

The background of the cover is a stylized house shape. The roof is yellow and contains a blue sunburst on the left and white concentric circles on the right. The main body of the house is white and contains the 'FRAC' logo and the text 'trois cent soixante'. Below the white section are various colorful geometric patterns: a blue square with a red and pink circle, a yellow staircase, a green section with a yellow sunburst, a pink staircase, a blue section with red ovals, and a pattern of green and blue circles. At the bottom, there are horizontal stripes in blue, pink, and yellow, a green archway, and a green diamond shape with internal lines.

FRAC trois cent soixante

**GUIDE
DES ACTIVÉS
2025 – 2026**

Ce guide présente les activités proposées par différentes associations accueillies au sein du 360.

Le 360 accueille des associations de l'agglomération rennaise, des organismes publics ou privés qui souhaitent organiser des activités ponctuelles, des formations, des spectacles, des concerts, des conférences grand public...

Le 360 propose à la location 11 salles de 14 à 133m² (jusqu'à 130 personnes), une salle de danse, une salle de musique, une salle d'exposition, une salle de spectacles de 250 places, et une salle de concerts pouvant accueillir 230 personnes. Ces espaces sont équipés de matériel audiovisuel ou de sonorisation et sont aménageables selon les besoins.

Sommaire

Chant, musique
p. 03

Cours de langue
p. 04

Danse
p. 06

**Arts martiaux,
gymnastique,
relaxation**
p. 10

**Permanences,
rencontres
mensuelles**
p. 13

Chant, musique

Atelier musical

Les Ateliers Miziki

Un jeudi sur deux

• 18h → 19h30

Un samedi par mois

• 10h30 → 12h

M. Bigot

☎ 07 81 69 84 41

✉ lesateliersmiziki@gmail.com

📍 Les Ateliers Miziki

Chorale

Tous en Chœur

Mercredi • 15h → 16h30

Mme Buffet

☎ 02 99 36 81 16

✉ myv-a@orange.fr

Chant gospel

New Sound

Lundi • 18h → 20h30

Mme Pinçon

☎ 06 88 14 06 01

✉ sonya.jazz@yahoo.fr

🌐 songoffreedom.com

Cours de langue

Coréen

Korea Breizh

Une semaine sur deux
Lundi, mardi, mercredi
et jeudi • 18h → 21h30
Mme Hamayon

✉ contact@koreabreizh.fr

🌐 koreabreizh.fr

Français en langue étrangère

Matriochka en Bigouden

Lundi • 10h30 → 12h
Mercredi • 10h30 → 12h
et 18h30 → 20h

Mme Taravkova

📞 06 67 13 77 08

✉ matriochkaenbigouden@gmail.com

🌐 matriochka-en-bigouden.fr

École Bulgare Espoir'e

Samedi • 12h → 18h

Mme Yordanova

📞 06 28 67 83 23

✉ nadezdah.yordanova.ny@gmail.com

West French Academy

Mardi • 16h → 19h30

Mercredi • 18h30 → 20h

Jeudi • 18h30 → 20h

Mme Richard

📞 07 84 58 23 09

✉ marion.westfrench@gmail.com

🌐 westfrench-academy.com

Italien

Aria Nova

Lundi • 18h → 19h30

Mardi • 16h45 → 19h45

Mercredi • 18h → 19h30

Jeudi • 10h → 11h30

et 18h → 19h30

M. D'Isola

☎ 06 20 84 53 66

✉ arianova35@aol.com

🌐 aria-nova.org

Russe

Matriochka en Bigouden

Lundi et jeudi

• 18h45 → 21h45

Mme Taravkova

☎ 06 67 13 77 08

✉ matriochkaenbigouden@gmail.com

