

Guide des entreprises

Mars 2025 - Paris La Défense



PARIS
LA
DÉFENSE

SOMMAIRE

→ P. 03 • [Bien plus qu'un quartier d'affaires !](#)

→ P. 04 • [Les chiffres clés](#)

→ P. 05 • [Les 10 atouts du territoire](#)

→ P. 06 • [Le Welcome Pack](#)

→ P. 07 • [Le tissu économique](#)

→ P. 07 • [L'offre d'enseignement supérieur](#)

→ P. 08 • [Rejoindre les clubs](#)

→ P. 10 • [S'engager](#)

→ P. 13 • [Venir à Paris La Défense](#)

→ P. 14 • [Organiser votre événement](#)

→ P. 20 • [Les hôtels, restaurants, coworking](#)

→ P. 27 • [Les événements et activités](#)

→ P. 38 • [Le cap stratégique](#)

→ P. 39 • [Les projets à Paris La Défense](#)

→ P. 42 • [Le vélo](#)

→ P. 43 • [L'Espace Info](#)

→ P. 43 • [Nos supports d'information](#)

→ P. 44 • [Vos contacts](#)



Paris La Défense

Bien plus qu'un quartier d'affaires !

Premier quartier d'affaires d'Europe et quatrième quartier d'affaires le plus attractif au monde, Paris La Défense est devenu, en plus de soixante ans, la terre d'accueil de très nombreuses entreprises, mais également un véritable quartier de vie, animé et vibrant. Le quartier réunit aujourd'hui 200 000 salariés, plus de 2 800 entreprises, dont 41 % d'origine étrangère, et 75 % de sièges sociaux. Son tissu économique ne cesse de se diversifier avec l'arrivée de nouveaux secteurs d'activités et d'établissements d'enseignement supérieur.

Situé à une dizaine de minutes du cœur de Paris et à quelques heures des plus grandes capitales européennes, le territoire est desservi par un des plus conséquents réseaux de transports sur le plan mondial, renforcé par l'arrivée du RER E en 2024 et celle du Grand Paris Express dans les années à venir.

Unique en France de par sa verticalité, il est aussi un haut lieu de création architecturale et artistique, avec ses tours emblématiques et son musée à ciel ouvert. L'attractivité du quartier est complétée par une offre diversifiée et qualitative de loisirs, de restaurants ou encore d'hébergement et lieux de rencontre. Le cœur de Paris La Défense bat également au rythme de grands événements, tels que le festival Garden Parvis, les courses caritatives ou encore le traditionnel marché de Noël.

Pour répondre aux besoins de ses utilisateurs et aux objectifs de demain, le quartier est en perpétuelle mutation. Et ce, grâce aux actions de l'établissement public Paris La Défense qui aménage, exploite et anime le territoire au prisme de son cap stratégique ([voir page 38](#)). Pour ce faire, l'établissement invite les grands acteurs du territoire et les entreprises à participer à cet objectif autour de nombreuses initiatives.



Business

1er
QUARTIER D'AFFAIRES
D'EUROPE

2800
ENTREPRISES
dont 600 GE

200 000 SALARIÉS
50 000 HABITANTS
70 000 ÉTUDIANTS

4^e
quartier
le plus
attractif
au monde

1/3 du CAC 40
41% des entreprises
d'origine
étrangère

3,8
millions
de m²
de bureaux
à La Défense

Parc immobilier



**Seul quartier
vertical de France**
avec 61 immeubles de
grande hauteur (IGH)

76 m
hauteur moyenne
des immeubles

TOP 5 THE LINK
FIRST
HEKLA
MAJUNGA
T1
des immeubles
les plus hauts

Lifestyle

 **37,35 ha**
d'espaces publics végétalisés

566 ha 
dont 31 ha d'espaces piétons

50 
ÉTABLISSEMENTS
d'enseignement supérieur

1 hub
6 lignes de transports
en commun avec
2 nouvelles gares RER E
+ 2 stations du Grand
Paris Express à venir

 **2 200**
places sur arceaux vélos
635
places sécurisées dans
les parkings du territoire

Plus de
16,4 km
de voies cyclables

Un des plus grands centres
commerciaux d'Europe

Westfield Les 4 Temps - CNIT

Paris
La Défense Arena

45 000
places

Plus grande salle de spectacle
indoor d'Europe

Plus de
60
œuvres
d'art

Plus de
150 
restaurants
20 
food trucks

Les 10 atouts de Paris La Défense

S'installer à Paris La Défense, c'est faire le choix de s'intégrer dans un écosystème d'entreprises de toutes tailles, de secteurs d'activités diversifiés, complémentaires, et d'avoir à portée de main ses clients, ses fournisseurs et ses futurs talents !
Mais ce ne sont pas les seules raisons qui rendent le quartier exceptionnel :

#1

Son rayonnement international : 4^e quartier d'affaires le plus attractif au monde, plus de 41 % d'entreprises d'origine étrangère.

#2

Un tissu économique diversifié : start-up, santé, banque, assurances, conseil, énergie, IT, luxe, textile... Présence d'entreprises de toutes tailles ([voir page 7](#)).

#3

Un écosystème qui s'enrichit : des événements solidaires ([voir page 28](#)), des adresses emblématiques où se retrouver, un réseau d'associations ([voir page 10](#)), des étudiants de plus en plus nombreux...

#4

Sa desserte exceptionnelle en transports en commun : RER, métro, tramway, transiliens, lignes de bus ([voir page 13](#)).

#5

Un véritable quartier de vie : large choix de restaurants, événements sportifs et culturels, collection permanente d'œuvres d'art, centres commerciaux, offre de sport et loisirs ([voir page 27](#)).

#6

Une destination événementielle : programmation dense, offre variée d'espaces de convention, de congrès et de séminaires, 3000 chambres d'hôtels ([voir page 20](#)).

#7

Un territoire toujours plus moderne : rénovation de la place de La Défense, végétalisation avec le projet du Parc, une high line avec la Rose de Cherbourg... ([voir page 39](#)).

#8

Un territoire engagé : des engagements forts pour réduire son impact carbone, des événements écoresponsables, le programme PLD Can B, le championnat d'économie d'énergie Cube ([voir page 38](#)), des pistes cyclables qui se multiplient ([voir page 42](#)).

#9

Un quartier apprécié par ses utilisateurs : 89 % des salariés estiment qu'il fait bon travailler à Paris La Défense (Enquête de satisfaction 2024 - Viavoice).

#10

Votre partenaire business : Paris La Défense accompagne les utilisateurs dans leur implantation et facilite la mise en réseau auprès de nombreux acteurs du territoire ([voir page 6](#)).

Le Welcome Pack

de Paris La Défense

Dispositif conçu pour les nouvelles entreprises du territoire, le Welcome Pack vous propose un accompagnement personnalisé pour faciliter votre installation dans le quartier d'affaires à travers quatre services :

- un interlocuteur unique pour vous accompagner au fil de votre projet et répondre à vos questions sur la signalétique, les sujets de mobilité, les projets immobiliers ou encore les événements du territoire ;
- un accompagnement de vos salariés pour faciliter leur arrivée dans le quartier. Paris La Défense propose plusieurs services comme des visites guidées, l'organisation d'une présentation dans vos locaux ou encore de la documentation pour vous faire découvrir les richesses du territoire ;
- une arrivée évenementialisée grâce à nos outils de communication. L'occasion de valoriser votre installation dans le quartier auprès de vos clients ou partenaires ;
- une mise en réseau avec d'autres acteurs de Paris La Défense, institutions, entreprises ou encore associations.

Le Welcome Pack offre également la possibilité de se tenir informé des actualités et des événements du territoire grâce aux newsletters ou au kit numérique qui sera mis à votre disposition sur demande.

**Pour tout savoir sur le Welcome Pack
et sur l'accompagnement des entreprises par Paris La Défense,
contactez :**



Anne Buquet

Cheffe de projets Relations entreprises et enseignement supérieur
Pôle Promotion territoriale et internationale

Par mail à abuquet@parisladefense.com
ou par téléphone au 06 24 98 70 76

Un tissu économique *diversifié*

Le premier quartier d'affaires européen regroupe de très nombreuses entreprises, de toutes tailles, à portée nationale et internationale, et de tous secteurs d'activités.

