

MÉMENTO du 13 mars 2026

SERVICES MUNICIPAUX

Mairie : 02.98.48.10.48, www.ploudalmezeau.fr. Ouverte du lundi au jeudi 8h30-12h, 13h30-17h, vendredi 8h30-12h, 13h30-16h, samedi 10h15-12h.
Mairie annexe : 02.98.48.63.10. Du lundi au samedi de 9h à 12h.
Secrétariat Services Techniques : 02.98.48.10.81
Centre Culturel l'Arcadie : l'accueil du centre culturel est ouvert du mardi au vendredi aux horaires suivants : 9h-12h et 14h-18h. Tél. 02.98.48.00.38
Médiathèque l'Odysée : 02.98.48.62.94, à partir du 1er septembre : Lundi et mardi de 15h à 18h. Mercredi de 10h à 12h et de 13h à 18h. Vendredi de 10h à 12h et de 15h à 18h. Samedi de 10h à 12h et de 13h à 16h
Accueil de loisirs sans hébergement (ALSH) : 02.98.38.10.01
Espace Jeunes : 09.64.18.57.74
Relais Enfants Parents Assistants Maternels : 02.98.48.09.76
Crèche halte garderie Les Galopins : 02.98.38.10.99
Garderies : Maison de l'Enfance : 02.98.48.17.16
École François Mitterrand : 02.98.48.09.04
Ecole Notre Dame : 02.98.03.16.29

EMPLOI - SOCIAL - PERMANENCES

Bureau d'Information Touristique : 1, rue François Squiban
02.98.48.73.19 - tourisme@iroise-bretagne.bzh : Ploudalmézeau : mardi, mercredi et vendredi de 9h30 à 12h30.
Ancre An Eor : Visite libre du musée tous les jours de 9h30 à 17h
RAIL emploi-services, rue du Léon : 02.98.48.01.68
CLIC Lanrivoaré : 02.98.84.94.86
Maison de l'emploi du Pays d'Iroise à Lanrivoaré : 02.98.32.47.80
Assistante sociale CDAS Ploudalmézeau-Saint-Renan : 02.98.48.14.66.
Perm. sur RDV un mardi après-midi sur deux (en alternance avec Lannilis).
Assistante sociale CDAS Lannilis : 02.98.04.02.65. Perm. sur RDV tous les mardis matins, 1 mardi après-midi sur 2 et tous les jeudis matins.
Service Aide à domicile : 02.98.48.06.90
Secours catholique : 06.75.01.93.13, equipe.iroise@secours-catholique.org
Permanences en mairie : Finances Publiques : 1er et 3ème lundis du mois, 9h-12h, sur RDV / ADIL : du 15 juillet au 31 août permanence téléphonique au 02.98.46.37.38 / Conciliateur de justice, Mr PRIETZ, jeudi après-midi semaine impairs, sur RDV / FNATH, 3ème mercredi, 10h-12h 06.49.84.90.73 / Service Social Maritime : Contacter directement le service au 02.98.43.44.93 pour une prise de rendez-vous.
Bureau portuaire : Mardi et jeudi de 10h à 12h. Tél. 06.75.51.89.80

ANNONCES

PROFESSIONNELS

Fromagerie de Ploudal' : Nous vous proposons chaque semaine une sélection de pépites locales et/ou du terroir français. Retrouvez également leurs produits d'épicerie qualitative alliant salé/sucré, mais aussi charcuterie fine, beurre cru, crème, œufs fermiers. Les fromagers réalisent sur commande vos plateaux de dégustation - dernière ligne droite pour la raclette - et toute autre prestation fromagère. N'hésitez plus ! Commande au 09.86.08.39.23. Boutique au 4 rue Auguste Carof, ouverte le mardi 16h-19h, du mercredi au samedi 09h30-12h/15h30-19h
L'atelier de Philomène : L'atelier de Philomène a le plaisir d'annoncer son ouverture officielle à Ploudalmézeau. Situé Rue André Mériel Bussy, ce nouveau salon de beauté est spécialisé en prothésie ongulaire et en soins esthétiques. Philomène y accueille sa clientèle dans un cadre chaleureux et soigné, dédié à la détente et à la mise en beauté. Ouverture officielle : le vendredi 13 mars 2026. À l'occasion de l'ouverture, une offre spéciale sera proposée aux clientes, et ce jusqu'au 30 mars. N'hésitez pas à prendre rdv dès que possible Au plaisir de vous recevoir prochainement. Sur rdv : 06.72.11.63.90 - @latelierdephilomene29
Philomène. Des flyers ont été distribués mais le numéro indiqué est erroné. Veuillez prendre en compte le numéro ci-dessus.

