

**SAISON
25-26**

PHAKT

**Centre Culturel
Colombier**

***Découvrir,
pratiquer,
& faire
ensemble***



***Où les arts se croisent
dans la création et la pratique***

Envie de faire une pause, de changer de rythme, de vous former, de découvrir de nouvelles pratiques artistiques, de gagner en technique ou simplement de créer dans un lieu vivant et inspirant autour d'une expérience collective ?

Inscrivez-vous au PHAKT - Centre Culturel du Colombier et rejoignez les 700 adhérent·es qui s'accordent cette parenthèse régulière de plaisir, de partage et de découverte !

Facile d'accès en métro, en bus ou à vélo, notre association vous accueille quel que soit votre âge et votre niveau, que vous soyez débutant·e ou confirmé·e. Il y en a pour tous les goûts : ateliers de musique, de chant, de photographie, de yoga ou de peinture... organisés en journée et en soirée, pour convenir à tous les emplois du temps. Certains ateliers sont spécialement conçus pour les enfants et les adolescent·es.

Notre équipe de professionnel·les passionné·es vous écoute, vous conseille et vous accompagne pour que chacun·e puisse progresser à son rythme, selon ses envies.

Les ateliers, proposés tout au long de l'année, sont enrichis de sorties thématiques, d'expositions commentées par des professionnel·les et de nombreux moments de création collective.

Au PHAKT, tout le monde est bienvenu : artistes amateur·trices ou professionnel·les, familles, groupes scolaires ou associatifs se retrouvent pour profiter des savoirs de nos intervenant·es et du matériel mis à disposition.

Vous trouverez dans cette brochure le programme complet de la saison 2025/2026. N'hésitez pas à nous contacter par téléphone ou à passer nous voir à l'accueil : nous répondrons avec plaisir à toutes vos questions.

Nous avons hâte de partager cette nouvelle saison artistique avec vous.

L'équipe du PHAKT

Bienvenue !

Le Conseil d'Administration

Jean-Marie Desprès Président,
Hélène Boulard Vice-présidente
Yann Prual Trésorier
Stéphanie Latouche Vice-trésorière
Annie Ramadier Secrétaire
Thérèse Allainmat Vice-secrétaire
Vincent Grison
Manel Rouet
Marie Mlekluz
Pauline Saglio
Léo Lagrange Ouest - membre de droit.

L'équipe permanente

Reynald Poupelard Direction
Louri Louarn Coordination des projets éducatifs
Anne Chauvet Comptabilité
Richard Guilbert Projets artistiques & communication
Aurélia Deniot Médiation & actions culturelles
Charlotte Lefèvre Accueil & Secrétariat
Benjamin Louise Entretien

Et nos animateur·ices culturels & sportifs dont vous trouverez la liste et leurs spécificités au fil de la brochure.

Pratiquer une activité

Les ateliers de pratiques artistiques et corporelles sont construits et animés par des professionnelles. Chaque intervenant·e s'adapte et accompagne les adhérent·es de la découverte à la pratique amateur pour proposer un suivi pédagogique adapté.

• Fonctionnement

Les ateliers se déroulent de la mi-septembre au mois de juin hors des périodes de vacances scolaires et jours fériés.

• Effectifs

Le PHAKT se réserve tous droits de modifier ou annuler un atelier si le nombre d'inscriptions est insuffisant ou de déplacer ponctuellement certains ateliers.

*** Rentrées des ateliers
Lundi 15 septembre 2025**

• Tarifs

Une adhésion à l'association
+ cotisation à l'activité.

• Adhésion

Individuelle : 20 €

Familiale : 30 €

Personne morale : 60 €

• Réductions

Une réduction de 5 % est accordée à partir du second atelier pour une même famille ou une même personne (hors forfaits et hors cours de musique en individuel).

- Tarif étudiant·e / demandeur·euse d'emploi / Invalidité : application du tarif QF le plus bas
- Bienvenue à Rennes Métropole : - 10%
- Carte SORTIR ! prise en charge pouvant aller jusqu'à 105€

 Ville de
RENNES

pass
Culture 

 SORTIR

• Remboursements

Après la première séance d'essai, les désistements n'entraînent aucun remboursement, sauf s'ils sont liés à une mutation professionnelle ou à un problème de santé ne permettant plus la pratique de l'activité. Les justificatifs relatifs à ces situations sont étudiés par l'association et peuvent entraîner un remboursement partiel ou complet.

Seuls les cours d'éveils (musique et arts plastiques) font l'objet de deux séances d'essai.

