

No pain-brain no gain : être sportif des pieds à la tête



Livret d'accueil

**Journées d'Études de la Société
Française de Psychologie du Sport**

9, 10 et 11 juin 2021

BREST

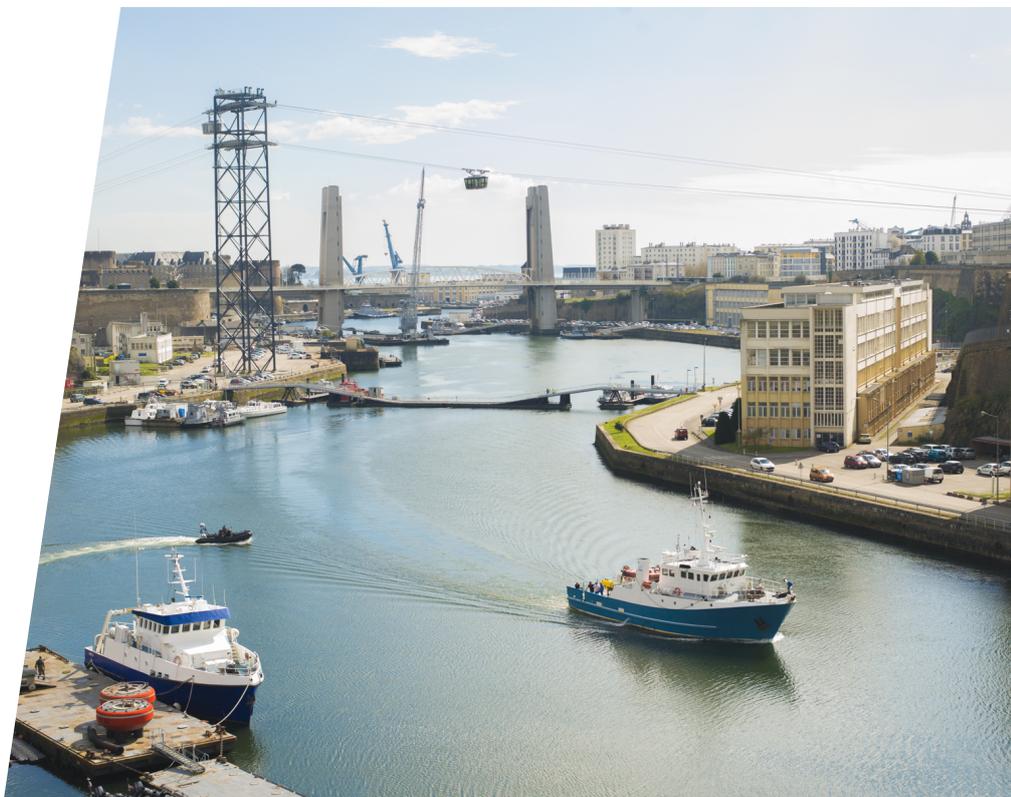
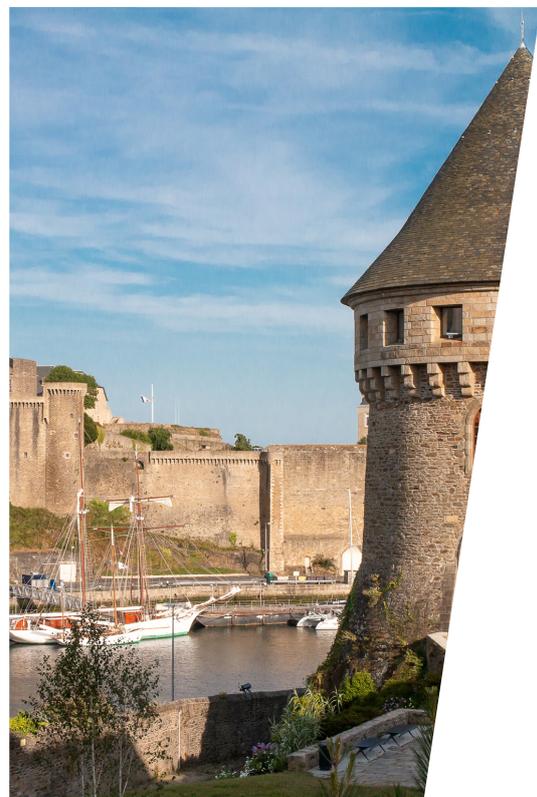
UBO