Boutique de Raymonde by Enora : Grande promotion de printemps jusqu'au 14 mars. –50% de remise sur le 2ème article acheté (le moins cher des deux) hors lingeries et accessoires
Bijouterie Agnès G. : Grande braderie du Printemps : Vendredi 13 et Samedi 14 mars ! Des remises exceptionnelles sur de grandes marques vous attendent ! Plus d'infos sur les pages Facebook et Instagram de la bijouterie.
Nous vous attendons nombreux ! En vous remerciant par avance pour votre soutien !

URGENCES ET SANTÉ

Numéros d'urgence : Gendarmerie : 17 Horaires d'ouverture : 8h - 12h / 14h - 18h du lundi au dimanche 02.98.48.10.10
Samu : 15 / Pompiers : 18
Médecins, dentistes, vétérinaires : www.ploudalmezeau.fr
Pharmacies : Pharmacies de garde : 3237
Samedi 14 mars : Pharmacie Louedec, 12 Pl. Eugène Forest, 29830 Plouguin, 02.98.89.23.25
Dimanche 15 mars : Pharmacie de la Trinité, Centre Commercial Carrefour rue des Myosotis, Rue des Myosotis, 29280 Plouzané, 02.98.45.54.38
Infirmiers/infirmières : Sella : 02.98.48.12.14 ou 07.64.62.98.43
Bescond - Ollivier : 06.85.42.04.27
Cabinet de Portsall : Gressot - Quivoron : 06.75.63.24.78 ou 02.98.48.68.87
Cabinet «Place aux blés» Chevalier-Guyon-Le Guen-Omnès-Prigent : 02.98.48.01.34
Cabinet des infirmières, 1, cité Allain : 02.98.48.11.50
Puéricultrice PMI : sur RDV, joignable au 06 89 57 39 12
Consultation médecin PMI : 1^{er} et 3^ejeudis du mois, le matin, sur RDV. 02.98.48.14.66
Eau-assainissement CCPI : les numéros d'urgences sont les suivants : 02.98.84.38.27 du lundi au vendredi de 8h30 à 12h00 et de 13h30 à 17h00 / vendredi 16h30 / Numéro d'astreinte : 07.87.50.59.19
Ambulances de la pointe : 02.98.32.68.06
SNSM : Bruno CHANTRY, 07.83.69.87.61, president.portsall@snsn.org
196 : Cross Corsen

VIE PRATIQUE

Communauté de Communes du Pays d'Iroise : Retrouvez toutes les informations sur www.pays-iroise.bzh - 02.98.84.28.65
Marché : Les vendredis matin, place du Général-de-Gaulle, 8h à 13h.
Déchèterie communautaire Saint Roch : 02.98.48.04.26.
Ouverture : lundi, mercredi, jeudi, vendredi et samedi : 10h-12h, 14h-17h ; dimanche : 10h-12h. Fermeture le mardi toute l'année.
Taxis de l'Iroise : 02.98.48.10.74 - 06.80.06.17.00 (appel gratuit)
Taxi Alba : 02.98.89.40.12
Taxi Sandra : 06.87.76.62.05
Transport de corps : P.F. LAOT : 02.98.48.05.68
Correspondants presse : **Ouest-France** : Maud Chapelain, 06.25.45.75.00, localier.maud@gmail.com
Le Télégramme : Hervé JACOB, 06.72.32.53.55, rv.jacob@orange.fr

Cuisine de Provence : Votre traiteur, fêtes, anniversaires, mariages, dégustations... Désormais : Un nouveau service de portage de repas à domicile ! Livraison gratuite. Une cuisine traditionnelle maison préparée avec soin, pour votre quotidien. Premier repas offert ! Hervé vous explique le fonctionnement au 06.44.97.38.28, ou vient vous rencontrer chez vous.
La MAM Bulles de Bonheur : Situé au 13 rue de l'Arvor, nous disposons de deux places d'accueil à partir de fin avril et d'autres places seront également disponibles à partir de septembre. Pour tout renseignement, n'hésitez pas à nous contacter par mail : mambullesdebonheur@gmail.com ou par téléphone : 06.22.21.89.48