Les absences isolées et consécutives des participant·es ne sont ni récupérées, ni remboursées quelle qu'en soit la cause.

Une tarification solidaire

Le PHAKT - Centre Culturel Colombier adopte la tarification solidaire pour rendre ses activités culturelles accessibles à toutes et tous, selon les ressources de chaque foyer.

Désormais, le tarif de vos inscriptions sera **calculé en fonction de votre quotient familial**. Cette démarche permet à chacun·e de participer aux activités du centre culturel, en fonction de son budget.

Lors de l'inscription ou du renouvellement de votre adhésion, vous renseignerez votre situation familiale et vos revenus. Un tarif vous sera alors proposé en fonction de vos quotient familial.

Grâce à ce système, chacune peut participer selon ses moyens, afin que la culture reste un bien commun, ouvert à toutes et à tous.

***Pour calculer le tarif de votre inscription, nous nous appuyons sur votre quotient familial.**

1. Où trouver votre quotient familial ?

Le quotient familial est généré par la Caisse d'allocations familiales (CAF) ou la Mutuelle sociale agricole (MSA).

• **Vous êtes allocataire** vous devez aller dans l'espace « Mon Compte » sur le site de la CAF, rubrique « Mes attestations ».

• **Vous n'êtes pas ou plus allocataire ?** Dans ce cas, reportez vous à la formule de calcul ci-dessous

2. Comment calculer votre quotient familial ?

Le quotient familial se calcule en divisant les ressources annuelles imposables d'un foyer par le nombre de parts fiscales. La somme obtenue est ensuite à nouveau divisée par 12 pour obtenir un montant mensuel.

Le nombre de parts est le suivant :

- Personne seule = 1 part
- Couple ou personne isolée = 2 parts
- 1^{er} enfant à charge = 0,5 part
- 2^e enfant à charge = 0,5 part
- 3^e enfant à charge = 1 part
- Par enfant supplémentaire (à partir du 4^e) = 0,5 part
- Enfant en situation de handicap = 0,5 part de +.
- Enfant élevé seule pendant au moins 5 ans = 0.5 part de +

QF = (Votre Revenu Net Imposable / Nombre de Parts Fiscales du foyer) / 12

Les tarifs 2025 - 2026

	QF de 0 à 600 €	QF de 601 à 1500 €	QF sup à 1501 €
ARTS PLASTIQUES enfants / adolescents			
1 h 00	168 €	198 €	208 €
1 h 15	193 €	227 €	238 €
1 h 30	250 €	294 €	309 €
2 h 00	319 €	375 €	394 €
ARTS VISUELS adultes			
2 h 00	319 €	375 €	394 €
2 h 30	352 €	414 €	435 €
3 h 00	371 €	437 €	459 €
2 h 00 + 2 h 00	535 €	629 €	660 €
2 h 00 + 2 h 30	549 €	646 €	678 €
2 h 00 + 3 h 00	558 €	657 €	690 €
2 h 30 + 3 h 00	578 €	680 €	714 €
PHOTOGRAPHIE			
Débutant / intermédiaire	253 €	298 €	313 €
ANGLAIS			
1 h 30 Avancés	313 €	368 €	386 €
2 h 00	415 €	488 €	512 €
THÉÂTRE			
Enfants / pré-adolescents	262 €	308 €	324 €
Adolescents	297 €	350 €	368 €
Adultes	343 €	403 €	423 €
MUSIQUE			
Cours particuliers	659 €		
Enfants			
Initiation à l'instrument	415 €	488 €	512 €
Atelier collectif, orchestre chant pré & post natal	139 €	163 €	172 €
Adultes			
2 pianos	421 €	495 €	520 €
Binôme / trinôme, guitare basse	280 €	330 €	346 €
Guitare collectif, jouer ensemble, initiation jazz, chorale	225 €	265 €	278 €
ACTIVITÉS DE LA FORME			
Pilates, Stretching & Fit' Training			
1 atelier	203 €	239 €	251 €
2 ateliers	265 €	312 €	328 €
3 ateliers	316 €	372 €	391 €
4 ateliers	367 €	432 €	454 €
Hatha Yoga	305 €	359 €	377 €

Les nouveaux ateliers

Le PHAKT - Centre Culturel Colombier renouvelle sa programmation d'ateliers, ouverts à toutes et tous. Petit aperçu des nouveautés proposées pour cette saison !