Université de Bretagne Occidentale



FACULTÉ
DES SCIENCES DU SPORT
& DE L'ÉDUCATION

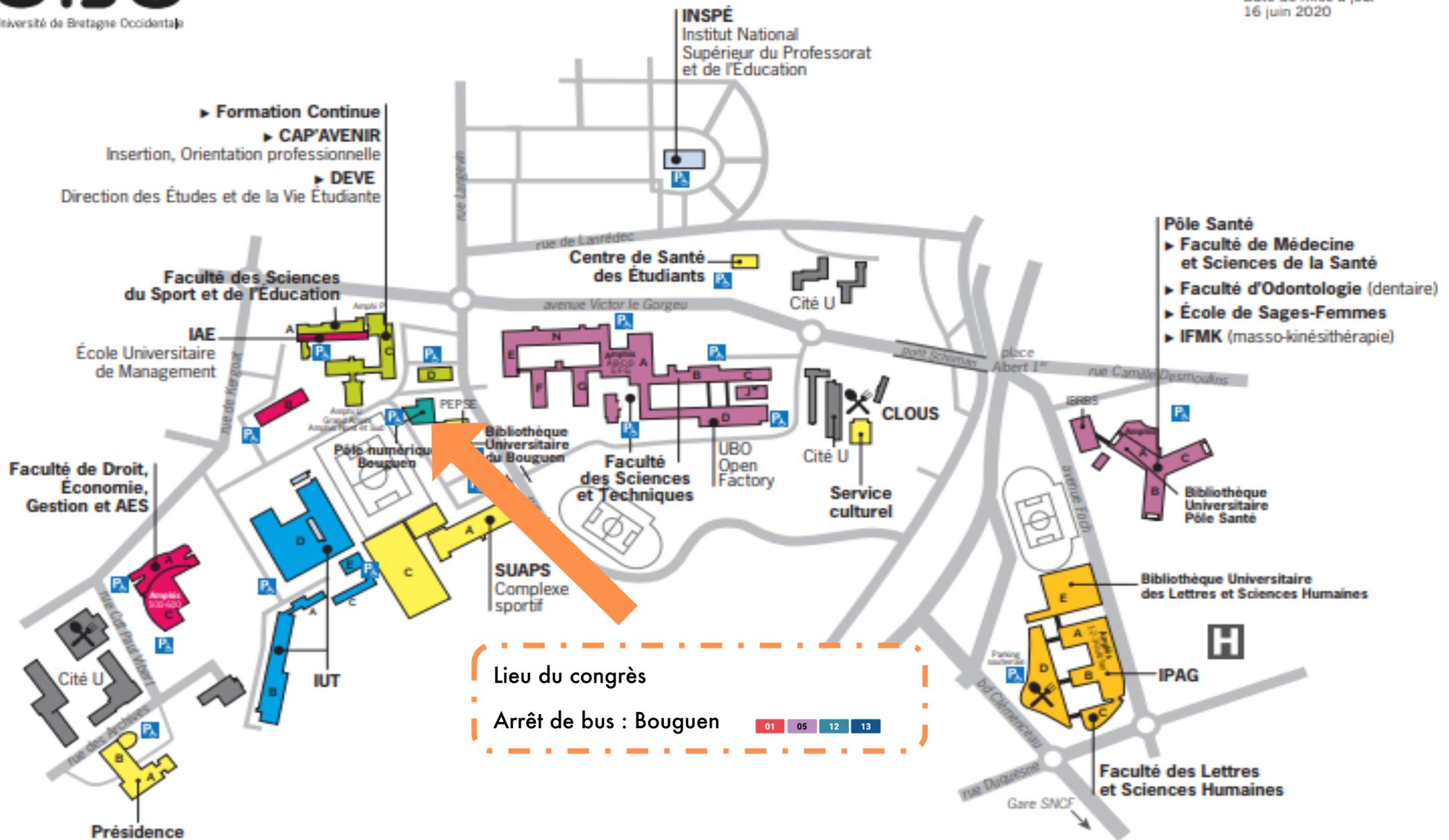
CREAD
EA 3875



Bienvenue à Brest



UBO – FSSE – Plan du Campus



Venir à Brest

En voiture :

Brest est desservie par deux axes autoroutiers principaux :

- la N12 qui relie Brest à Rennes (245 km) et au-delà à Paris (596 km) en longeant la côte nord de la Bretagne
- la N165 de Nantes à Brest (296 km) qui constitue l'axe routier sud de Bretagne

Ces deux voies rapides, dites « voies express », sont sans péage sur toute leur longueur.



En train :

Une [Ligne à Grande Vitesse](#) (LGV) relie Brest à Paris pour un temps de trajet de 3h25 en moyenne (3h13 pour le trajet le plus court). 10 liaisons sont assurées chaque jour entre Paris et Brest.