DIVERS

- Nous recherchons des dons de boutures de plantes, semis de fleurs ou de légumes pour le stand plante à l'occasion de la kermesse de l'école Sainte Anne qui aura lieu le dimanche 15 juin 2026. Merci d'avance pour votre aide. Contact : 06.45.48.65.24

A VENDRE

- 3 fauteuils relax, très bon état. 120€ pièce ou 300€ les trois. A enlever sur place à Ploudalmézeau. Laisser un message au 02.98.48.03.16



N° 2444 du 13 mars 2026

INFORMATIONS MUNICIPALES

TRAVAUX ET CIRCULATION

Travaux rue de Brest : Les travaux de réfection de voirie de la rue de Brest, les travaux se poursuivent jusqu'à fin mars – début avril
La phase 2 des travaux a débuté le 2 mars. La rue de Brest sera fermée entre la rue Pierre Douillard et le rond-point de Saint Roch. Une déviation est mise en place. L'accès au magasin Affaires et Découvertes sera maintenu jusqu'à la fin des travaux.

Travaux d'aménagement de voirie - Rue de la Gare : Les travaux de réaménagement de voirie sont en cours. Ils consistent en la sécurisation de la voie, la réfection des trottoirs, la création d'un chaussidou (réalisation d'une voie centrale visant à améliorer la cohabitation entre les véhicules motorisés, les cyclistes et les piétons). La circulation est interdite sur ces voies sauf aux riverains et véhicules de secours. Une déviation est mise en place et une communication régulière est faite sur le chantier (QR code sur les panneaux aux extrémités du chantier) et les réseaux sociaux.

Déploiement de la fibre optique : Le déploiement de la fibre optique se poursuit progressivement sur l'ensemble de la commune. Ces travaux, menés par les opérateurs compétents, ont pour objectif d'améliorer durablement l'accès au très haut débit pour les habitants et les professionnels. La municipalité reste attentive au bon déroulement des interventions et remercie les riverains pour leur compréhension face aux éventuelles gênes temporaires occasionnées. Pour de plus amples renseignements rdv sur : <https://www.megalis.bretagne.bzh/>

Travaux du déploiement de la fibre, Rue du Calvaire : Depuis le 23 février 2026 pour 1 mois selon les conditions climatiques. Pendant la durée des travaux, la circulation et le stationnement pourront être temporairement réglementés par le rétrécissement de la voie et une circulation se fera en alternat. Le stationnement sera interdit à l'endroit du chantier.

Entretien du réseau assainissement : La Société Veolia intervient sur le réseau des eaux usées depuis le lundi 2 mars jusqu'au mardi 17 mars inclus. Les rues Rue Guillaume Kersimon et Cité Saint Pol Aurélien sont concernées. Pendant toute la durée des travaux : La circulation sera alternée.

Pour toutes questions supplémentaires, vous pouvez contacter les services de la Mairie.

ÉLECTIONS MUNICIPALES 2026

Le scrutin sera ouvert de 8h à 18h. Les bureaux 1, 2, 3 et 4 se situent au Centre Culturel, l'Arcadie et les bureaux 5 et 6, à la salle polyvalente de Portsall (derrière l'église), bureau 7, salle le Belvédère.