• Chant pré & post natal

Intervenante Arécia Oliveira
Dès le 2ème mois de grossesse et jusqu'à 6 mois après la naissance.
Mercredi de 16h00 à 17h00
De septembre à décembre

Pratique de jeux vocaux et corporels pour permettre une conscience du schéma corporel : le bassin, le périnée, la respiration et les abdominaux. Pour vivre une grossesse plus sereine, préparer son accouchement ou pour nouer une relation avec son bébé.

• Eveil musical pour les tout petit·es

Intervenante Arécia Oliveira
De 1 à 3 ans
Mercredi de 16h00 à 17h00
De janvier à juin

Destiné à l'éveil sensoriel des tout-petit·es, cet atelier s'attache à la découverte et l'expérimentation des instruments, ainsi qu'à l'apprentissage de comptines et berceuses.

• 2 pianos

Intervenant Aurélien Massé
Mercredi de 19h30 à 20h15

Cette proposition musicale permet d'appréhender différemment le piano en jouant des compositions pour quatre mains en simultané ou alternatif.

• Orchestre enfants

Intervenante Nathalie de Langlais
Samedi de 10h00 à 12h00
Tous les 15 jours

Cordes frottées et bois se réunissent afin d'aborder des œuvres du répertoire. Justesse, précision du rythme, régularité du tempo, écoute des autres et découverte des techniques d'orchestre viennent compléter l'apprentissage des cours individuels. Le travail sera présenté en fin de saison.

• Jouer ensemble

Intervenant Philippe Douet
Samedi de 10h30 à 12h30
Tous les 15 jours

Cet atelier multi-instruments propose d'apprendre à jouer ensemble en explorant et interprétant des morceaux à partir des arrangements composés par l'animateur autour d'un répertoire précis. Ouvert à tous les instruments et au chant.

• Guitare débutant·es en collectif

Intervenant Philippe Douet
De 1h à 1h30 selon le nombre d'inscrit·es
Mercredi 19 h 30 / Tous les 15 jours

Un cours pour débutant·es pour travailler en groupe les apprentissages de la guitare. Les morceaux seront choisis ensemble à partir d'une thématique (guitare d'accompagnement, rock, pop, blues...), dans le but de développer la rythmique, la justesse et l'harmonie en collectif.

• Ensemble de violoncelles

Intervenante Marcelle Caro

Tous niveaux

Mardi de 19h00 à 20h30 / Tous les 15 jours

Cet ensemble pour violoncellistes est conçu pour tous les niveaux, du déchiffrage de la partition à l'approfondissement et l'élargissement du répertoire jusqu'à la représentation face à un public. Les arrangements sont réalisés et adaptés aux différents niveaux par l'enseignante.

• Initiation jazz

Intervenant Christophe Paquereau

Pour débutant·es

Mardi de 19h30 à 20h30

Découverte et pratique des standards de jazz simples. Cet atelier collectif propose un travail autour des gammes et des accords, afin d'aborder l'improvisation. Il est ouvert à tous les instruments ainsi qu'au chant.

• Comédie musicale

Intervenantes Estelle Jégou (Théâtre)

& Nathalie de Langlais (Musique)

Vendredi de 19h00 à 20h30

À partir de janvier, ce nouvel atelier sera consacré à la création d'une comédie musicale ; choix des chansons et écriture du texte seront le fruit d'une collaboration entre les participant·es avant d'aborder le travail technique avec les encadrantes. Respiration, diction, apprentissage du texte, chant et mise en scène feront l'objet d'une restitution en juin.

• Design ados

Intervenante Léa Maraszek

Lundi de 18h30 à 20h30

Cet atelier propose de découvrir le design d'objet, le design graphique et le design d'espace pour accompagner un projet personnel. Nous travaillerons à partir d'une problématique ou d'une thématique : à quel besoin cela répond ? Recherche sur les objets existants ? Étude de terrain ? Pour définir la fonction, la forme et le scénario d'usage du projet. A partir de recherches et de croquis chacun·e sera invité·e à faire l'expérience de différentes matières afin de modéliser une maquette ou un objet en 3D.



Arts visuels

Enfants / Adolescent·es / Adultes

• Bande dessinée

**Enfants, Adolescent·es
& Adultes**

Enfants : mercredi 14h00-15h00

Adolescent·es : mercredi 17h45-18h45

Adultes : mardi 19h00-21h00

Une approche de la narration et l'apprentissage de la technique pour illustrer un récit avec des exercices adaptés (décors, cadrage, angles de vue, scénarii, personnages, mise en couleur).

• Arts plastiques

Enfants

5/7 ans : mercredi 16h30-17h30

7/10 ans : mercredi 15h00-16h15

Découvrir les différentes formes de créations : portrait, paysage, graphisme, collage, volume en faisant jouer son imaginaire.