Des [liaisons régionales TER](#) assurent des trajets vers Nantes, Rennes et tout le Grand Ouest.

En avion :

L'[aéroport international Brest-Bretagne](#) est le premier aéroport breton, avec plus de 1,2 millions de passagers par an qui transitent par son terminal.

Il propose 23 liaisons internationales (Londres, Barcelone, Prague...), 9 liaisons par jour avec Paris ou encore 4 liaisons par jour avec Lyon.



Une [navette](#) assure la correspondance avec la ligne de Tramway, 7j/7 de 5h30 à 23h, ce qui permet de rallier le centre-ville en 20 minutes.

Se déplacer dans Brest



En bus, en tramway, et en téléphérique

Ce réseau est constitué de :

- **27 lignes régulières de bus** desservant toute la métropole (auxquelles il faut rajouter les **28 lignes scolaires** et les **7 lignes de [transport à la demande](#)**)
- **une ligne de tramway**
- **une ligne de téléphérique.**

Retrouvez tout l'offre sur [le site de Bibus](#)



[Plan détaillé du service de bus](#)



A vélo

Vélos en tous genres, hoverboards, monoroues, trottinettes électriques, etc. trouvent leur place aux côtés du trafic automobile au moyen de voies dédiées sur les grandes artères (175 km au dernier comptage) ou, le cas échéant, en partageant les larges trottoirs avec les piétons.

Une [carte interactive des aménagements cyclables](#) peut être consultée sur le site de la métropole.

Si vous n'avez pas de vélos et ne souhaitez pas en acheter, le service [Vélocibus](#) est fait pour vous. Ce service de location de longue durée de vélos à assistance électrique, mis en place par l'opérateur de transports Bibus, est particulièrement intéressant pour les abonnés au réseau de transports en communs.

À pied

Économique, écologique et excellent pour vos artères, le mode « piéton » est possible quasiment partout sans danger, notamment dans l'hyper-centre avec la rue Jean Jaurès et la rue de Siam auxquelles autos et motos n'ont pas accès.



En taxi

Trois groupements de compagnies constituent l'essentiel de l'offre sur la ville de Brest.

- [Les Taxis brestoises](#) : 02.98.801.801
- ABC Allo Taxis Brest : 02.98.42.11.11
- [Taxi 806](#) : 02.98.806.806

Géolocalisez les voitures disponibles, obtenez une estimation du tarif de la course et enfin réservez votre taxi en téléchargeant les applications iOS ou Android sur leur site internet.

Séjourner à Brest



<https://www.hotelvauban.fr/> - 17, avenue Georges Clemenceau 29200 Brest - Tel: 02 98 46 06 88

INFOS PRATIQUES

[Réserver une chambre](#)

+33 (0)2 98 46 06 88

+33 (0)2 98 44 87 54

17, avenue Georges Clemenceau
29200 Brest

contact@hotelvauban.fr

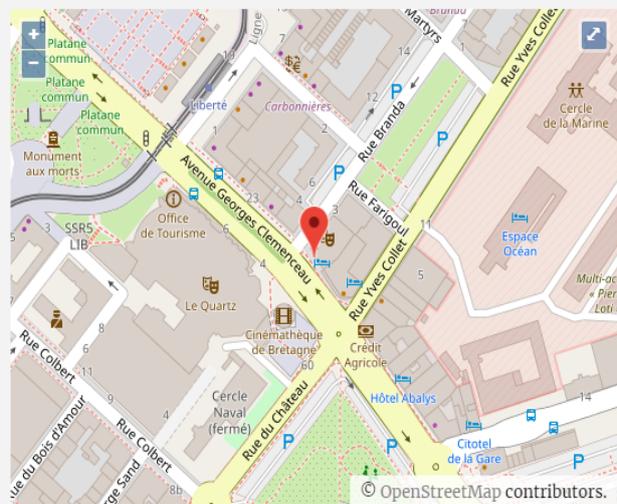


TOUT
commence
en FINISTÈRE

NOTRE ACTUALITÉ

- > Le déjeuner du jeudi du Vauban
- > Le restaurant Le Vauban propose le diner en room service pour les clients de l'hôtel
- > Vacances de Noël à Brest et à l'hôtel Vauban
- > Rendez-vous mardi 25 août 2020
- > Nouvelle carte au restaurant Le Vauban
- > Saint Valentin au restaurant Le Vauban à Brest

PLAN D'ACCÈS





RÉSERVEZ

VOTRE CHAMBRE

Date d'arrivée

Nombre de nuit(s)

Nombre d'adulte(s)

JE RÉSERVE

<https://www.hotelbellevue.fr/fr> - 53 rue Victor Hugo - 29200 BREST - Tél. : 02 98 80 51 78

VOS SOIRÉES ÉTAPES À BREST CENTRE-VILLE



L'HÔTEL BELLEVUE VOUS PROPOSE UNE SOIRÉE ÉTAPE DE 79€ A 90 € AU CHOIX.

