [www.ville-thiers.fr](http://www.ville-thiers.fr)  
04 73 80 88 80

MINISTÈRE  
DE LA CULTURE  
Ville de Thiers

## La Région soutient l'engagement associatif

**Vous êtes élu-e  
dans une association bretonne ?**

Bénéficiez d'une aide à la mobilité  
sur le réseau TER BreizhGo !

- Pour toute personne élue au CA d'une association bretonne en 2022 ou 2023, âgée de plus de 16 ans et effectuant minimum 1 heure d'activité bénévole par semaine.
- Un bon d'achat de 110 € (maximum) pour se déplacer partout en Bretagne en TER BreizhGo.
- Offre limitée aux 1 000 premiers candidats éligibles (1 bénéficiaire par association).

**Plus d'infos sur [bretagne.bzh/engagement-asso](http://bretagne.bzh/engagement-asso)**