Mode, Grand public



Juridique



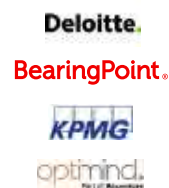
Finance, Assurance, Banques



Énergies



Audit & Consulting



Industries & Production



Information & Communication



Santé



Autres secteurs



Une offre d'enseignement supérieur *de qualité*

Au fil des années, Paris La Défense a séduit plus de 50 établissements d'enseignement supérieur aux spécialités très variées, profitant d'une implantation stratégique au cœur du poumon économique du Grand Paris.

Commerce & management



Ingénierie & informatique



Digital



Autres



Université



Finance



Pour en
savoir plus





Rejoindre les clubs de Paris La Défense

Pour mettre en œuvre les engagements de son cap stratégique, Paris La Défense multiplie les initiatives à l'échelle du territoire et engage les différentes parties prenantes à réfléchir et agir pour l'avenir du quartier d'affaires.

Rejoindre Paris La Défense, c'est aussi avoir à cœur d'intégrer un écosystème d'entreprises engagées, soucieuses d'apporter leurs contributions à transformer le territoire durablement, tant d'un point de vue social et écologique qu'économique. Dans cette optique, l'établissement public Paris La Défense mise sur la force du collectif et fédère les entreprises autour de projets communs.

Par ailleurs, Paris La Défense met également en synergie les grands acteurs du territoire ayant des enjeux humains et économiques communs en créant des clubs et communautés par secteurs d'activités.

L'objectif est de renforcer les liens entre les entreprises, mieux connaître ses voisins, s'inspirer des initiatives de chaque acteur, privé ou public, tout en bénéficiant de la présence de chacun sur un territoire aux nombreux atouts.

Pour en
savoir plus





Campus Paris La Défense

Le nombre d'étudiants a plus que doublé ces cinq dernières années, et le territoire compte aujourd'hui plus de 70 000 étudiants et 50 établissements d'enseignement supérieur. Pour accueillir au mieux les étudiants, Paris La Défense s'est engagé à créer le « Campus Paris La Défense ». Il s'agira d'inscrire la vie étudiante dans la ville en bâtissant collectivement une politique d'aménagement globale : logements étudiants, restauration, sport et tout autre service qui pourrait être identifié et mutualisé. L'objectif est aussi de développer les connexions entre étudiants et entreprises voisines.

Contacts : Anne Buquet, cheffe de projets Relations entreprises et enseignement supérieur, abuquet@parisladefense.com / François Malgorn, chargé de missions Prospective et stratégie, fmalgorn@parisladefense.com



Club des directeurs RSE et développement durable

Les entreprises, comme leurs collaborateurs, sont désormais sensibilisées à la responsabilité sociétale des entreprises (RSE) et mènent chacune des actions individuelles. Paris La Défense offre aux entreprises la possibilité de rejoindre une véritable communauté des directeurs du Développement durable et de la RSE. Quatre fois par an, des temps d'échanges conviviaux sont organisés afin que chacun puisse mieux connaître l'ensemble des actions solidaires et environnementales menées sur le territoire, imaginer celles qui peuvent être lancées, mais aussi partager les réflexions d'acteurs engagés sur les thèmes sociaux, sociétaux et environnementaux.

Contacts : Anne Buquet, cheffe de projets Relations entreprises et enseignement supérieur, abuquet@parisladefense.com / Karen Conrard, responsable RSE, kconrard@parisladefense.com



Club des Experts RH

Paris La Défense réunit aujourd'hui 200 000 salariés dans des entreprises allant de la PME aux grands groupes, et de tous secteurs d'activités. Véritables vecteurs permettant d'innover, d'avancer ou de trouver des solutions, l'établissement public organise des rendez-vous réguliers entre experts sur l'actualité RH. Ces rencontres permettent de nourrir son réseau, d'échanger entre voisins, d'asseoir son ancrage territorial et de lancer de nouveaux projets sur le territoire.

Contacts : Anne Buquet, cheffe de projets Relations entreprises et enseignement supérieur, abuquet@parisladefense.com / Laëtitia Wehmeyer, directrice de l'Expérience collaborateur, lwehmeyer@parisladefense.com



Club MICE & Leisure

Paris La Défense rassemble sur son territoire de nombreux acteurs du tourisme d'affaires et de loisirs. Tous se retrouvent chaque trimestre pour partager leur actualité et celle du quartier. L'établissement public et ses partenaires MICE & Leisure, souhaitent promouvoir Paris La Défense comme destination complète d'accueil d'événements professionnels et de loisirs et une véritable destination touristique.

Contact : Anne de Livonnière, cheffe de projets Tourisme et événements BtoB, adelivonniere@parisladefense.com



GBD Innovation Club

Créé en 2018, le Global Business Districts Innovation Club rassemble 15 membres des plus prestigieux quartiers d'affaires internationaux. Les membres du club se retrouvent régulièrement pour des rencontres thématiques ou des learning expeditions afin de partager les bonnes pratiques sur des enjeux majeurs d'attractivité des quartiers d'affaires. Retrouvez toute l'actualité du club et de ses membres sur son [site web](http://www.parisladefense.com/gbd).

Contact : Julia Solodova, cheffe de projets Développement, jsolodova@parisladefense.com



Paris La Défense Can B (PLD+B)

Avec le programme PLD+B, Paris La Défense est devenu le 1^{er} territoire français à rejoindre le mouvement international « Cities Can B ». À travers cette initiative, Paris La Défense entend accompagner les entreprises dans leurs démarches d'évaluation d'impact environnemental, social et sociétal pour définir un chemin de progrès, mais aussi réfléchir collectivement à la transformation du territoire. L'ensemble des acteurs est invité à participer à ce programme d'échange et de travail collaboratif. Le programme PLD+B n'est pas certifiant, il prend la forme de sept sessions de travail de trois heures.

Contacts : Anne Buquet, cheffe de projets Relations entreprises et enseignement supérieur, abuquet@parisladefense.com / Karen Conrard, responsable RSE, kconrard@parisladefense.com



S'engager à Paris La Défense

À Paris La Défense, nous en sommes convaincus : la solidarité et l'engagement citoyen peuvent changer les choses ! De nombreux événements sont organisés au fil de l'année ([voir page 28](#)) afin de soutenir des causes telles que la préservation de l'environnement ou la lutte contre le cancer.

Par ailleurs, différentes associations œuvrent sur le territoire, offrant la possibilité aux entreprises, et aux salariés, de venir en aide aux personnes en situation de grande précarité ou isolées. Les occasions de participation ne manquent pas et ces initiatives permettent à tous de se rencontrer en s'engageant dans des causes d'intérêt général, pour mieux vivre ensemble.

L'établissement public s'investit également en accompagnant les associations, en les subventionnant ou en promouvant leurs initiatives. Dans les mois à venir, un fonds de dotation territorial verra le jour. Il permettra à Paris La Défense de réunir les investisseurs et entreprises du territoire pour coconstruire et cofinancer des initiatives locales.

Pour en
savoir plus



Les associations



Association du Site de La Défense

L'ASD, fondée en 1991, intervient auprès des jeunes en grande difficulté âgés de 11 à 25 ans. L'équipe d'éducateurs va à leur rencontre grâce à un camion solidaire et favorise le lien social. Il est possible de soutenir l'ASD grâce au mécénat de compétences, en participant aux actions solidaires, en finançant des ateliers de rue ou des séjours éducatifs, ou encore en mettant à disposition des espaces de travail ou de loisirs.

Horaires : Du lundi au vendredi de 10 h à 18 h

Adresse : Notre-Dame de Pentecôte 1, parvis de La Défense – 92800 Puteaux

Infos : [Site internet](#) / 01 46 98 00 49



Crée ton avenir

Agréée par l'Éducation nationale, depuis dix ans, l'association Crée ton Avenir !!! – France (CTA France) a pour objectif d'apprendre aux collégiens et lycéens à faire leurs propres choix d'orientation. L'année dernière, sur l'ensemble du territoire, plus de 10 000 jeunes ont bénéficié des actions de l'association et plus de 600 salariés sont intervenus dans le cadre des dispositifs d'aide. Les dispositifs clés en main répondent aux enjeux RH des entreprises.