• Design ados

Adolescent·es

Lundi 18h30 à 20h30

Atelier de découverte du design (objet, graphique, espace) à partir d'un projet personnel. Recherche, croquis et expérimentation mèneront à la création d'une maquette ou d'un objet en 3D.



Intervenant·es

María Revilla dessin, arts graphiques, peinture & labo artistique

Céline Geraud arts plastiques adolescent·es & peinture

Jacques Mahé arts plastiques enfants et bande dessinée

Léa Maraszek design adolescent·es

Alexandre Texier photographie

• Dessin

Adolescent·es & Adultes

Adolescent·es : mercredi 14h-15h30 ou

15h30-17h00 ou 17h00 - 18h00

Adultes débutant·es : lundi 19h-21h

Adultes initié·es : mardi 17h30-19h30

Explorer et maîtriser le dessin, le trait en s'appuyant sur des axes techniques (ombre/lumière, texture, matérialité du trait...). Tout d'abord accéder à la représentation, puis jouer avec pour imaginer des formes abstraites, amplifier des détails et enrichir l'approche.



• Arts graphiques

Adultes

Mercredi 18h00-20h00 ou 20h00-22h00

Les arts graphiques proposent de s'essayer à une grande diversité de techniques par l'utilisation de l'encre, fusain, craies, pastel, collages, gravure et peinture, permettant de découvrir un grand nombre de possibilités dans la création.

• Peinture

Adultes

Débutant·es & initié·es :

Lundi 13h30 - 16h30 ou 16h30 - 18h30

Mardi 19h30 - 22h00

Judi 14h00 - 17h00 ou 18h00 - 20h00

Il s'agit de développer au rythme de chacun·e un apprentissage technique et une pratique personnelle où chaque médium est envisageable : huile, acrylique, pigments ou techniques mixtes.

*Le matériel de peinture pour débiter les premières séances est fourni.

• Laboratoire artistique

Adultes

Vendredi 14h00 - 16h30

L'intervenant·e s'attache à mener un accompagnement auprès de chacun·e afin de révéler son univers artistique personnel en expérimentant, explorant et développant des pratiques.

*Cet atelier est ouvert à toute technique d'arts graphiques (sauf peinture).

* 15 % de réduction

En partenariat avec le Géant des Beaux-Arts, le PHAKT permet à nos adhérent·es de bénéficier de 15 % de réduction sur certains produits sur présentation de la carte adhérent·e du PHAKT.

LE GÉANT
DES BEAUX-ARTS



58 Rue Poullain Duparc, 35000 Rennes
www.geant-beaux-arts.fr

• Photographie

Adultes

Niv. 1 débutant·es : jeudi 19h00-21h00

Niv. 2 intermédiaires : mercredi 19h00-21h00

Tous les 15 jours

Sont abordés des aspects théoriques de la photographie ainsi que des aspects techniques, numérique ou argentique (développement, tirage, retouches...). Les cours de photographies se répartissent entre des apports techniques au PHAKT et des sorties pour des prises de vues en extérieur.

Les diverses thématiques proposées durant l'année permettent à toutes et tous de préciser son regard et de se forger une pratique personnelle.

• Pour aller plus loin

Ouvertures culturelles

Des visites d'expositions ou des rencontres avec des écoles d'arts viennent compléter l'approche artistique de nos ateliers.

Accès aux espaces

L'inscription à un atelier donne l'accès, sur réservation, à nos ateliers selon la disponibilité des salles d'arts visuels ou du laboratoire photographique argentique pour nos adhérent·es : **3 € de l'heure**



Musique

Enfants / Adolescent·es / Adultes

* Nos cours collectifs

• Chant pré & post natal

Dès le 2^{ème} mois de grossesse jusqu'à 6 mois après la naissance.

Mercredi 16h00-17h00

De septembre à décembre

Pratique de jeux vocaux et corporels pour permettre une conscience du schéma corporel : le bassin, le périnée, la respiration et les abdominaux. Pour vivre une grossesse sereine, préparer son accouchement ou pour nouer une relation avec son bébé.

• Eveil musical pour les tout petit·es

De 1 à 3 ans

Mercredi 16h00-17h00

De janvier à juin

Destiné à l'éveil sensoriel des tout-petit·es, cet atelier s'attache à la découverte et l'expérimentation des instruments, ainsi qu'à l'apprentissage de comptines et berceuses.