🌐 matriochka-en-bigouden.fr

Japonais

Bretagne Japon

Lundi et jeudi

• 17h15 → 20h30

Vendredi • 17h15 → 18h30

M. Le Ny

✉ ateliers@bretagne-japon.org

🌐 bretagne-japon.fr

Danse

Cabaret, Heels

Les Rosalmées

Mardi • 14h15 → 15h15

Mme Borel

📞 06 67 30 50 16

✉️ rosalmees@gmail.com

🌐 Les Rosalmées

!mpulse

Lundi • 19h45 → 22h

Mme Leplumey

✉️ impulse.danse35@gmail.com

🌐 impulse-danse.fr

Danse africaine

Kouliballets

Jeudi • 12h15 → 13h30

Mme Rey

📞 06 88 74 81 12

✉️ association.kouliballets@orange.fr

🌐 kouliballets.wixsite.com

Danse classique

Rythme et Danse

Samedi • 11h15 → 14h30

Mme Moinerie-Soyer

☎ 02 99 09 13 81

✉ carmensoyer@aol.fr

🌐 rythme-et-danse35.fr

Association des Arts et Lys

Mardi • 10h → 11h30

et 15h30 → 17h

Mercredi • 12h30 → 17h15

Jeudi • 10h → 11h30

et 17h30 → 19h15

Mme Pralon

☎ 06 83 57 59 44

✉ a.arts.et.lys@gmail.com

🌐 academie-des-lys.com

Danse contemporaine

Impulse

Mercredi • 20h30 → 22h

Mme Leplumey

✉ impulse.danse35@gmail.com

🌐 impulse-danse.fr

Danse de salon, latino, rock swing

Duo Danse

Jeudi • 19h30 → 21h30

Mme Claverie

☎ 06 61 96 21 83

✉ duo.danse@laposte.net

🌐 duodanse35.free.fr

Dancehall, danse urbaine

Fievra

Mardi • 20h45 → 22h15

Mercredi • 17h30 → 18h30

Mme Guseva

📞 06 59 54 02 32

✉ contact@fievra.fr

🌐 fievra.fr

Danse K-Pop

Fievra

Mardi • 18h45 → 20h

Mme Guseva

📞 06 59 54 02 32

✉ contact@fievra.fr

🌐 fievra.fr

Danses orientales

Sept Voiles

Un samedi par mois

• 15h → 17h

Mme Perrin

📞 07 86 93 13 56

✉ associationles7voiles@gmail.com

🌐 les7voiles.wixsite.com/les7voiles-bzh

Les Rosalmées

Lundi • 16h → 17h

Vendredi • 18h → 19h30

Mme Borel

📞 06 67 30 50 16

✉ rosalmees@gmail.com

📍 Les Rosalmées

Danse polynésienne

A Ori Mai

Vendredi • 20h → 22h

Mme Fournet

📞 06 45 56 37 58

✉ aorimai35@gmail.com

🌐 A Ori Mai

Tango Argentin

Une Touche de Tango

Lundi • 20h45 → 21h45

Mardi • 20h → 22h15

Mme Quemeneur

📞 06 45 73 06 54

✉ contact@

unetouchedetango.com

🌐 unetouchedetango.com

Hip-hop

Fievra

Lundi • 18h30 → 19h30

Mercredi • 18h30 → 20h30

Mme Guseva

📞 06 59 54 02 32

✉ contact@fievra.fr

🌐 fievra.fr

Arts martiaux, gymnastique, relaxation

Bien-être

Feldenkrais Rennes

Mardi • 17h45 → 19h

Mme Briand

☎ 06 19 26 07 76

✉ violaine.briand.v
@gmail.com

🌐 violainebriand.com

Sahaja Yoga - Méditation

Mercredi • 19h → 20h

Mme Keshtdar

☎ 07 69 54 31 90

✉ giselekeshtdar@gmail.com

🌐 meditationrennes.org

Zumba, Fitness

Fievra

Mardi • 18h → 18h45

Mme Guseva

☎ 06 59 54 02 32

✉ contact@fievra.fr

🌐 fievra.fr

Gymnastique, pilates

As ORTF

Mardi et vendredi

• 12h30 → 13h30

Mme Boué

☎ 06 19 90 23 23

✉ francoise.boue
@francetv.fr

Fievra

Lundi • 17h45 → 18h30

Mardi • 20h → 20h45

Mme Guseva

📞 06 59 54 02 32

✉ contact@fievra.fr

🌐 fievra.fr

Les Rosalmées

Mardi • 10h → 11h

Mme Borel

📞 06 67 30 50 16

✉ rosalmees@gmail.com

🌐 Les Rosalmées

Qi-Gong

La Mort, Tout un Art !

