

Septembre bouge : la Maison sport-santé fait bouger les Rennaises et les Rennais

11.9.2026 - | Rennes Métropole

À l'occasion de **Septembre Bouge** ([lien externe](#)), la Maison sport-santé de Rennes propose de nombreuses activités autour de l'activité physique, de la santé et du bien-être. Cet événement rassemble les acteurs du sport, de la santé et de l'inclusion autour d'un objectif commun : faire découvrir à tous les bienfaits de l'activité physique. Ouvert à tous les publics, quels que soient l'âge, le niveau de pratique, l'état de santé ou la situation de handicap, il favorise la rencontre, la prévention, le bien-être et le vivre-ensemble. À travers des animations variées, l'objectif de cet après-midi est de démontrer comment le sport est un véritable levier de santé publique, d'inclusion sociale et de cohésion au service de la société. Au programme : initiations d'activités physiques et sportives, tests de condition physique, ateliers de sensibilisation au sport-santé et à la prévention, activités ludiques, démonstrations, et aussi découverte du handisport et du sport adapté.

<https://presse.metropole.rennes.fr/agenda/2026/septembre-bouge-la-maison-sport-sante-fait-bouger-les-rennaises-et-les-rennais>