Adresse : 5, rue Alphonse-Bertillon, 75015 Paris

Infos : [Site internet](#) / mail : contact@cree-ton-avenir.fr / 09 50 30 79 24

Contact : Corinne Gestin, responsable des Partenariats privés, cgestin@cree-ton-avenir.fr



Ensemble2générations

L'association propose des solutions de cohabitation et de logements intergénérationnels solidaires entre jeunes (18 à 30 ans) et seniors de plus de 60 ans. Chacun apporte à l'autre un service. Le jeune profite d'un logement à coût modéré, le senior bénéficie d'une présence sécurisante le soir et la nuit.

Infos : Véronique Lascorz, directrice Ensemble2générations Hauts-de-Seine / mail : v.lascorz@ensemble2generations.fr / 06 35 34 04 74



Entourage

La mission d'Entourage est d'engager la société civile dans des réseaux de soutien aux plus exclus pour leur permettre de se reconstruire un entourage durable autour de trois projets (le réseau Entourage, LinkedOut et Entourage Sport). Vous pouvez vous engager en devenant coach, connecteur ou ambassadeur.

Infos : [Site internet](#) / [Application mobile Entourage](#) / mail : ambassadeurs@entourage.social



Habitat & Humanisme Île-de-France

Sur tout le territoire d'Île-de-France, l'association permet à des personnes en difficulté d'être logées dignement et de retrouver confiance et autonomie grâce à un accompagnement personnalisé. Elle loge actuellement plus de 1 600 ménages et accompagne plus de 1 000 d'entre eux. Ses projets sont portés par 120 salariés et 650 bénévoles qui agissent ensemble contre l'exclusion et l'isolement des plus précaires. Donateurs, bénévoles, entreprises partenaires, tous peuvent soutenir l'association dans ses missions.

Infos : [Site internet](#) / mail : ile-de-france@habitat-humanisme.org / 01 40 19 15 15



La Maison de l'Amitié La Défense

L'association a pour vocation d'aller à la rencontre des personnes isolées et en situation de grande précarité, qui vivent ou sont de passage à La Défense, grâce à un accueil proposé quotidiennement au sein d'un espace de convivialité. De nombreuses missions de bénévolat y sont possibles. Les entreprises peuvent soutenir et aider l'association en organisant des collectes, ou en parrainant l'association financièrement.

Horaires bénévolat : Du lundi au vendredi de 8 h à 16 h et le samedi de 8 h à 12 h
Infos : [Site internet](#) / mail bénévolat : mmoustakaly@lamaisondelamitie.fr / 06 48 43 90 72



La Salle à manger

Ce restaurant solidaire propose, grâce à la participation des salariés qui viennent y déjeuner, un menu complet à 1€ aux personnes en précarité de La Défense. Le restaurant est aussi un lieu d'insertion professionnelle et de lutte contre le gaspillage alimentaire. Les entreprises peuvent aider financièrement l'association, et les salariés peuvent aider en cuisine, à l'accueil ou au service en salle.

Horaires bénévolat en cuisine : Du lundi au vendredi, de 9 h à 11 h 30 ou de 14 h 30 à 16 h 30

Horaires bénévolat accueil et service en salle : Du lundi au vendredi, de 12 h à 14 h

Adresse : 2, patio de la Pyramide – 92800 Puteaux

Infos : Site internet / mail bénévolat : bonjour@salleamanger.org / 06 98 19 29 57



Le Chaînon manquant

L'association Le Chaînon manquant agit depuis 2014 contre le gaspillage et la précarité alimentaires. Chaque jour, les bénévoles collectent des surplus chez les professionnels de l'alimentation, puis les redistribuent directement en camionnette-frigo aux associations solidaires à proximité. L'association cherche des bénévoles pour participer aux collectes et distributions.

Horaires : Missions de 4 h au départ de La Défense

Adresse : 61, rue Henri-Regnault – 92400 Courbevoie

Infos : Site internet / mail bénévolat : animation-paris@lechainon-manquant.fr / 07 68 81 33 02



Secours Populaire

Le Secours Populaire Français agit pour un monde plus juste et plus solidaire et perpétue une tradition d'entraide. Afin d'aider les plus démunis, l'association met en œuvre des actions diverses et aide financièrement de nombreux projets au profit des populations défavorisées ou sinistrées. L'association recherche des bénévoles pour participer aux actions sur le terrain de collecte alimentaire, de tri, d'aide à l'organisation de braderies, de repas solidaires, ou encore de sorties culturelles ou de séjours de vacances au profit des familles défavorisées du département des Hauts-de-Seine.

Horaires : De 9 h 30 à 12 h 00 et de 14 h 00 à 17 h 00

Infos : Site internet / mail : contact@spf92.org / mail bénévolat : benevolat@spf92.org



Venir à Paris La Défense



Accès en transports en commun

Paris La Défense est desservie par l'un des meilleurs réseaux de transports publics au monde, monté en puissance en 2024 avec deux gares du RER E, et avec la ligne 15 ouest du Grand Paris Express à horizon 2031.

Les lignes desservant Paris La Défense :

- Ligne 1
- RER : A, E
- T2
- Lignes : U, L
- Bus : 258, 141, 159, 275, 276, 360, 174, 278, 541, 73, 144.

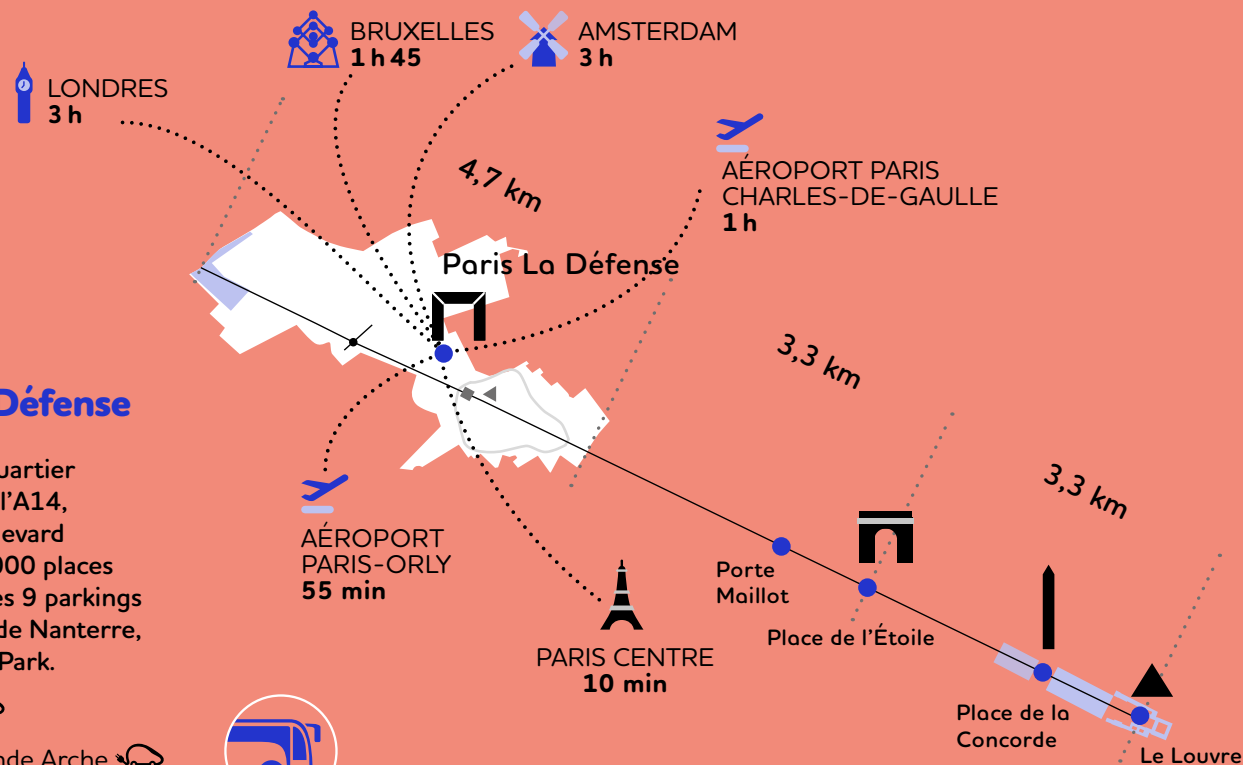


Parkings de La Défense

En voiture, l'accès au quartier d'affaires se fait depuis l'A14, l'A86 ou encore le boulevard Patrick-Devedjian. 22 000 places sont disponibles dans les 9 parkings de La Défense et celui de Nanterre, gérés par la société Q-Park.