Lundi • 10h → 11h15

et 20h15 → 21h15

Mme Milliard

📞 06 13 38 49 60

✉ pratiquerleqigong
@gozmail.bzh

Qi Gong Terre Ciel

Mardi • 18h30 → 20h

Mme Xie

📞 06 87 39 61 66

✉ qigongterreciel@gmail.com
🌐 qigongterreciel.fr

Tao du Cœur

Mardi • 15h15 → 16h30

Mme Sans

📞 06 64 32 75 90

✉ christine.sans
@taoduceur.fr

🌐 taoduceur.fr

Yoga

Le Jardin du Yoga

Lundi • 18h → 19h

Mme Maussion

☎ 06 61 54 72 63

✉ info@lejardinduyoga.fr

🌐 lejardinduyoga.fr

Mosaïque

Lundi • 12h30 → 13h45

Mercredi • 20h30 → 21h45

Vendredi • 12h30 → 13h45

M. Malas

☎ 06 61 41 60 16

✉ contact.mosaïque.35@gmail.com

🌐 gilleskerviche.com

Mouvement de Vie

Jeudi • 19h → 20h15

M. Maniey

☎ 06 78 14 21 00

✉ mouvementdevie35@gmail.com

🌐 mouvement-de-vie.com

Source d'Harmonie

Mardi • 12h30 → 13h45
et 19h15 → 20h30

Jeudi • 12h30 → 13h45

Un samedi par mois
• 10h → 13h

Mme Giquel

☎ 06 69 41 74 44

✉ sourcejoie@gmail.com

🌐 anandaspring.com

Permanences, rencontres mensuelles

ARMEC

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

Un mercredi par mois

• 18h30 → 20h

M. Valo

☎ 06 22 64 35 51

✉ contact.armac
@gmail.com

🌐 armeco.org

Tisseurs de Contes

(pratique oratoire du conte)

Un jeudi sur deux

• 19h15 → 21h15

Mme Jouannet

☎ 07 66 88 47 13

✉ apclafilois@gmail.com

🌐 tisseursdecontes.fr

AGMFO (Association Gemmologie, Minéralogie et Fossiles de l'Ouest)

Un mardi par mois

• 20h → 22h30

M. Corairy

☎ 06 89 44 93 57

✉ corairy@yahoo.fr

Au 360, vous trouverez aussi :

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

 02 99 31 52 44
 contact@apras.asso.fr
 apras.org

Benenova

 07 49 39 66 76
 contact.rennes@benenova.fr
 benenova.fr/rennes

Bug

 02 99 85 89 52
 contact@asso-bug.org
 asso-bug.org

Canal B

 02 99 52 77 66
 contact@canalb.fr
 canalb.fr

Èko Synergies

 06 95 86 55 36
 contact@ekosynergies.org
 eko-synergies.org

France Bénévolat

 09 66 80 26 72
 francebenevolat35@gmail.com
 ille-et-vilaine.francebenevolat.org

Laboratoire de Fabrication numérique (LABFAB)

 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

Quantic Café

 09 83 06 04 06
 contact@quantic-traiteur.com

We Ker - Le réseau des Missions Locales

 02 99 78 00 78
 we-ker.org

4bis - Information Jeunesse

 02 99 31 47 48
 contact@le4bis-ij.com
 le4bis-ij.com

Séisme

 02 99 78 00 78
 contact@seisme.org
 seisme.org

Horaires

(horaires susceptibles de changements
en période de vacances scolaires)

Horaires d'accueil

- Lundi au jeudi
8h30 → 18h45
- Vendredi
8h30 → 18h

Amplitude de location

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



Le 360
6, cours des Alliés
35000 Rennes

☎ 02 23 40 02 50

✉ administration.360@citedia.com

🌐 www.360.bzh

Accès

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



**6, COURS DES ALLIÉS
35000 RENNES**

 **02 23 40 02 50**

 **ADMINISTRATION.360@CITEDIA.COM**

 **WWW.360.BZH**



**Un équipement
de la Ville de Rennes
géré par Citédia**