• Éveil musical & instrumentarium

4 / 5 ans Mercredi 15h00-16h00

5 / 6 ans Mercredi 16h00-17h00

**6/9 ans Mercredi 14h00-15h00
ou 17h00-18h00**

Ces ateliers proposent aux enfants d'apprendre à poser leur voix, reconnaître des timbres et styles musicaux par la pratique de chansons à gestes et de jeux rythmiques. En complément, découverte des instruments de musique.

Intervenant·es

Marcelle Caro violoncelle et ensemble violoncelle

Nathalie de Langlais éveil violon, violon, orchestre enfants & comédie musicale

Philippe Douet guitare classique et électrique, basse et ateliers collectifs

Guillaume Dupont éveil piano & piano

Aurélien Massé piano et 2 pianos

Arcia Oliveira chant pré & post natal, éveil guitare, guitare & éveil tout petit·es

Christophe Paquereau éveil musical, instrumentarium, saxophone, chorale & initiation Jazz

David Ranft batterie

• Chorale adultes Chants populaires du monde

Mercredi 19h30-21h00

Aborder les notions techniques essentielles et nécessaires pour se faire plaisir : travailler la respiration et la justesse.

• Initiation à l'instrument violon, piano ou guitare

Mercredi 15h00-16h00

À partir de 6 ans / 3 enfants par atelier

Mini-collectif pour découvrir l'un de ces instruments à partir de comptines et morceaux simples.

• Guitare débutant·es en collectif

De 1h à 1h30 selon le nombre d'inscrit·es
Mercredi 19 h 30 / Tous les 15 jours

Un cours pour débutant·es pour travailler en groupe les apprentissages de la guitare. Les morceaux seront choisis ensemble à partir d'une thématique (guitare d'accompagnement, rock, pop, blues...), dans le but de développer la rythmique, la justesse et l'harmonie en collectif.

• Orchestre Enfants

Samedi de 10h00 à 12h00
Toutes les 15 jours

Cordes frottées et bois se réunissent afin d'aborder des œuvres du répertoire. Justesse, précision du rythme, régularité du tempo, écoute des autres et découverte des techniques d'orchestre viennent compléter les apprentissages des cours individuels. travail sera présenté en fin de saison.

• Jouer ensemble

Samedi 10h30-12h30
Tous les 15 jours

Cet atelier multi-instruments propose d'apprendre à jouer ensemble en explorant et interprétant des morceaux à partir des arrangements composés par l'animateur autour d'un répertoire précis. Ouvert à la guitare, la basse, les cuivres, la batterie, le chant... pour des musicien·nes non débutant·es.

• Initiation jazz

Pour débutant·es
Mardi 19h30-20h30

Découverte et pratique des standards de jazz simples. Cet atelier collectif propose un travail autour des gammes et des accords, afin d'aborder l'improvisation. Il est ouvert à tous les instruments (piano, basse, guitare, saxo, trompette, flûte...)ainsi qu'au chant.

• Ensemble de violoncelles

Tous niveaux
Mardi 19h00-20h30 / Tous les 15 jours

Cet ensemble pour violoncellistes est conçu pour tous les niveaux, du déchiffrage de la partition à l'approfondissement et l'élargissement du répertoire jusqu'à la représentation face à un public. Les arrangements sont réalisés et adaptés aux différents niveaux par l'enseignante.

• 2 pianos

Mercredi 19h30-20h15

Cette proposition musicale permet d'appréhender différemment le piano en jouant des compositions pour quatre mains en simultané ou alternatif.



* Nos cours particuliers

Pour tous les âges et tous niveaux, les cours particuliers permettent de découvrir ou approfondir un instrument sur un format de 30 minutes en cours individuel.

• Violoncelle

Lundi 16h00 - 20h00

• Guitare adolescent·es & adultes

Classique - Blues - Rock / Basse électrique
Mercredi 12h30-19h30
Samedi 14h00-17h00

* Pour aller plus loin

L'inscription à un atelier donne accès, sur réservation et selon la disponibilité, aux salles de musique : 3€ de l'heure



DUROS
Musique

* Réductions

La carte d'adhérent·e du PHAKT peut permettre des réductions auprès de DUROS Musique
10 rue de Plélo, Rennes

