

Samedi 05 octobre

À VÉLO CARGO ¹¹

Saint-Malo ↔ Rdv de 10h à 17h → *Parvis de la médiathèque*

Accès libre - Infos : contact@avelomalo.fr 06 25 44 45 58

L'association À Vélo Malo et ses partenaires organisent une série d'ateliers autour de la thématique du deux-roues : courses de vélos cargos, slow-bike, présentation et essais de solutions de transport à vélo, visites guidées à vélo, projection d'un documentaire sont autant d'activités à ne pas rater !



Lors de cette journée, retrouvez les balades autour du street art malouin animées par COEF 180 : à vélo (départ 10h) ou à pied (départ 11h30). Inscription aux balades street art via le QR code.



¹² TOUS EN SELLE

Cancale ↔ Rdv de 10h à 17h → *Salle omnisport (à côté de l'office de tourisme)*

Accès libre - Infos : cyclo.cancalais@gmail.com 06 46 10 01 65

Le CTC Cyclo club cancalais vous convie à de nombreux rendez-vous vélo : remise en selle, atelier parent-enfant à vélo, parcours d'agilité, bourse aux vélos, stand de conseils en réparation vélo et essai de vélos à assistance électrique. **Prévoir son vélo (casque et gilet jaune si possible).**

QUIZ & EXPÉRIMENTATION VÉLO ¹³

La Fresnais ↔ Rdv de 10h à 12h30 → *Salle du Marais*

Accès libre - Infos : m.salaberry@passemploi.fr 06 25 44 56 66

Deux animations vous sont proposées en parallèle durant cet événement : un quiz interactif sur les comportements en termes de déplacements et l'essai de vélos à assistance électrique sur parcours sécurisé. **Téléphone portable avec accès internet requis pour le quiz.**

¹⁴ BALADE À VÉLO

La Fresnais ↔ Rdv à 14h30 → *Mairie*

Inscription jusqu'au 24 septembre via ce formulaire

Infos : m.salaberry@passemploi.fr 06 25 44 56 66

Profitez d'une sortie vélo d'une dizaine de kilomètres encadrée par un éducateur mobilité pour gagner en assurance dans les déplacements à bicyclette. **Merci de bien indiquer lors de l'inscription si vous avez besoin d'une mise à disposition de vélo/vélo à assistance électrique.**

Accompagnement
personnalisé à vélo

Près de chez vous* ↔ Rdv selon vos disponibilités entre le 16/09 et le 06/10

Infos et réservation : Martial Szwarc veole35@gmail.com 06 50 51 51 18

Vous aimeriez vous remettre au vélo mais cela vous semble compliqué de recommencer seul ? Martial vous aide, seul ou en famille, à retrouver les bons réflexes à vélo et reprendre confiance. Le parcours sera adapté à vos besoins (trajets domicile/travail/école, repérage des aménagements cyclables et services proches de chez vous...). **Prêt de vélos possible, à préciser lors de la réservation.**

*sur les communes de Saint-Malo Agglomération

LES RENDEZ-VOUS DE LA MOBILITÉ

du 16 sept. au 06 oct.

VOS LIEUX DE RENDEZ-VOUS

SEPTEMBRE

Samedi 21

1 → MARCHÉ ET
PATRIMOINE
2 → PATRIMOINE À VÉLO

Dimanche 22

3 → STREET ART À VÉLO

Lundi 23

4 → MON QUARTIER À
VÉLO

Jeudi 26

5 → STREET ART À VÉLO
6 → BALADE À VÉLO

Vendredi 27

7 → BOUGER, UNE
PRIORITÉ POUR MA
SANTÉ !

Samedi 28

8 → QUIZ ET
EXPÉRIMENTATION VÉLO

ANIMATIONS ORGANISÉES PAR :



OCTOBRE

Mercredi 02

9 → ATELIER PRÉVENTION
ROUTIÈRE

Jeudi 03

10 → MON QUARTIER À
VÉLO

Samedi 05

11 → À VÉLO CARGO
12 → TOUS EN SELLE
13 → QUIZ ET
EXPÉRIMENTATION VÉLO
14 → BALADE À VÉLO

Le plaisir de bouger autrement !



PROGRAMME ↔

+ d'infos stmalo-agglomeration.fr



Saint-Malo
Agglomération

+ d'infos stmalo-agglomeration.fr



Saint-Malo
Agglomération



L'Agglo vous propose un programme inédit d'animations autour des mobilités.
Du 16 septembre au 06 octobre prochain, faites-vous plaisir en bougeant autrement !
Profitez de balades, sorties, initiations, projection, conférence et ateliers.
Insolites et parfois sportifs, tous ces rendez-vous sont gratuits.
Il ne vous reste plus qu'à découvrir le programme.

Samedi 21 septembre

1 MARCHE ET PATRIMOINE

Hirel ⇄ Rdv à 9h → *Mairie*

Accès libre - Infos : cyrille.leudiere@yahoo.com 06 04 15 00 49

Profitez des bienfaits de la marche en redécouvrant, au fil d'une balade sur la commune, l'histoire et le patrimoine de notre territoire. L'occasion d'en connaître davantage sur le passé d'Hirel et de Vildé la Marine tout en bénéficiant de conseils d'un coach sportif sur la pratique de la marche.

2 PATRIMOINE À VÉLO

Saint-Jouan-des-Guérets ⇄ Rdv à 14h → *Place de l'église*

Inscription jusqu'au 18 septembre sur www.mairie-saintjouan.fr ou formulaire disponible en mairie - Infos : 02 99 19 19 08

Le comité consultatif de Saint-Jouan-des-Guérets vous invite à partir à vélo à la découverte du patrimoine local. Au programme : bâtiments remarquables et parenthèses historiques, le tout à travers une boucle de 15 km ! Chaque participant vient avec son vélo, casque obligatoire. Enfants de moins de 12 ans accompagnés d'un adulte.