- Parking Boieldieu
- Parking Centre - Grande Arche
- Parking Corolles
- Parking Coupole Renault
- Parking Michelet
- Parking Reflets-Iris
- Parking Saisons
- Parking Villon
- Parking Les Terrasses
- Parking Westfield Les 4 Temps

Consultez le [site web de Q-Park](#) pour en savoir plus sur les offres de stationnement à Paris La Défense.



Accès en autocar

Les groupes peuvent rejoindre La Défense en autocar et se garer dans le terminal Jules-Verne. Cette gare routière dispose d'un bâtiment voyageur et de quais avec accès direct au pôle de transports en commun.

Elle est ouverte tous les jours de 6 h à 21 h. Pour le stationnement temporaire, faire une demande au moins un mois avant l'arrivée à : demandeaccessTJV@parisladefense.com.



Stations de taxis

Deux stations de taxis sont accessibles depuis la dalle de La Défense :

- Au niveau de la place Carpeaux : 33, avenue de la Division-Leclerc – 92400 Courbevoie
- En descendant vers Courbevoie : 20, avenue André-Prothin, 92400 Courbevoie



Organiser votre événement professionnel à Paris La Défense

Vous êtes à la recherche de l'espace idéal où organiser votre réunion, conférence ou événement d'entreprise ? Vous voulez trouver un endroit calme pour travailler quelques heures ou quelques jours ? Paris La Défense vous propose plus de 35 espaces de coworking et de séminaires, avec des salles pouvant accueillir jusqu'à 1 200 personnes ! Une offre très variée !

Envie d'avoir vue sur l'axe de La Défense pendant les réunions ? Rendez-vous, par exemple, dans la tour A de Cœur Défense ou dans l'espace de séminaires de la tour Landscape. Vous souhaitez organiser des événements au cœur de bâtiments historiques de La Défense ? Châteauform' CNIT propose une terrasse de près de 1 000 m² et le CNIT Forest met à disposition de ses clients un espace de 20 000 m².

Besoin d'espaces pour de petits groupes ou pour travailler seul, accompagnés... Rendez-vous dans les salles d'Icône Oxygen ou chez Comet. Si vous souhaitez rester plusieurs jours sur le territoire, de nombreux hôtels disposent de salles de réunions ou d'amphithéâtres. Les lieux de séminaire vous accompagneront au mieux dans l'organisation de votre événement !



35 espaces
de séminaires
et coworking

Pour en
savoir plus





Aparthotel Adagio access La Défense Puteaux

Les deux salles de séminaires de la résidence Adagio access La Défense Puteaux peuvent accueillir près de 70 personnes chacune.

Espace : Séminaires

Capacité : De 30 à 150 personnes

Adresse : 70, rue Roque-de-Fillol – 92800 Puteaux

Infos : Site internet / mail : h8987@adagio-city.com / 01 55 62 12 00



Blocbuster

Dans l'enceinte de la salle d'escalade, Blocbuster propose des espaces de coworking et des espaces privatisables pour les réunions ou séminaires. Il est également possible d'y organiser des séances de teambuilding.

Espace : Coworking-séminaires

Capacité : De 30 à 150 personnes

Adresse : 48, square des Corolles – 92400 Courbevoie

Infos : Site internet / mail : event@blocbuster.fr / 01 41 30 14 04



Campus Cyber

Le Campus Cyber propose de multiples solutions : auditorium de 110 places, forum avec espace modulable accueillant de 80 à 240 personnes, espace de réception haut de gamme ou encore des espaces de travail à louer pour la journée, la demi-journée ou quelques heures.

Espace : Séminaires

Capacité : De 150 à 500 personnes

Adresse : 5, rue Bellini – 92800 Puteaux

Infos : Site internet / mail : event@campuscyber.fr



Châteauform' CNIT

Situé sous la voûte du CNIT, Châteauform' propose, en plus de nombreuses salles de réunion, une grande terrasse couverte de 1 000 m² à la décoration inspirée des années 1950 pouvant accueillir plus de 400 personnes.

Espace : Séminaires

Capacité : De 150 à 500 personnes

Adresse : 2, place de La Défense – 92053 Paris La Défense

Infos : Site internet / mail : monnouveau projet@chateauform.com / 01 79 35 35 35



Châteauform' Learning Lab La Défense

Sur plus de 3 200 m² au pied de La Grande Arche, Châteauform' Learning Lab La Défense propose des espaces équipés et modulables à la lumière du jour pour des réunions, formations ou encore des séminaires d'entreprises pouvant accueillir jusqu'à 430 personnes.

Espace : Séminaires

Capacité : De 150 à 500 personnes

Adresse : 40, passage de l'Arche – 92800 Puteaux

Infos : Site internet / mail : sespinasse@chateauform.com / 01 83 79 25 25



CNIT Forest

Dans un espace totalement rénové en « forêt souterraine et digitale », le CNIT Forest peut accueillir un événement ou deux simultanément sur plus de 10 000 m² d'espaces modulables avec des amphithéâtres, salles de réunion et espaces polyvalents, le tout 100 % accessible aux personnes à mobilité réduite.

Espace : Séminaires

Capacité : Plus de 500 personnes

Adresse : 2, place de La Défense – 92800 Puteaux

Infos : Site internet



Cœur Défense – Centre de conférences

Ce centre de conférences est situé au cœur du plus grand ensemble immobilier de bureaux d'Europe. Il propose des salles de réunion, des salles de réceptions et un amphithéâtre.

Espace : Séminaires

Capacité : De 150 à 500 personnes

Adresse : Cœur Défense, 100-110, esplanade du Général-de-Gaulle – 92400 Courbevoie

Infos : Site internet / mail : coeurdefense.conferences.fr@sodexo.com / 01 49 03 96 37



Comet La Défense

Au sein de Cœur Défense, Comet s'est installé sur deux étages, soit plus de 3 500 m² et propose 28 salles de réunion modulables permettant d'accueillir jusqu'à 230 personnes.

Espace : Séminaires

Capacité : De 30 à 150 personnes

Adresse : Cœur Défense, 100-110, esplanade du Général-de-Gaulle – 92400 Courbevoie

Infos : Site internet / mail : contact-fr@comet.team / 01 84 80 67 00

Coworking et séminaires



CourbevoEvent

Au cœur de la ville de Courbevoie, la société CourbevoEvent propose plusieurs lieux d'accueil pour les groupes et les entreprises. Certaines salles peuvent accueillir jusqu'à 1 200 personnes.

Espace : Séminaires

Capacité : Plus de 500 personnes

Adresse : 7-15, boulevard Aristide-Briand – 92400 Courbevoie

Infos : [Site internet](#) / mail : service.commercial@cec92.com / 01 71 02 73 62



Deskeo La Défense

Deskeo propose des espaces de coworking au 13, cours Valmy à Puteaux. De nombreux services sont proposés comme un auditorium de 200 places, un restaurant d'entreprises ou encore un espace réservé au sport.

Espace : Coworking

Capacité : De 30 à 150 personnes

Adresse : 11-13, cours Valmy – 92800 Puteaux

Infos : [Site internet](#) / mail : sales@deskeo.fr / 01 83 75 04 70



Hilton Paris La Défense

L'hôtel Hilton propose 470 m² d'espaces événementiels, dont une grande salle de 239 m² et huit salles de réunion, ainsi qu'un service d'accompagnement pour organiser l'événement et réserver des chambres pour les participants.

Espace : Coworking-séminaires

Capacité : De 30 à 150 personnes

Adresse : 2, place de La Défense – 92053 Puteaux

Infos : [Site internet](#) / mail : parisladefense_events@hilton.com / 01 46 92 10 04



Hubsy

Le Hubsy CNIT, situé au niveau -1 du Westfield CNIT, est un café coworking. Il propose des espaces de travail, un espace de détente, ainsi que deux salles de réunions privatisables et une grande salle pour organiser des événements. Des cabines téléphoniques sont également accessibles pour passer ses appels en toute tranquillité.

Espace : Coworking-séminaires

Capacité : De 10 à 200 personnes

Adresse : CNIT, 2, place de La Défense – 92800 Puteaux

Infos : [Site internet](#) / 09 82 54 92 23



Ibis Paris La Défense Esplanade

Ce sont deux salles de réunion de 40 m² chacune, appelées Mer et Terre, et pouvant accueillir de 16 à 20 personnes en fonction de la disposition, qui sont proposées au sein de l'hôtel Ibis.

