



■ A l'agenda

Annoncez gratuitement
vos événements sur : www.infocale.fr

■ PLESTIN-LES-GRÈVES

Séances de sophrologie. Apprendre à se détendre, à respirer, mieux gérer ses tensions et acquérir des techniques adaptables dans sa vie quotidienne. Jeudi 17 septembre, 10 h, Ti an Holl, 7, place d'Auvelais. Contact : 06 75 36 95 07, www.nathalielorinquer.com

Entraînements et sorties loisirs catamaran et char à voile. Ouvert aux débutants ou initiés, adultes ou enfants dès 8 ans - les samedis de 10 h à 13 h en char à voile et 14 h à 17 h pour la voile. Les mercredis, réservés aux 8-13 ans, formule multi-activités durant l'abonnement, initiation, perfectionnement en char à voile, catamaran et kayak de mer. Samedi 19 septembre, 10 h à 13 h, centre nautique municipal. Tarif : à partir de 85 €. Contact : 02 96 35 62 25, www.centrenautiqueplestin.com

Messe. 25^e dimanche de temps ordinaire. Dimanche 20 septembre, 11 h, église.

Boules bretonnes. Dernière étape du challenge Roger-Le Gall. Ce concours éliminatoire en doublettes deux boules récompensera les meilleurs joueurs qui auront participé au moins à 4 des 6 concours d'hiver. Dimanche 20 septembre, 14 h 30, boulodrome communal. Réservation : vlery@orange.fr

Cours de Pilates. Dispensé par une animatrice diplômée par la Fédération française sports pour tous ayant déjà effectué une formation Pilates. Mardis 22 et 29 septembre, 9 h, 10 h 15 et 11 h 30, salle municipale G3, Le Penker. Tarifs : 95 €, réduit 90 €. Inscription avant le 29 septembre. Contact : 02 96 35 60 41, 06 33 23 36 22, claudcroc@wanadoo.fr

Mission locale Ouest Côtes-d'Armor. Un conseiller accueille les jeunes de 16 à 25 ans afin de les orienter sur le choix de leur métier, leur orientation, une formation qualifiante, la recherche d'un emploi ou d'un contrat en apprentissage, la mobilité, le logement ou la santé. Vendredi 25 septembre, 9 h 15 à 12 h, Point info jeunesse, médiathèque, place d'Auvelais. Réservation : 02 96 46 40 09, lannion@mloca.fr, www.mloca.fr