ÉLECTIONS MUNICIPALES 2026

Avis aux électeurs :
Code électoral - Article R. 60
Les électeurs des communes de 1 000 habitants et plus doivent présenter au président du bureau, au moment du vote, en même temps que la carte électorale ou l'attestation d'inscription en tenant lieu, un titre d'identité ; la liste des titres valables est établie par arrêté du ministre de l'intérieur. Les assesseurs sont associés, sur leur demande, à ce contrôle d'identité.
Arrêté du 16 novembre 2018
Article 1^{er}. – Les titres permettant aux électeurs français de justifier de leur identité en application de l'article R. 60 du code électoral sont les suivants :
1° Carte nationale d'identité ;
2° Passeport ;
3° Carte d'identité de parlementaire avec photographie, délivrée par le président d'une assemblée parlementaire
4° Carte d'identité d'élu local avec photographie, délivrée par le représentant de l'Etat ;
5° Carte vitale avec photographie ;
6° Carte du combattant avec photographie, délivrée par l'Office national des anciens combattants et victimes de guerre ;
7° Carte d'invalidité ou carte de mobilité inclusion avec photographie ;
8° Carte d'identité de fonctionnaire de l'Etat avec photographie ;
9° Carte d'identité ou carte de circulation avec photographie, délivrée par les autorités militaires ;
10° Permis de conduire sécurisé conforme au format « Union européenne » ou, jusqu'au 19 janvier 2033, permis de conduire rose cartonné édité avant le 19 janvier 2013 ;
La mise en place définitive du permis de conduire sécurisé conforme au format "Union européenne" n'étant prévue que pour janvier 2033, l'électeur peut, jusqu'à cette date, présenter au moment du vote un permis de conduire en carton qui comporte sa photographie.
11° Permis de chasser avec photographie, délivré par l'Office national de la chasse et de la faune sauvage ;
12° Récépissé valant justification de l'identité, délivré en échange des pièces d'identité en cas de contrôle judiciaire, en application de l'article L. 224-1 du code de la sécurité intérieure.
Ces titres doivent être en cours de validité, à l'exception de la carte nationale d'identité et du passeport qui peuvent être présentés en cours de validité ou périmés depuis moins de cinq ans.
Article 2. – Les titres permettant aux ressortissants de l'Union européenne, autres que les Français, de justifier de leur identité, lorsqu'ils sont admis à participer aux opérations électorales, sont les suivants :
1° Carte nationale d'identité ou passeport, délivré par l'administration compétente de l'Etat dont le titulaire possède la nationalité ;
2° Titre de séjour ;
3° Un des documents mentionnés aux 4° à 12° de l'article 1^{er}.
Ces titres doivent être en cours de validité.

Les électeurs non munis de l'une des pièces indiquées ci-dessus ne seront pas admis à prendre part du scrutin.

INFORMATIONS

ÉTAT CIVIL FÉVRIER 2026

NAISSANCES :

Léo GOUJAS STAHL, 1, Castel ar Bic. Le 4 février à Brest
Aëla KEROURÉDAN, 22, cité de Pau. Le 8 février à Brest
Soan PRUDHOMME UGUEN, 7, clos du Bourg. Le 20 février à Brest
Noah BOUZÉLOC, 7, rue du Docteur Caraës. Le 28 février à Brest

DÉCÈS :

Rosalie LE MEUR veuve MOREL, 89 ans, retraitée, 3 rue du Calvaire. Le 6 février à Portsall
Joseph FOREST, 95 ans, retraité, Maison de Retraite. Le 10 février à Brest
Jean GUÉVEL, 95 ans, retraité, Maison de Retraite. Le 11 février à Brest
Alain PONTOIS, 54 ans, sans profession, 10, Laflosque. Le 16 février à Ploudalmézeau

SUBVENTION AUX ASSOCIATIONS, EXERCICE 2026

Les documents nécessaires au dépôt des demandes de subventions communales, exercice 2026, sont consultables sur le site internet de la Commune dans l'onglet : <https://www.ploudalmezeau.fr/mairie/actualites/subventions-2026/> ou <https://www.ploudalmezeau.fr/mairie/publications-municipales/#65-83-wpfd-subventions>
Avant tout dépôt de dossier, il convient de prendre connaissance des modalités d'attribution de subvention, puis de remplir l'imprimé correspondant. Les dossiers, dûment complétés, devront être déposés pour le 10 avril 2026, dernier délai, au service accueil en Mairie de Ploudalmézeau.

MÉDIATHÈQUE L'ODYSSÉE

« **Café Lecture** » : Le vendredi 13 mars de 14h à 15h.