Dimanche 22 septembre

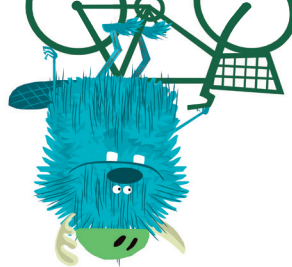
3 STREET ART À VÉLO

Saint-Malo ⇄ Rdv à 11h → *Esplanade Saint-Vincent (devant l'office de tourisme)*

Accès libre sous réserve de place, priorité aux inscriptions via ce formulaire
Infos : coef180mediation@gmail.com 07 49 45 70 43



Partez à la découverte des fresques de Saint-Malo réalisées à l'occasion des événements portés ces dernières années par COEF180 et l'association rennais Teenage Kicks. Au gré des œuvres monumentales, voyagez dans l'univers du street art et de ses origines, des artistes et de leurs différentes techniques. **Le parcours à vélo dure environ 1 heure, accessible à partir de 8 ans (10 ans et + sur son propre vélo), accompagné d'un adulte.**



Lundi 23 septembre

4 MON QUARTIER À VÉLO

Saint-Malo ⇄ Rdv à 13h30 → *Parking Intersport*

Inscription jusqu'au 22 septembre - Infos : Martial Szwarc veole35@gmail.com 06 50 51 51 18

Vous aimeriez vous déplacer plus souvent à vélo mais vous n'osez pas vous lancer ? Profitez d'une remise en selle en petit groupe ! Martial vous accompagne sur un atelier d'1 h 30 à vélo pour retrouver les bons réflexes et reprendre confiance lors de vos déplacements autour de chez vous. **Groupes de 6 personnes maximum. Prêts de vélo et casque possibles sur demande.**

Jeudi 26 septembre

5 STREET ART À VÉLO

Saint-Malo ⇄ Rdv à 18h30 → *Esplanade Saint-Vincent (devant l'office de tourisme)*

Accès libre sous réserve de place, priorité aux inscriptions via ce formulaire
Infos : coef180mediation@gmail.com 07 49 45 70 43



Partez à la découverte des fresques de Saint-Malo réalisées à l'occasion des événements portés ces dernières années par COEF180 et l'association rennais Teenage Kicks. Au gré des œuvres monumentales, voyagez dans l'univers du street art et de ses origines, des artistes et de leurs différentes techniques. **Le parcours à vélo dure environ 1 heure, accessible à partir de 8 ans (10 ans et + sur son propre vélo), accompagné d'un adulte.**

6 BALADE À VÉLO

Miniac-Morvan ⇄ Rdv à 15h30 → *Mairie*

Inscription jusqu'au 24 septembre via ce formulaire
Infos : m.salaberry@passemploi.fr 06 25 44 56 66



Profitez d'une sortie vélo d'une dizaine de kilomètres encadrée par un éducateur mobilité pour gagner en assurance dans les déplacements à bicyclette. **Merci de bien indiquer lors de l'inscription si vous avez besoin d'une mise à disposition de vélo/vélo à assistance électrique.**



Vendredi 27 septembre

7 BOUGER, UNE PRIORITÉ POUR MA SANTÉ !

Saint-Malo ⇄ Rdv à 14h ou à 19h → *Salle SportDical (Les Alizés 1, 10 rue de la Maison neuve)*

Inscription : contact.sportdical@gmail.com 02 23 52 35 54

La sédentarité est la quatrième cause de mortalité dans le monde et pourtant la première cause évitable. Assistez à une conférence ludique et interactive sur les bienfaits de l'activité physique sur la santé. Animation d'1h30 pour réapprendre à bouger au quotidien.

Samedi 28 septembre

8 QUIZ & EXPÉRIMENTATION VÉLO

Miniac-Morvan ⇄ Rdv de 10h à 12h30 → *Espace Bel-Air*

Accès libre - Infos : m.salaberry@passemploi.fr 06 25 44 56 66

Deux animations vous sont proposées en parallèle durant cet événement : un quiz interactif sur les comportements en termes de déplacements et l'essai de vélos à assistance électrique sur parcours sécurisé. **Téléphone portable avec accès internet requis pour le quiz.**

Mercredi 02 octobre

9 ATELIER PRÉVENTION ROUTIÈRE

Cancale ⇄ Rdv à 14h → *Auditorium L'Amérance (5 rue Dr et Mme Cocar)*

Accès libre - Infos : mairie@ville-cancale.fr 02 99 89 60 15

La mairie organise un atelier interactif destiné aux seniors. Dans le cadre d'un stage d'actualisation du code de la route, testez vos connaissances et échangez autour des nouveaux usages de la route (voiture, vélo, trottinette...). Découvrez les derniers panneaux et règles de cohabitation avec les différents usagers de la route. Profitez des conseils pour conduire en sécurité le plus longtemps possible.

Jeudi 03 octobre

10 MON QUARTIER À VÉLO

Saint-Jouan-des-Guérets ⇄ Rdv à 13h30 → *Parking Decathlon*

Inscription jusqu'au 02 octobre : Martial Szwarc veole35@gmail.com 06 50 51 51 18

Vous aimeriez vous déplacer plus souvent à vélo mais vous n'osez pas vous lancer ? Profitez d'une remise en selle en petit groupe ! Martial vous accompagne sur un atelier d'1 h 30 à vélo pour retrouver les bons réflexes et reprendre confiance lors de vos déplacements autour de chez vous. **Groupes de 6 personnes maximum. Prêts de vélo et casque possibles sur demande.**