Espace : Séminaires

Capacité : De 30 à 150 personnes

Adresse : 4, boulevard de Neuilly – 92400 Courbevoie

Infos : [Site internet](#) / mail : h0771-gm@accor.com / 01 41 97 40 40



Icône Oxygen

Idéalement situé à la sortie du métro Esplanade de La Défense, Icône Oxygen est la destination iconoclaste pour tous vos événements professionnels. Il propose des espaces modulables pour organiser des réunions, mais aussi pour venir travailler quelques heures ou quelques jours.

Espace : Coworking-séminaires

Capacité : De 30 à 150 personnes

Adresse : 8 bis, esplanade du Général-de-Gaulle – 92400 Courbevoie

Infos : [Site internet](#) / mail : franck@oxygen-ladefense.fr / 01 84 20 87 64



Imagin'Office La Défense

Installé dans la tour Hyfive et accessible depuis le centre commercial Westfield Les 4 Temps, Imagin'Office propose des bureaux partagés, privatifs mais également dix salles de réunion. Le lieu dispose d'un espace de repos, ou encore d'une cuisine équipée pouvant accueillir 40 personnes.

Espace : Coworking-séminaires

Capacité : De 30 à 150 personnes

Adresse : 1, avenue du Président-Wilson – 92800 Puteaux

Infos : [Site internet](#) / mail : contact@imaginoffice.com / 01 41 57 76 61



Maison.A

Dans la tour Egée, Maison.A propose des espaces de séminaires, foyer, auditorium, grande salle de réception, salons modulables et un restaurant pouvant accueillir plus de 30 personnes assises.

Espace : Séminaires

Capacité : De 30 à 150 personnes

Adresse : 9-11, allée de l'Arche – 92400 Courbevoie

Infos : [Site internet](#) / mail : contact@maison-a-event.fr



Mama Shelter

Le Mama Shelter Paris la Défense est un lieu design et modulable qui propose des espaces privés pour organiser des événements, réunions, ou venir travailler seul ou à plusieurs. Plusieurs espaces sont disponibles dont le Mama's Living Room, l'Atelier de Mama ou encore le sports bar.

Espace : Coworking-séminaires

Capacité : De 30 à 150 personnes

Adresse : 10, rue Jean-Jaurès – 92800 Puteaux

Infos : Site internet / mail : events.parisladefense@mamashelter.com / 01 84 80 67 00



Meliá Paris La Défense

L'hôtel Meliá, situé en face du Bassin Takis, dispose de plus de 1 200 m² d'espaces pour les groupes et séminaires. Une quinzaine de salles de réunion sont proposées, dont certaines modulables permettant d'accueillir jusqu'à 300 personnes.

Espace : Séminaires

Capacité : De 150 à 500 personnes

Adresse : 3, boulevard de Neuilly – 92400 Courbevoie

Infos : Site internet / mail : groups.parishotels@melia.com / 01 75 57 99 00



Mercure Paris La Défense

Situé à quelques minutes de la gare de Courbevoie, l'hôtel 4 étoiles propose six salles de réunion modulables sur près de 170 m². Il existe également une «food place» de 180 m² pour les cocktails, dîners ou déjeuners privés.

Espace : Coworking-séminaires

Capacité : De 30 à 150 personnes

Adresse : 18-30, rue Baudin – 92400 Courbevoie

Infos : Site internet / mail : h1546@accor.com / 01 49 04 75 00



Mercure Paris La Défense Grande Arche

À proximité de La Grande Arche, onze salles de réunion sont disponibles dans l'hôtel Mercure. Les salles étant modulables, elles peuvent atteindre 130 m² et accueillir près de 60 personnes.

Espace : Coworking-séminaires

Capacité : De 30 à 150 personnes

Adresse : 17-20, esplanade Charles-de-Gaulle – 92000 Nanterre

Infos : Site internet / mail : h1982@accor.com / 01 46 69 68 00





Morning

Installé dans la tour Légende, Morning propose de tous nouveaux espaces de coworking. L'entreprise propose de louer pour le mois des bureaux privatifs ou encore des espaces partagés.

Espace : Coworking
Capacité : De 10 à 30 personnes
Adresse : 20, place de La Défense – 92800 Puteaux
Infos : [Site internet](#) / 01 84 80 07 00



Nest Paris La Défense

L'hôtel Nest Paris La Défense MGallery accueille quatre salles de réunion modulables, pouvant accueillir jusqu'à 90 personnes. Un conseiller est dédié à chaque demande.

Espace : Coworking-séminaires
Capacité : De 30 à 150 personnes
Adresse : 34, cours Michelet – 92060 Paris La Défense Cedex
Infos : [Site internet](#) / mail : h0912@accor.com / 01 47 76 44 43



Nodd

Situé près du Bassin Takis, Nodd appartient au Village Oxygen. Bénéficiant de deux terrasses, côté Takis et côté Paris, dans l'axe de l'Arc de Triomphe et avec vue sur la tour Eiffel, Nodd est un espace modulable équipé en son et lumières, pouvant accueillir de 40 à 400 personnes.

Espace : Séminaires
Capacité : De 40 à 400 personnes
Adresse : 1, esplanade de La Défense – 92400 Courbevoie
Infos : [Site internet](#) / mail : franck@oxygen-ladefense.fr / 06 42 46 61 20



Novotel Paris La Défense Esplanade

Le Novotel Paris La Défense propose neuf salles modulables, de 20 à 90 m². La plus grande salle, de 172 m², peut accueillir plus de 100 personnes.

Espace : Séminaires
Capacité : Jusqu'à 150 personnes
Adresse : 2, boulevard de Neuilly – 92400 Courbevoie
Infos : [Site internet](#) / mail : h0747@accor.com / 01 41 45 23 23



Novotel Paris La Défense Nanterre

Situé à 5 minutes à pied de Paris La Défense Arena, le Novotel Paris La Défense Nanterre propose plusieurs salles de séminaires modulables, pouvant accueillir jusqu'à 120 personnes.

Espace : Séminaires
Capacité : De 30 à 150 personnes
Adresse : 14, rue des 3 Fontanot – 92000 Nanterre
Infos : [Site internet](#) / mail : hb6t8@accor.com / 01 85 78 15 13
Ouverture Printemps 2025



Okko Hotels

L'hôtel Okko Paris La Défense est en plein centre du quartier d'affaires parisien. L'hôtel est en mesure d'organiser tout type d'événements : séminaires, journées d'études, réunions, conférences, journées de team building, petits-déjeuners ou soirées d'équipe...

Espace : Coworking-séminaires
Capacité : De 30 à 150 personnes
Adresse : 2261, boulevard de La Défense – 92000 Nanterre
Infos : [Site internet](#) / mail : nanterre9202@okkohotels.com / 01 49 67 64 13



Paris La Défense Arena

L'enceinte propose 13 000 m² d'espaces totalement modulables. Dix salles de réunions sont disponibles, dont un espace de conférence pouvant accueillir jusqu'à 500 personnes. Il est également possible de profiter du plateau de 10 000 m² avec gradins.

Espace : Séminaires
Capacité : Plus de 500 personnes
Adresse : 99, jardins de l'Arche – 92000 Nanterre
Infos : [Site internet](#) / mail : corpoevent@parisladefense-arena.com



Pullman Paris La Défense

Les salles de réunions du Pullman peuvent accueillir jusqu'à 130 personnes en fonction de leur organisation. Des conseillers sont disponibles pour préparer et gérer les événements sur place le jour J.

Espace : Séminaires
Capacité : De 30 à 150 personnes
Adresse : 11, avenue de l'Arche – 92400 Courbevoie
Infos : [Site internet](#) / mail : h3013@accor.com / 01 47 17 50 00





Regus tour Ariane

Au sein de l'impressionnante tour Ariane, Regus vous propose un environnement de travail de qualité au cœur du quartier d'affaires de La Défense. Vous pourrez profiter des espaces de coworking et des salles de réunion pour travailler dans des conditions idéales.