Ce moment chaleureux autour d'un café ou d'un thé vous permettra, abonné ou non, d'échanger sur vos coups de cœur (romans, policiers, bd...) lors d'un moment convivial. Public : adultes – gratuit - sur inscription. Renseignements et inscriptions : tél. 02.98.48.62.94 ou par mail : accueil.mediathèque@ploudalmezeau.fr

JOB ADO

Du 13 au 15 et du 20 au 22 avril : Rend service à ta Commune en échange d'argent de poche !
Comment ça fonctionne ?
Tu as entre 16 et 17 ans inclus ? Tu résides sur la Commune ?
Alors obtiens un job et travaille 3 demi-journées de 3h pendant les vacances scolaires. Comment t'inscrire ? Rendez-vous sur le site internet de la Commune : www.ploudalmezeau.fr ou au service ressources humaines de la Mairie de Ploudalmézeau pour retirer ton dossier d'inscription, à retourner **avant le mercredi 1er avril, à 17h**.

DON DU SANG

L'EFS organise une collecte de sang le jeudi 26 et vendredi 27 mars 2026 au centre culturel l'Arcadie de Ploudalmézeau. Si vous avez entre 18 et 70 ans, êtes en bonne santé et faites plus de 50kg, venez sauver des vies. 1 don = 3 vie de sauvées. Ne venez pas à jeun. Munissez-vous d'une pièce d'identité. A l'issue du don, une collation vous sera servie. Vous pouvez venir avec vos enfants, nous avons de quoi les occuper (jeux, dessins). Inscription obligatoire sur le site « dondusang.efs.sante.fr ». N'hésitez pas à en parler autour de vous, merci d'avance pour les malades. Vous pouvez également vous rendre à la maison du don à Brest pour un don de plasma.

FNACA PLOUDALMÉZEAU

Au retour de Pleyben et avant la cérémonie commémorative au monument aux morts, le repas sera servi le jeudi 19 mars, au restaurant Beg Ar Mor à 13h15. Réservations : Lucien Ropars au 02.98.48.08.99
Dernier jour pour les réservations : Vendredi 13 mars

MENU RESTAURANT MUNICIPAL

Lundi 16 mars	Poulet rôti aux herbes, haricots verts et pommes de terre bio, fromage bio, fruit de saison
Mardi 17 mars	Friand au fromage, omelette au fromage, coquillettes, crème chocolat bio
Mercredi 18 mars	Cervelas et tomates, sauté de dinde, céréales bio, chante neige bio
Jeudi 19 mars	Steak haché de bœuf bio, frites, emmental à la coupe, compote de pomme bio
Vendredi 20 mars	Concombre vinaigrette, saumon sauce citron, riz pilaf bio, far breton

VIE PAROISSIALE

Samedi 14 mars, 18h : Messes à Portsall, Trébabu
Dimanche 15 mars, 9h30 : Messes à Ploudalmézeau, Plouarzel, Brélès
A 11h : Messes à Saint-Renan, Porspoder, Plougonvelin
Dimanche en paroisse : Le 15 mars, de 11h à 12h30 en l'église de Brélès. Thème : « Oser le pardon »
Une animation musicale par Balafeen, un temps d'écoute de la parole, un temps de partage ouvert à tous, la possibilité de rencontrer un prêtre, des ateliers pour enfants, un moment convivial.

CROIX ROUGE FRANCAISE DU PAYS D'IROISE

Croix Rouge Française « La Boutique » : Soldes d'hiver, 2 articles achetés, le 3^e gratuit sur toute la collection ; valable tout le mois de mars ; Espace Kerjolys, Ploudalmézeau ; mercredi de 14h à 17h ; samedi de 10h à 13h ; NB : mon numéro de téléphone : 07.68.73.73.06
Défilé de mode de la Croix Rouge Française
La Croix-Rouge française du Pays d'Iroise, basée à Saint-Renan, participera à un défilé de mode solidaire en collaboration avec trois autres unités locales : Lesneven, Brest et Landerneau.
Des vêtements et accessoires de seconde main, vendus dans les boutiques de la Croix-Rouge seront présentés. Les tenues pourront être acquises à l'issue du défilé. Les fonds récoltés serviront à financer les actions locales de la Croix-Rouge française sur les territoires du Nord Finistère. Venez nous rejoindre le dimanche 22 mars à 15h , à la salle Kerjezequel, rue de l'Arvor à Lesneven.
Entrée 2€, gratuit pour les moins de 11 ans.
Ouverture des portes à 14h (vente de boissons, crêpes et gâteaux)