• Guitare enfants & adolescent·es

Mercredi 13h30-18h30 & 17h00 - 18h30

• Saxophone

Mardi 16h00 - 19h30
Mercredi 18h00-19h30

• Piano

Répertoire Classique - Jazz - Variétés

Lundi 16h00-20h30
Mardi 15h30 - 19h30
Mercredi 13h00-19h30
Jeudi 16h00-19h30

• Batterie

Lundi 16h30-20h30
Vendredi 16h30-21h00

• Violon

Mardi 16h00-19h30
Mercredi 13h00-19h30
Vendredi 16h00-19h00



Intervenant·es

Estelle Jégou

théâtre & comédie musicale

Nathalie Kermarec anglais

Théâtre

Enfants / Adolescent·es

Adultes

Enfants 8/10 ans mercredi 16h30 - 17h45

Pré-ados 11/13 ans vendredi 17h30 - 18h45

Ados 14/17 ans mardi 18h15 - 19h45

Adultes lundi 20h15-22h15

L'atelier théâtre, ouvert aux débutant·es comme aux initié·es, est un temps de travail collectif dans lequel chacun·e est invité·e à prendre sa place et à s'épanouir individuellement.

Viennent ensuite le rapport au texte, la construction d'un personnage et le travail d'interprète. Pour former l'œil des participant·es sur la mise en scène, le jeu d'acteur·rice, les décors et la scénographie. Une sortie est programmée dans l'année.



Anglais

Adultes

Intermédiaires : mardi 14h00-16h00

Avancés : mardi 16h15-17h45

Acquisition de bases solides écrites et orales (vocabulaire, grammaire, écoute, prononciation, conversation).

Un regard est porté sur la culture et la civilisation anglo-saxonne à travers divers supports audiovisuels (vidéo, radio, expositions, films en version originale).

Comédie musicale

Adultes

Vendredi de 19h00 à 20h30

A partir de Janvier, ce nouvel atelier sera consacré à la création d'une comédie musicale ; choix des chansons et écriture du texte seront le fruit d'une collaboration entre les participant·es avant d'aborder le travail technique avec les encadrantes : respiration, diction, apprentissage du texte, chant et mise en scène.



Activités de la forme

Adultes

Intervenant·es

Dominique Krier Hatha Yoga
RD Pilates Pilates, Stretching &
Fit' training.

• Hatha Yoga

Vendredi 9h30-11h

Discipline d'harmonisation, de développement des facultés psychologiques (concentration, sérénité) et des facultés corporelles (fermeté, souplesse).

• Stretching

Lundi 11h15-12h00

Mercredi 11h30 - 12h15

Mercredi 12h15-13h00

Vendredi 13h-13h45

S'étirer, se relâcher, respirer en douceur pour entretenir et améliorer sa souplesse musculaire et le fonctionnement articulaire.

• Pilates

Fondamental

Mardi 12h15-13h00

Mardi 13h45-14h30

Mercredi 13h00-13h45

Mercredi 18h30-19h15

Intermédiaire

Lundi 12h15-13h00

Jeudi 13h00-13h45

Vendredi 12h15-13h00

Entraînement sur mesure, la méthode Pilates s'adapte à chaque individu, à sa physiologie. Elle est conçue pour accroître force et souplesse et développer le corps de manière harmonieuse selon divers niveaux d'intensité.

• Stretching Postural®

Lundi 13h00-13h45

Mardi 13h00-13h45

Jeudi 12h15-13h00

Le Stretching Postural® favorise une régulation tonique grâce à des étirements et contractions musculaires profondes agissant sur les fonctions organiques.

• Fit' Training

Mercredi 19h15 - 20h00

Cours collectif tonique et intense proposant un renforcement musculaire et une endurance jouant sur le cardio. Le·la professeur·e accompagne chaque individu en fonction de sa physiologie et sa forme physique.



Mise à disposition & locations de salle

• Pour nos adhérent·es

En tant qu'adhérent·e, vous pouvez réserver des salles d'activités pour vous entraîner, répéter ou expérimenter :

- **Labo photo**
- **Salle de musique** (piano, batterie ...)
- **Atelier arts plastique** (presse, tablettes lumineuses, chevalets ...)

Tarif : 3 €/ heure

• Pour nos associations hébergées

Rock'n Joy
06.62.42.01.22
contact@rocknjoy.fr

Esprit Rock Swing
06.12.88.86.25
maxime-pierre@live.fr

Moksa Yoga
formationmoksa@gmail.com

Atelier danse Mathilde Escot
06.85.96.23.64

QiGong / Terre&Ciel
02.99.65.13.26
www.qigongterreciel.fr

• Pour nos associations partenaires

**AREJ - Réseau Assistantes Maternelles
Colombier**

Le mardi et le jeudi de 10h00 à 11h00

Dans le cadre de leur accueil permanent les assistantes maternelles proposent des activités d'éveil corporel et d'éveil artistique en collaboration avec le PHAKT

espacejeux.colombier@gmail.com

Ateliers du Regard

**Lundi 18h30-20h00, Mardi 12h15-13h45 et
Mardi 18h30-20h00**

Véronique Boucheron
06.86.90.51.09

boucheron.veronique@free.fr
Cours d'histoire de l'art participatifs
et rencontres avec l'art contemporain
Approche sensible, visites d'expositions et
lectures d'œuvres.