Offre réservée uniquement aux professionnels.

Celle-ci comprend :

- Le repas du soir dans un de nos restaurants partenaires au choix (uniquement en semaine).
- la nuitée.
- le petit-déjeuner buffet à l'hôtel.

RÉSERVATION

Appelez-nous simplement au **02 98 80 51 78**

ROOM-SERVICE AVEC DES BOCAUX TRAITEURS

Nous sommes heureux de vous proposer un service de restauration pour le soir, sous forme de bocaux que nous rechauffons, avec des entrées, plats et desserts, en partenariat avec un producteur local "Textures Traiteur" Kergoadez à 29810 Brélès.

ENTRÉE PLAT OU PLAT DESSERT À 14.00€ HORS BOISSON

NOUS VOUS PROPOSONS 2 RESTAURANTS AU CHOIX EN PLUS DE NOTRE FORMULE BOCAUX



CRÊPERIE ST-MICHEL
53 Rue Yves Collet
A 5 min à pied

Plan d'accès



LA TAVERNE DE BREST
15 Avenue Georges Clemenceau
A 10 min à pied

Plan d'accès

< Retour à la recherche

Citotel Brest Centre Gare ***

★★★★★ sur 839 avis

Les Plus : Accès pmr, Proximité gare, Restaurant à proximité



Photos

Description

Services

Carte

Avis



<https://www.citotel.com/fr/hotels/206/citotel-brest-centre-gare>

4 Boulevard Gambetta 29200 Brest

[Tel +33 2 98 44 47 01](tel:+33298444701)

Services

- ✓ Non fumeur
- ✓ Insonorisée
- ✓ Vue mer
- ✓ Bureau
- ✓ Douche
- ✓ Baignoire
- ✓ Sèche cheveux
- ✓ Tv
- ✓ Salle de bain PMR
- ✓ Téléphone
- ✓ Ascenseur
- ✓ Coffre
- ✓ Espace business
- ✓ Wifi gratuit
- ✓ Fax
- ✓ Journaux
- ✓ Accès PMR
- ✓ Parking public gratuit
- ✓ Parking public payant
- ✓ Animaux payants
- ✓ Code entrée
- ✓ Proximité gare
- ✓ American express
- ✓ Mastercard
- ✓ Visa
- ✓ Cheque vacances
- ✓ Carte bleue
- ✓ Restaurant à proximité
- ✓ Petit déjeuner
- ✓ Petit déjeuner buffet
- ✓ Plateau repas



Arrivée



Départ



1 chambre 2 pers...



Code promotionnel

RÉSERVER

VOIR LE PLAN



L'HÔTEL CHAMBRES SERVICES SITUATION OFFRES PHOTOS ACTUALITÉS



<https://www.abalys.com/>

7 Avenue Georges Clemenceau, 29200. Brest - France

+33 (0)2 98 44 21 86

Confort, propreté et service personnalisé

Profitez d'un **séjour inoubliable à Brest au confort**. Le personnel de l'hôtel Abalys sera enchanté de vous accueillir ainsi que de vous offrir son service attentionné et professionnel.

À l'hôtel...

Un **délicieux petit-déjeuner buffet*** est servi tous les matins de 6h30 à 11h00: viennoiseries, céréales, fruits frais, fromages, charcuterie, crêpes fraîches...

Des **plateaux repas* sont servis en chambre** de 11h00 à 23h00: croque monsieur, quiches, tarte aux poireaux...

*Petit-déjeuner et repas en chambre avec supplément

Services généraux de l'hôtel



Bar



Bibliothèque



Centre d'affaires



Connexion à Internet Wi-Fi gratuite



Parking public (4€/jour)



Bagagerie



Ascenseur



Chambres pour fumeurs



Chiens admis



Coffre-fort à la réception



24h Réception 24h/24



Service de chambre (horaires limités)



Distributeur de boissons et café



Check-in: 14h00



Check-out: 12h00



Hôtel Ibis Styles Brest Centre Port

<https://www.hotel-styles-brest.com/>

Contactez Hôtel Ibis Styles Brest Centre Port

31 rue Jean Marie Le Bris - 29200 Brest

Téléphone: (+33)0298204969 - Fax: (+33)0298443488

Email: H7369@ACCOR.COM



Notre équipe continue de vous accueillir chaleureusement. Lors de votre séjour, petit-déjeuner et restauration sont disponibles en room-service.