POLE SANTÉ BRO GWITALMEZE

Les patients-partenaires du Pôle de santé de Ploudalmézeau vous proposent : Que vous soyez malade, aidant, ou en situation de handicap, nous vous proposons un temps pour partager, observer et se ressourcer, en bref, s'évader le temps d'une déambulation en nature, au jardin du Moulin Neuf, le mardi 24 mars 2026 de 14h à 16h. Inscription souhaitée avant le lundi 23 mars : cafepapote.pdsgwital@gmail.com. Tél : 07.43.27.17.00

ÉCOLE SAINT ANNE ET NOTRE DAME

Les Écoles Sainte Anne de Ploudalmézeau et Notre Dame du Mont Carmel de Portsall vous accueilleront pour leurs portes ouvertes :
- Le Samedi 21 mars de 9h30 à 12h (École Sainte Anne)
- Le Samedi 28 mars de 9h30 à 12h (École Notre Dame du Mont Carmel). La filière bilingue de la Petite Section au CM2 (français-breton) sera présente pour répondre aux questions si vous êtes intéressés. Pour le dossier d'inscription, prévoir le livret de famille et le carnet de vaccinations.

INFORMATIONS

APEL ÉCOLE NOTRE DAME

L'APEL de l'école Notre-Dame-Du-Mont-Carmel à Portsall organise son loto le dimanche 12 avril 2026 à la Halle Multifonctions de Ploudalmézeau. Animé par Malou, de nombreux lots à gagner et restauration sur place. Cette action à pour but de financer les activités scolaires des enfants. Ouverture des portes à 10h30 et début du loto à 13h30. Nous vous attendons nombreux !

RENDEZ-VOUS SPORTIFS

ARZELLIZ FOOTBALL

Programme du week-end football A 11

Dimanche 13 mars :

Loisirs : Se déplacent à Brest Saint Laurent - match à 10h
Séniors A : Repos
Séniors B : Repos
Séance découverte
Ouvert aux enfants nés en 2021. A compter du mercredi 4 mars de 14h à 15h15. Pour plus d'informations : arzellizfoot@gmail.com

SECTION FOOT EN MARCHANT

Les finales Départementales 2025/2026 de Foot en Marchant "Challenge et Loisir" se dérouleront le dimanche 22 Mars 2026 à Ploudalmézeau de 10h à 16h au stade municipal Cullompton. 12 équipes seront présentes sur ce rassemblement. Entrée Gratuite.
Restauration et Buvette sur place.

ARZELLIZ BASKET

Samedi 14 mars :

U7 : repos ; U9 Bourges : contre GUILERS, rdv à 12h ; U9 Asvel : contre ESL BREST à 12h ; U11 F : contre GDR GUIPAVAS, rdv à 13h ; U11 M : à BREST MB, Départ à 11h ; U13 F 1 : contre ASPTT BREST, rdv 12h30 (Kerguillerm Plourin) ; U13 F 2 : contre CJR PBC, rdv à 14h15 ; U13 M : contre BREST AS GUELMEUR, rdv 14h15 (Kerguillerm Plourin) ; U15 F 1 : contre KORNOG, rdv 16h ; U15 F 2 : à ST RENAN PBC, Départ à 15h30) ; U15 M : au FOLGOET, Départ à 15h ; U18 F2 : exempt ; U18 M : à PLOUARZEL CJR, Départ à 13h05 ; Seniors F : contre PLOUIDER, rdv 18h15 ; Séniors G : à PLUGUFFAN, Départ à 17h25
Dimanche 15 mars :
U18 F 1 : à PORDIC, départ à 12h30

LES MARCHEURS DU NOROIT

Lundi 23 mars repas de printemps du club à Lanrivoaré, réponse pour le 12 mars au club ou au 06.20.73.53.73 (message) 17€, chèque au nom des Marcheurs du Noroît. Une commande de coupe de vent est actuellement en cours pour les adhérents qui souhaitent en commander. Il nous faut votre taille pour le 19 mars. Le prix est de 15€, à régler par chèque au nom des Marcheurs du Noroît le jour de la remise des coupe-vent

ARVOR CYCLO LOISIRS

Dimanche 15 mars : Sortie de 71kms en direction de Plouarzel en passant par Plouguin, Milizac, Kéréon Vras, Lanrivoaré, St Eloi, et retour par Breles, Lanildut, Porspoder, Route touristique, Trémazan, Ty Pri, Milinigou.