Un projet de territoire

Le PHAKT - Centre Culturel Colombier est un acteur essentiel de la vie de quartier à Rennes. Ouvert à toutes et tous, il propose des activités culturelles, artistiques et sportives qui favorisent le lien entre les habitant·es et dynamisent le territoire.

Sa richesse vient avant tout de son engagement associatif : les bénévoles avec l'équipe permanente y jouent un rôle clé en participant à l'organisation des événements, à l'accueil des publics et à la mise en place des projets.

Devenir bénévole au PHAKT, c'est s'investir dans une aventure humaine, tisser des liens avec les habitants du quartier, partager des moments conviviaux et contribuer à faire vivre un lieu qui appartient à toutes et tous. C'est aussi l'occasion d'apporter ses idées en intégrant la commission Festivités qui propose des animations tout au long de l'année. Mais être bénévole c'est également développer de nouvelles compétences et de participer activement à la vitalité du quartier.



Expositions & résidence d'artistes

Tout au long de la saison, la programmation artistique met en avant la création contemporaine dans le domaine des arts visuels.

Le PHAKT soutient aussi bien de jeunes artistes que des artistes plus confirmés, notamment dans la région rennaise. L'objectif est de créer un lien durable avec les artistes.

La galerie est un lieu central, mais les projets peuvent aussi avoir lieu en dehors, dans des espaces publics en lien avec le quartier Colombier. L'accompagnement proposé comprend une aide à la production, un soutien technique, une communication autour des projets et le versement d'honoraires.

Des résidences d'artistes sont également proposées. Elles permettent aux artistes de développer un projet sur une période donnée, avec un soutien matériel et financier. Ces temps de résidence favorisent l'expérimentation, la recherche et les échanges avec le public ou le territoire.

Les expositions 2025 - 2026

Gideon Mendel Octobre - décembre 2025

Dans le cadre du festival de photographie GLAZ

Gideon Mendel revisite ses négatifs abîmés par le temps, témoins oubliés de la lutte contre l'apartheid dans les années 1980-90. Altérées par l'eau et la moisissure, ces images de résistance et d'espoir acquièrent une nouvelle puissance. Leur dégradation devient une métaphore de la mémoire collective et de l'idéalisme face à la brutalité du régime.

Pascal Jounier Trémelo Janvier - mars 2026

S'inspirant des savoir-faire artisanaux du bâtiment, du moulage et du staff, Pascal Jounier Trémelo développe une pratique sculpturale et graphique ancrée dans la matière. Oscillant entre abstraction et figuration, ses œuvres convoquent l'architecture, la biologie ou encore la géographie, créant un dialogue poétique entre les formes et le vivant.

Sarah Lück Mars - mai 2026

Au cœur de la pratique de Sarah Lück se trouve une attention particulière portée à la récupération, au don et à la circulation des matériaux. Ses œuvres – à la croisée de la peinture, de la sculpture et de la maquette – naissent d'éléments glanés, issus de la ressourcerie ou chargés d'un vécu antérieur. Ces matériaux de rebut, aux formes accidentées et aux textures marquées par le temps, deviennent les fondations d'installations fragiles et sensibles.

Médiation & action culturelle

Le PHAKT - Centre Culturel Colombier développe une démarche culturelle et éducative à destination de tous les publics. Son service des publics propose une approche articulant création contemporaine et histoire de l'art, croisant découverte des œuvres, pratiques artistiques et échanges. L'ensemble de ces actions s'inscrit dans une dynamique cohérente qui lie création, diffusion et médiation.

Chaque groupe bénéficie d'une visite sensible d'exposition qui peut se prolonger par un atelier de pratique.

La visite est imaginée en différents temps de découverte, ludique et pédagogique, passant de l'observation attentive des œuvres à une lecture contée, en permettant de toucher des matériaux utilisés pour leur fabrication.

Nos ateliers sont conçus pour être dédié à l'expérimentation plastique et à la création de compositions personnelles ou collectives ; dans la perspective de la pratique artistique de l'artiste présentée.

Autour de la pratique d'un artiste, des projets d'actions culturelles sur mesure peuvent s'imaginer en tenant compte des spécificités des groupes ou des publics concernés.