Espace : Coworking-séminaires

Capacité : Moins de 10 personnes

Adresse : 5, place de la Pyramide – 92800 Puteaux

Infos : [Site internet](#) / mail : partnerships.global@iwgplc.com / 01 55 68 10 10



Regus tour CB21

Au cœur de la tour CB21, le site Regus bénéficie d'une exceptionnelle proximité avec tous les moyens de transports. Vous profiterez d'espaces lumineux avec 3 salles de réunion et des bureaux privés à réserver pour une journée ou au long terme.

Espace : Coworking-séminaires

Capacité : De 10 à 30 personnes

Adresse : 10, place de l'Iris – 92800 Puteaux

Infos : [Site internet](#) / mail : partnerships.global@iwgplc.com / 01 85 65 81 00



Renaissance Paris La Défense

L'hôtel Renaissance propose près de 1 000 m² d'espaces de réunion modulables. Il est possible de réserver l'une des quinze salles, mais également l'espace de conférence qui peut accueillir, en disposition théâtre, près de 200 personnes.

Espace : Coworking-séminaires

Capacité : De 150 à 500 personnes

Adresse : 60, cours Valmy – 92800 Puteaux

Infos : [Site internet](#) / mail : groups@renaissanceladefense.com / 01 41 97 50 50



Spaces

À côté de La Grande Arche, dans l'immeuble Le Belvédère, Spaces vous propose d'organiser votre espace de travail personnalisé, à proximité de vos collègues, pour profiter ensemble des espaces communs.

Espace : Coworking

Adresse : 1-7, cours Valmy – 92800 Puteaux

Infos : [Site internet](#) / mail : ladeffense@spacesworks.com / 01 87 16 80 00



Vive Les Groues

Sur une friche de 9 000 m² à Nanterre, ce tiers-lieu collaboratif et solidaire propose de donner une dimension inspirante à votre événement. Plusieurs espaces extérieurs vous accueillent et des activités peuvent être privatisées : bien-être et relaxation, jardinage, vannerie, création de cosmétiques, initiation à l'apiculture...

Espace : Coworking-séminaires

Capacité : De 150 à 500 personnes

Adresse : 290, rue de La Garenne – 92000 Nanterre

Infos : [Site internet](#) / mail : bonjour@vivelesgroues.org



Wojo Cœur Défense

Dans une des tours de Cœur Défense, Wojo propose plus de 300 postes de travail dans des espaces partagés ou des bureaux privés. Wojo a également mis en place des espaces de coworking dans différents hôtels du quartier d'affaires.

Espace : Coworking

Adresse : 110, esplanade du Général-de-Gaulle – 92400 Courbevoie

Infos : [Site internet](#) / mail : elisa@wojo.com / 09 70 73 41 15



Work & Share

Work & Share a installé deux espaces de coworking, l'un dans l'immeuble Delta à Nanterre, l'autre dans la tour Franklin à La Défense. Des espaces partagés et des bureaux privés sont à disposition des visiteurs.

Espace : Coworking

Adresses :

Work & Share La Défense : 100-101, terrasse Boieldieu – 92800 Puteaux

Work & Share Nanterre : 5, boulevard des Bouvets – 92000 Nanterre

Infos : Work & Share La Défense : [Site internet](#) / mail :

la-defense-franklin@workandshare.com / 01 85 78 78 89

Work & Share Nanterre : [Site internet](#) / mail : nanterre@workandshare.com /

01 85 78 23 31



Hôtels, restaurants *(l'embarras du choix !)*

Vous souhaitez planifier la venue de vos clients, inviter vos partenaires ou encore organiser un déjeuner avec vos collaborateurs ? À Paris La Défense, un large choix d'hôtels et de restaurants s'offre à vous.

Diversifiée et qualitative, 85 % de l'offre hôtelière du territoire est située en milieu et haut de gamme. Il y est donc possible de séjourner dans un aparthôtel, une chambre 3 étoiles ou encore une suite 5 étoiles !

Avec plus de 150 restaurants, l'offre de restauration de Paris La Défense est riche et prête à combler tous les goûts ! Le quartier possède également une vingtaine de food trucks aux spécialités variées à retrouver le midi, ainsi que deux coffee trucks à découvrir le matin.

20 
food trucks

 Plus de
150
restaurants

 21
hôtels

 3 000
chambres

Les restaurants et bars

Pour en
savoir plus



POUR UNE GRANDE CAPACITÉ D'ACCUEIL



Billy Billy

En face de Paris La Défense Arena, le restaurant Billy Billy, ouvert toute la semaine, propose des plats et des cocktails inspirés des saveurs italiennes et méditerranéennes. Une grande terrasse couverte attend les curieux, en groupe ou lors d'événements privés.

Spécialité : Italien / Grec

Terrasse : Oui

Ouverture : Du lundi au vendredi, toute la journée

Adresse : 170, jardins de l'Arche – 92000 Nanterre

Infos : [Site internet](#) / 01 47 58 47 11



Histoire De

Le restaurant Histoire De, situé dans le quartier Valmy, peut accueillir jusqu'à 400 personnes pour le petit-déjeuner, le déjeuner, le dîner ou une soirée avec animations. Il propose une cuisine simple, avec des produits de saison.

Spécialité : Française

Terrasse : Oui

Ouverture : Du lundi au vendredi, de 8 h à minuit

Adresse : 32, place Ronde – 92800 Puteaux

Infos : [Site internet](#) / 01 49 00 02 26



IT Trattoria

Installé dans le complexe de restauration Table Square, le restaurant IT Trattoria peut accueillir des groupes le temps d'un apéro, d'un déjeuner ou d'un dîner grâce à sa grande salle et sa terrasse. Chaque matin, les chefs y préparent des spécialités du sud de l'Italie.

Spécialité : Italien

Terrasse : Oui

Ouverture : Du lundi au dimanche, midi et soir

Adresse : 86, esplanade du Général-de-Gaulle – 92400 Courbevoie

Infos : [Site internet](#) / 01 40 89 20 00



Gramaci

Le restaurant Gramaci, de l'hôtel Renaissance Paris La Défense, propose de la cuisine de saison aux saveurs méditerranéennes.

Spécialité : Italien

Terrasse : Oui

Ouverture : Du lundi au dimanche, midi et soir

Adresse : 60, cours Valmy – 92800 Puteaux

Infos : [Site internet](#) / mail : gaetano.pollicino@renaissanceladefense.com / 01 41 97 50 11



Noccio

À deux pas de Paris La Défense Arena, ce restaurant s'inspire de l'ambiance des cafés milanais. Il offre à ses clients des assiettes à partager ou encore des antipasti dans un cadre contemporain et moderne. Noccio peut accueillir jusqu'à 120 personnes.

Spécialité : Italien

Terrasse : Non

Ouverture : Du lundi au vendredi, 12 h 30-14 h 30, 19 h-22 h 30

Adresse : 2261, boulevard de La Défense – 92000 Nanterre

Infos : [Site internet](#) / 01 49 67 64 22

POUR BOIRE UN VERRE



Apogée

Ce bar à vins, doté d'une très grande terrasse arborée, propose une large gamme de vins, de champagnes, de whiskies ou encore de rhums. Des boissons à déguster accompagnées de charcuterie et de fromages provenant d'artisans.

Spécialité : Français

Terrasse : Oui

Ouverture : Du lundi au samedi, midi et soir

Adresse : 21, esplanade du Général-de-Gaulle – 92800 Puteaux

Infos : [Site internet](#) / mail : contact@apoge.fr / 01 49 03 03 03



Aubrac Corner

Fast-food aveyronnais situé à deux pas de la Grande Arche et de Paris La Défense Arena, l'Aubrac Corner séduit les amateurs de burgers ainsi que les adeptes d'afterwork ! Le soir, le restaurant accueille les fans de billard et offre un large choix de bières.

Spécialité : Burgers

Terrasse : Oui

Ouverture : Du lundi au dimanche, midi et soir

Adresse : 36, boulevard de Pesaro – 92000 Nanterre

Infos : 01 43 33 48 59



Le Nouveau Monde

Avec sa grande terrasse, la brasserie Le Nouveau Monde accueille ses clients tout au long de la journée. Durant les soirées ensoleillées, profitez des happy hours pour découvrir la carte des cocktails et mocktails ainsi que la sélection de tapas des chefs.

Spécialité : Espagnol

Terrasse : Oui

Ouverture : Du lundi au vendredi, toute la journée

Adresse : 27, place de l'Iris – 92400 Courbevoie

Infos : [Site internet](#) / 01 47 78 41 06

Où se restaurer ?