Mercredi 18 mars : Sortie d'une soixantaine de kms avec un départ à 9h du parking de l'ancien terrain de camping de Tréompan.

CAP IROISE 2026

Nous cherchons des signaleurs sur le parcours pouvant aider à l'organisation de la Cap Iroise. Merci de nous contacter par mail à contact@couriraploudal.fr

ESPK - VIDE DRESSING

L'Entente Sportive Portsall-Kersaint (ESPK) organise un vide dressing ouvert à tous le Dimanche 15 mars 2026 de 9h à 13h à la Halle Multifonctions de Ploudalmézeau. Venez vendre ou acheter des vêtements, chaussures et accessoires pour enfants et adultes dans une ambiance conviviale. Entrée : 1,50 € / Table pour les exposants : 3,50€
Renseignements et inscriptions par mail : marie.lemenec@gmail.com

ESPK

Samedi 14 mars : ARVOR

U14 A, reçoit Guipavas, match à 15h ; U14 B, reçoit GJ Brest rive droite, match à 15h ; U15, se déplace à Plouguerneau, match à 14h ; U16, reçoit GJ des 3 Rivières, match à 17h ; U17A, reçoit GJ AEG st Evarzec, match à 15h ; U17B, se déplace à Plougastel, match à 15h.
Dimanche 15 mars : ESPK
Equipe A, voir convocations.
Equipe B, se déplace à Plougastel B, en Coupe du District, match à 15h.
Equipe C, voir convocations.
Equipe Féminine, voir convocations.
Equipe Loisir, reçoit Guipavas, match à 10h.

CLUB CYCLISTE TO2P

Randonnées « La Manche Iroise 2026 » : Le dimanche 22 mars, le to2p proposera des randonnées sur quatre parcours VTT (25, 35, 45 ou 54 km), un parcours marche/footing sans classement (11 km) et trois parcours gravel (54, 68 km et 77 km), en partenariat avec Les Joëlettes du Bout du Monde. Départ (entre 8h et 10h) et arrivée au Boulodrome de Ploudalmézeau (Keribin). 1€ par inscription sera reversé aux Joëlettes. Plus d'infos : <https://to2p.org/rando-la-manche-iroise/>
Informations courses : Le dimanche 5 avril, le to2p organisera des courses cyclistes « Circuit d'Armorique" (coureurs adultes, le matin) et "Critérium de Ploudalmézeau" (jeunes coueurs, l'après-midi. L'arrivée et départ se situeront rue Joseph Lusven. La circulation automobile dans le sens de la course restera autorisée mais sera réglementée par les signaleurs. Le circuit passera par la Place du Général de Gaulle, rue Auguste Carof, rue de l'Arvor, Kerlanou, Croas Diben, Chemin de la Flosque, Kervao, Kerozem, Lestrehone, route de Lesvorn, et rue du Dr Caraes puis rue Joseph Lusven. D'avance, nous remercions les riverains de leur compréhension
École de cyclisme : Entraînement le mercredi au camping de Tréompan : VTT et route de 14h30 à 15h30 ; le samedi, VTT de 10 h à 12 h (de 11h à 12h pour les plus jeunes), toujours à partir du camping de Tréompan.
Section VTT : Le dimanche 15 mars, départ à 8h30 du local rue de Kerjolys pour une sortie de 2h30 environ.
Section route : Le dimanche 15 mars, départ du local rue de Kerjolys à 8h30 pour les groupes 1, 2 et 3 et à 9h30 pour le groupe 4. Le groupe 1 : environ 85 km à 30-32 km/h de moyenne ; le groupe 2 : environ 85 km à 27-29 km/h; le groupe 3 : environ 54 km à 23-25 km/h ;le groupe 4 : environ 35 km à 20-22 km/h (le rythme et la distance idéale pour découvrir les sorties collectives à un rythme abordable pour tous). Pour le détail des parcours, consultez le site www.to2p.fr, lien « Planning de la semaine ».

VIRÉES NORDIQUES

Dimanche 15 et jeudi 19 mars, sortie sur Portsall, départ du local à 9h dimanche et 14h jeudi.

COURIR À PLOUDAL

Dimanche 15 mars : Sortie endurance, préparation Marathon de Paris au départ du local de l'Astérie. Pour rappel : Séance de renforcement musculaire le mercredi des semaines impaires.