Vous êtes ici : Home » Services » Petit-déjeuner

Petit-déjeuner - Hôtel Brest

Notre petit déjeuner est servi de 05h30 à 12h00 tous les jours de la semaine pour vous permettre de faire la grasse matinée.

Croissants, pains, céréales, brioches, yaourts, fromages, charcuteries, œufs... boissons chaudes et jus de fruits vous attendent pour faire le plein d'énergie.

De quoi démarrer la journée du bon pied !

Ouvert à tous, nous serons ravis de vous accueillir pour vos petits déjeuners d'entreprises à Brest.



**RÉSERVEZ VOTRE
WEEK-END !**

FR ▾



LA PAIX HÔTEL CONTEMPORAIN

Hôtel à Brest

★★★★

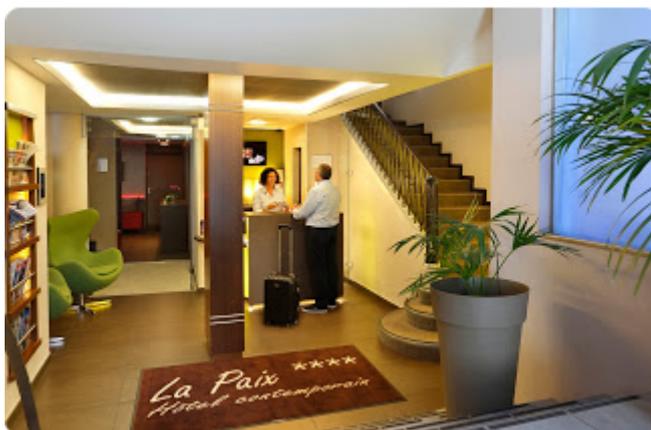
<https://www.hoteldelapaix-brest.com/>

La Paix Hôtel Contemporain

[La Paix Hôtel Contemporain](#)
[32, rue Algésiras - 29200 Brest](#)

contact@hoteldelapaix-brest.com

[02 98 80 12 97](tel:0298801297)



Services sur demande

- Room service 7j / 7 : Petit-déjeuner (7h / midi), diner (19h / 21h30), en-cas (24h / 24)
- Réveil
- Prêt d'équipements informatique (ordinateur portable, tablettes...)
- Photocopies
- Fer et table à repasser
- Blanchisserie et nettoyage à sec
- Bagagerie sécurisée



Lieux à découvrir

Restaurants :

[Ripaille](#) - 40 rue de Lyon

02 98 00 75 18

[Globule Rouge](#) - 27 rue Émile Zola

02 98 33 38 03

[Les Maraichers](#) - 7 Rue J-B Boussingault

02 29 62 79 23

[Les Petites Recettes](#) - 40 rue du Château

02 98 44 27 54

[Le Crabe Marteau](#) - 8 Quai de la Douane

02 98 33 38 57

Crêperie Moderne : 34 Rue Algésiras

02 98 44 44 36

Bars et Cafés

[Le Baragwin](#) - 38 Rue Algésiras

02 98 38 61 40

Le Gueule de Bois - 1 Rue des Halles Saint-Louis

[Les Fauvettes](#) - 27 rue Conseil

02 98 44 46 67

[Le Mouton à Cinq Pattes](#) -25 rue Navarin

02 29 62 99 91

[Le Tour du Monde](#) - Port de Plaisance

02 98 41 93 65

[Beaj Kafe](#) - 51 rue Brenda

09 52 14 46 21

Lieux à découvrir

[Les Ateliers des Capucins](#) - 25 Rue de Pontaniou

[Musée National de la Marine](#) - Château de Brest, Boulevard de la Marine

[Musée des Beaux-Arts](#) - 24 rue Traverse

[Océanopolis](#) - Port de Plaisance du Moulin Blanc

[Librairie Antinoe](#) - 30 rue Émile Zola

Cours Dajot : Rue de Denver

[Stade Francis Le Blé](#) - 26 rue de Quimper

[Jardin du Conservatoire botanique national de Brest](#) - Rampe de Stangalard

Pont de Recouvrance et vue sur la Penfeld : 1 rue de Siam

Aux Alentours :

Le phare du Petit Minou : 5015 Route du Minou, 29280 Plouzané

La Pointe Saint-Mathieu : 48 Place Saint-Tanguy, 29217 Plougouvelin

Le Rocher de l'Impératrice : 353 Route du Rocher de l'Impératrice, 29470 Plougastel-Daoulas

Plages des Blancs Sablons

La Pointe des Espagnol