Les Gentlemen

Le restaurant Les Gentlemen, situé à quelques pas de Paris La Défense Arena, est le lieu parfait pour dîner ou boire un verre après un match ou un concert.

Spécialité : Français

Terrasse : Oui

Ouverture : Du lundi au dimanche, toute la journée

Adresse : 187, jardins de l'Arche – 92000 Nanterre

Infos : [Site internet](#)



Mama Shelter – Sports bar

Dans l'hôtel Mama Shelter, le Sports bar est parfait pour boire une bière devant un match, tout en dégustant des arancini, des dips de poulet, des frites maison ou de la focaccia.

Spécialité : Français/Italien

Terrasse : Non

Ouverture : Du lundi au mercredi, de 17h à minuit, du jeudi au samedi, de 17h à 1h30

Adresse : 10, rue Jean-Jaurès – 92800 Puteaux

Infos : [Site internet](#) / 01 40 81 02 02



Nodd

Situé dans le complexe Oxygen, et profitant d'une vue sur l'Arc de Triomphe et le bassin Takis, le Nodd est idéal pour boire un verre et faire la fête jusqu'au bout de la nuit.

Spécialité : Français

Terrasse : Oui

Ouverture : Du lundi au vendredi, le soir

Adresse : 2, esplanade de La Défense – 92800 Puteaux

Infos : [Site internet](#) / mail : contact@oxygen-ladefense.fr



Pour vivre heureux vivons cachés

Cette brasserie accueille ses clients dans une ambiance chic et cosy. Le midi, le chef propose une cuisine aux influences multiples et des desserts gourmands.

Spécialité : Français

Terrasse : Oui

Ouverture : Du lundi au vendredi, midi et soir

Adresse : 30, place de l'Iris – 92400 Courbevoie

Infos : [Site internet](#) / mail : lou@pourvivrehoureux.cafe / 01 47 58 48 44



Tusk

Tusk est un espace de restauration qui évolue en fonction des moments de la journée. Le soir, rendez-vous pour l'afterwork et profiter des happy hours, du bar à vins et des tapas à partager !

Spécialité : Français

Terrasse : Oui

Ouverture : Du lundi au vendredi, toute la journée

Adresse : 16, place de La Défense – 92400 Courbevoie

Infos : [Site internet](#)



Vingko

Vingko est un restaurant de l'hôtel Mercure Paris La Défense. Dans un décor végétal, il propose de déguster des assiettes de charcuterie, des avocado toasts ou encore des bowls.

Spécialité : Français

Terrasse : Non

Ouverture : Du lundi au dimanche, de 7h à minuit

Adresse : 18, rue Baudin – 92400 Courbevoie

Infos : [Site internet](#) / mail : contact@vingko.com / 01 49 04 75 22

POUR UNE EXPÉRIENCE GASTRONOMIQUE



Eclipse

Ce bistro gastronomique propose de déjeuner ou dîner en profitant de la vue sur La Grande Arche et la fontaine Agam, le tout en dégustant une carte variée et gourmande.

Spécialité : Français

Terrasse : Oui

Ouverture : Du lundi au vendredi, midi et soir

Adresse : 86, esplanade du Général-de-Gaulle – 92400 Courbevoie

Infos : [Site internet](#) / 01 40 89 21 56



Greem

Greem fait partie de l'hôtel Novotel Paris La Défense Esplanade. Ce restaurant propose une cuisine végétale aux saveurs méditerranéennes dans un écrin de verdure.

Spécialité : Français

Terrasse : Non

Ouverture : Du lundi au dimanche, midi et soir

Adresse : 2, boulevard de Neuilly – 92400 Courbevoie

Infos : [Site internet](#) / 01 41 45 23 23



Le Miroir

Au premier étage de l'hôtel Meliá, le restaurant Le Miroir propose une cuisine méditerranéenne imaginée par le chef Patricio de Diego de La Vega. Pour profiter de la vue sur l'esplanade de La Défense et l'émblématique bassin Takis.

Spécialité : Espagnol

Terrasse : Non

Ouverture : Du lundi au vendredi, toute la journée

Adresse : 2-4, esplanade du Général-de-Gaulle – 92400 Courbevoie

Infos : [Site internet](#) / 01 75 57 99 00

Où se restaurer ?



Muses

Au cœur de l'hôtel Hilton Paris La Défense, Muses offre un cadre chic et glamour pour les rendez-vous professionnels, que ce soit pour le petit-déjeuner, le déjeuner, l'afterwork ou encore le dîner.

Spécialité : Français

Terrasse : Non

Ouverture : Du lundi au vendredi, de 8 h à minuit, le week-end et les jours fériés de 12 h à minuit

Adresse : 2, place de La Défense – 92800 Puteaux

Infos : [Site internet](#) / mail : muses.ladefense@hilton.com / 01 46 92 10 35



Octopus

En bas de l'esplanade, au bord du bassin Takis, les clients d'Octopus peuvent profiter d'une grande terrasse pour déjeuner ou dîner face à l'Arc de Triomphe, et découvrir de nombreux plats préparés au grill ou encore un large choix de cocktails.

Spécialité : Français / Espagnol

Terrasse : Oui

Ouverture : Du lundi au vendredi, midi et soir

Adresse : 1, esplanade de La Défense – 92800 Puteaux

Infos : [Site internet](#) / mail : contact@oxygen-ladefense.fr / 01 84 20 06 58



Ô Mazette

Restaurant de l'hôtel Nest Paris La Défense, Ô Mazette vous accueille dans l'ambiance élégante et feutrée d'une salle qui a la particularité d'être baignée de lumière naturelle, grâce à sa grande verrière. Les clients peuvent y déguster une cuisine française de qualité.

Spécialité : Français

Terrasse : Non

Ouverture : Du lundi au vendredi, midi et soir

Adresse : 34, cours Michelet – 92800 Puteaux

Infos : [Site internet](#) / 01 47 76 44 43



Quinte & Sens

Quinte & Sens propose une véritable expérience culinaire grâce à sa cuisine ouverte et à sa carte variée, imaginée avec des produits locaux et biologiques. Il est également possible de profiter du bar du restaurant Arti et de la terrasse.

Spécialité : Français

Terrasse : Oui

Ouverture : Du lundi au dimanche, midi et soir

Adresse : 11, avenue de l'Arche – 92400 Courbevoie

Infos : [Site internet](#) / mail : h3013-fb3@accor.com / 01 47 17 59 99



Tribe Table

Le restaurant de l'hôtel Tribe propose une cuisine traditionnelle revisitée et des cocktails signatures et classiques créés par le mixologue Matthias Giroud.

Spécialité : Australien

Terrasse : Oui

Ouverture : Du lundi au dimanche, de 12 h 00 à 14 h 30 et de 19 h à 22 h 30

Adresse : 11, rue de l'Abreuvoir – 92400 Courbevoie

Infos : [Site internet](#) / mail : hb879@accor.com / 01 81 22 23 60

POUR PROFITER D'UN ROOFTOP



Le XII

Situé au 12^e étage de l'hôtel Mercure Paris La Défense, le XII est un bar à cocktails en rooftop. Il propose donc de profiter de la vue sur l'Arc de Triomphe en goûtant l'un des nombreux cocktails présents sur la carte.

Spécialité : Français

Terrasse : Oui

Ouverture : Du lundi au vendredi

Adresse : 30, rue Baudin – 92400 Courbevoie

Infos : [Site internet](#) / mail : h1546-fb@accor.com / 01 49 04 75 00



Mama Shelter - Mama's Penthouse

Niché au dernier étage du Mama Shelter, le restaurant Mama's Penthouse permet de contempler une vue imprenable sur Paris et la tour Eiffel. Au menu, de la cuisine française d'inspiration asiatique et une sélection de vins à déguster durant les lives et les DJ sets, sans oublier l'inconditionnel brunch les dimanches midi.

Spécialité : Français / Asiatique

Terrasse : Oui

Ouverture : Du lundi au dimanche, toute la journée

Adresse : 10, rue Jean-Jaurès – 92800 Puteaux

Infos : [Site internet](#) / 01 40 81 02 02



Skyline

Au 19^e étage de l'hôtel Meliá, le Skyline offre une vue incroyable sur Paris, le tout dans un cadre élégant et feutré. Profitez de l'ambiance musicale des DJ sets en dégustant des tapas espagnols et un large choix de cocktails.