L'éducation artistique & culturelle

Le PHAKT accompagne les publics scolaires dans leur découverte de l'art contemporain à travers des actions d'éducation artistique et culturelle conçues sur mesure. Ces interventions, adaptées à tous les âges, favorisent une rencontre sensible avec les œuvres.

Depuis 2021, le PHAKT développe également des outils pédagogiques spécifiques pour la petite enfance, afin de permettre aux plus jeunes d'explorer l'art dès leurs premiers apprentissages.

Création collective avec un.e artiste

Accompagné-es par l'artiste, les élèves découvrent et expérimentent des techniques et processus de création pour, à leur tour, imaginer et réaliser des œuvres collectives. Ces œuvres sont ensuite présentées sous le format d'une exposition au sein de l'école, permettant de faire découvrir aux familles et aux publics du territoire le projet mené avec l'artiste.

Lecture face aux œuvres

Le PHAKT propose une approche vivante de l'art contemporain, loin des idées reçues, en intervenant auprès des classes pour permettre aux enfants de s'appropriier les œuvres. La lecture face aux œuvres permet de découvrir le vocabulaire des artistes, en connaître les significations, s'appropriier un lexique adapté, savoir exprimer une émotion et un jugement critique.

La formation « Petit-es médiateur-ices »

A partir d'une exposition dans les murs du PHAKT ou d'un prêt d'œuvres dans l'école, les élèves bénéficient d'une formation « petit-es médiateur-ices » afin d'apprendre à déchiffrer et analyser des œuvres d'art. Être médiateur-ice c'est aussi réussir à transmettre des éléments de compréhension, amener une perspective face aux œuvres et proposer une réflexion personnelle pour les publics.

Avec le soutien de la ville de Rennes, la DRAC Bretagne, la région Bretagne, le Pass Culture, la DRAEAC et le dispositif Cité éducative.



PHAKT

Centre Culturel Colombier

5 place des Colombes 35000 Rennes
02.99.65.19.70 / contact@phakt.fr
Du lundi au jeudi de 13h à 19h
le vendredi de 13h à 18h,
le samedi de 14h à 18h.

www.phakt.fr



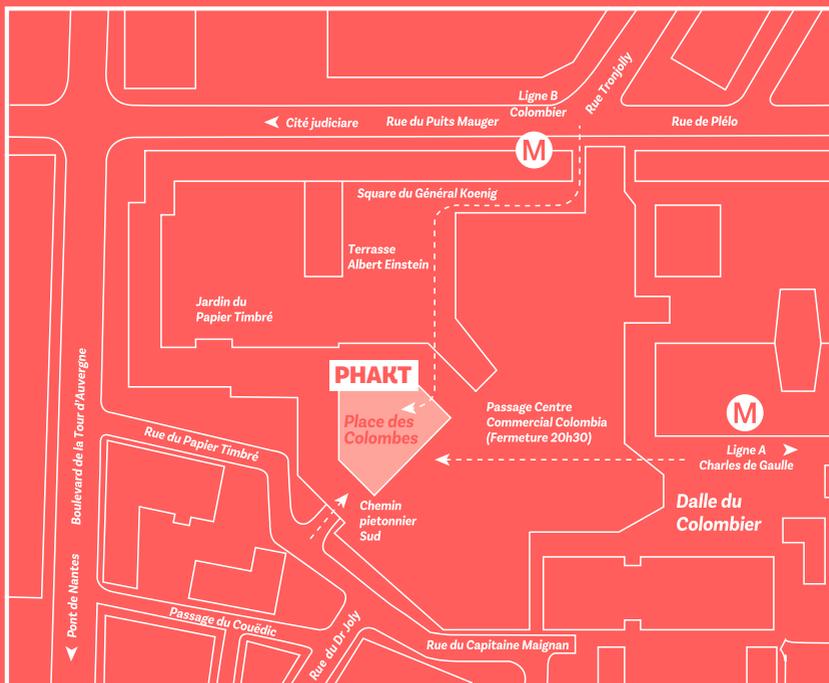
Accès & accessibilité

Vélo Star
station Cité Judiciaire

Bus
C6 - Arrêt Cité judiciaire
C2, C3, 54, 55 & 56 - Arrêt Charles de Gaulle

Métro
Ligne A : Charles de Gaulle
Ligne B : Colombier

Le PHAKT - Centre Culturel Colombier est
un équipement de plain-pied accessible aux
personnes à mobilité réduite.



• a.c.b. Le PHAKT Centre Culturel Colombier est membre du réseau Art contemporain en Bretagne