Spécialité : Espagnol

Terrasse : Oui

Ouverture : Du lundi au vendredi

Adresse : 2-4, esplanade du Général-de-Gaulle – 92400 Courbevoie

Infos : [Site internet](#) / 01 75 57 99 00

Les hôtels

RÉSIDENCES HÔTELIÈRES



Aparthotel Adagio access Léonard de Vinci

À deux pas du centre commercial Westfield Les 4 Temps et de Paris La Défense Arena, la résidence Adagio access Léonard de Vinci est composé de 115 appartements meublés et équipés. Une piscine intérieure chauffée est accessible à tous les clients.

Types d'hébergement : Studios et appartements
Adresse : 88, rue des Étudiants – 92400 Courbevoie
Infos : [Site internet](#) / mail : h8363@adagio-city.com / 01 41 88 20 00



Aparthotel Adagio La Défense Esplanade

Cette résidence de tourisme 3 étoiles dispose de 99 appartements, dont deux studios accessibles aux PMR. Il est situé à proximité à la fois de Paris La Défense Arena et du plus grand centre commercial d'Europe, Westfield Les 4 Temps. Un service de commande de repas via une borne est proposé.

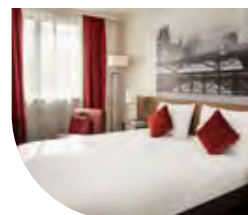
Nombre d'étoiles : 3
Types d'hébergement : Studios et appartements
Adresse : 35, cours Michelet – 92800 Puteaux
Infos : [Site internet](#) / mail : h2816@adagio-city.com / 01 47 73 90 90



Aparthotel Adagio access La Défense Puteaux

La résidence Adagio access La Défense Puteaux propose 115 appartements, du studio au deux-pièces, pouvant accueillir d'une à quatre personnes. Les appartements sont meublés et équipés, et la résidence dispose d'une laverie, d'un parking privé et d'une salle de fitness.

Nombre d'étoiles : 3
Types d'hébergement : Studios et appartements
Adresse : 70, rue Roque-de-Fillol – 92800 Puteaux
Infos : [Site internet](#) / mail : h8987@adagio-city.com / 01 55 62 12 00



Aparthotel Adagio La Défense Courbevoie

Situé à proximité de la station de métro Esplanade de La Défense, la résidence 4 étoiles Adagio La Défense Courbevoie propose des studios et deux-pièces meublés et équipés, pour accueillir de deux à quatre personnes. La réception est ouverte 24 h/24.

Nombre d'étoiles : 4
Types d'hébergement : Studios et appartements
Adresse : 2-4, place des Pléiades – 92400 Courbevoie
Infos : [Site internet](#) / mail : h9297@adagio-city.com / 01 46 40 85 20



Aparthotel Adagio La Défense Kléber

Située à proximité de Paris La Défense Arena, la résidence de tourisme 4 étoiles est composée de 88 appartements, du studio au trois-pièces, pour certains avec terrasse ou balcon. Elle dispose également d'un parking privé, d'une réception ouverte 24 h/24 et d'un service de pressing.

Nombre d'étoiles : 4
Types d'hébergement : Studios et appartements
Adresse : 73, avenue Gambetta – 92400 Courbevoie
Infos : [Site internet](#) / mail : h6788@adagio-city.com / 01 56 37 20 00



Appart Hôtel Citadines La Défense Paris

Pour une nuit, un week-end ou encore plusieurs semaines, entre amis, en famille, seul ou en couple, l'Appart hôtel Citadines La Défense, calme et au charme contemporain accueille ses clients dans ses studios et ses appartements 2 pièces fraîchement rénovés et entièrement équipés avec de grands balcons pour la moitié d'entre eux.

Nombre d'étoiles : 4
Types d'hébergement : Studios et appartements
Adresse : 1-8, boulevard de Neuilly – 92400 Courbevoie
Infos : [Site internet](#) / mail : ladeffense@citadines.com / 01 58 13 57 57



Fraser Suites Paris La Défense

Cette résidence 5 étoiles est située près du pont de Neuilly et du métro Esplanade de La Défense. Elle propose 134 appartements de 30 m² à 70 m², pour la plupart avec balcons, pour les voyageurs de longue durée ainsi que les familles. La résidence dispose d'une salle de sport, d'un bar, d'un petit-déjeuner buffet, d'une réception 24/7, d'un service de conciergerie, d'une laverie et d'un parking.

Nombre d'étoiles : 5
Types d'hébergement : Studios et appartements
Adresse : 6, boulevard de Neuilly – 92400 Courbevoie
Infos : [Site internet](#) / mail : sales.paris@frasershospitality.com / 01 55 23 26 26

HÔTELS 3 ÉTOILES



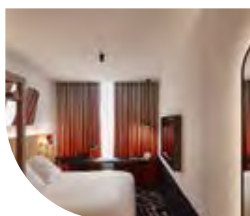
Ibis Paris La Défense Esplanade

L'hôtel Ibis Paris La Défense Esplanade, est situé à quelques pas de l'esplanade, à mi-chemin entre La Grande Arche et l'Arc de Triomphe. Il propose de 286 chambres 3 étoiles, pouvant accueillir de deux à trois personnes.

Typologie d'hébergements : Chambres

Adresse : 4, boulevard de Neuilly – 92400 Courbevoie

Infos : [Site internet](#) / mail : h0771@accor.com / 01 41 97 40 40



Mama Shelter Paris La Défense

Situé à Puteaux, l'hôtel Mama Shelter dispose de 211 chambres, réparties sur 14 étages, dont 12 chambres famille. Il dispose d'une large offre de restauration avec deux restaurants, dont un en rooftop, ainsi qu'un buffet pour le petit-déjeuner.

Type d'hébergement : Chambres

Adresse : 10, rue Jean-Jaures – 92800 Puteaux

Infos : [Site internet](#) / mail : parisladefense@mamashelter.com / 01 40 81 02 02

HÔTELS 4 ÉTOILES



CitizenM Paris La Défense

L'hôtel dispose de 175 chambres avec, pour certaines, vue sur La Grande Arche grâce aux fenêtres panoramiques. Le CitizenM propose une offre de restauration, un buffet pour le petit-déjeuner et une terrasse proche du bar et de la cuisine. Deux salles de réunions sont également accessibles, ainsi qu'un salon design et une boutique CollectionM.

Type d'hébergement : Chambres

Adresse : 194, jardins de l'Arche – 92000 Nanterre

Infos : [Site internet](#) / mail : supportpld@citizenm.com / 01 86 65 59 60



Hilton Paris La Défense

Le Hilton Paris La Défense se trouve dans le CNIT et dispose de nombreuses chambres et suites 4 étoiles. L'hôtel propose à ses clients une offre de restauration, un centre de fitness ou et des salles de réunions.

Types d'hébergement : Chambres et suites

Adresse : CNIT, 2, place de La Défense – 92053 Paris La Défense

Infos : [Site internet](#) / mail : parisladefenseservations@hilton.com / 01 46 92 10 10



Meliá Paris La Défense

L'hôtel Meliá se situe à côté du Bassin Takis, l'un des lieux emblématiques du quartier d'affaires. Sur 19 étages, il dispose de 364 chambres, de la double à la grande suite avec vue sur la tour Eiffel. Le bar Skyline permet aux clients de l'hôtel de prendre un verre et déguster des tapas tout en profitant du panorama sur Paris.

Types d'hébergement : Chambres et suites

Adresse : 3, boulevard de Neuilly – 92400 Courbevoie

Infos : [Site internet](#) / mail : melia.ladefense@melia.com / 01 75 57 99 00



Mercure Paris La Défense

Cet hôtel propose des chambres récemment rénovées, à la décoration épurée, minérale et végétale. Il dispose d'un rooftop au 12^e étage pour prendre un verre avec vue sur la tour Eiffel et sur Paris. Il est également possible de réserver des salles de réunion lors de son séjour ou de faire du sport dans le centre de fitness.

Type d'hébergement : Chambres

Adresse : 18-30, rue Baudin – 92400 Courbevoie

Infos : [Site internet](#) / mail : h1546@accor.com / 08 25 80 27 27



Mercure Paris La Défense Grande Arche

Le Mercure Paris La Défense Grande Arche dispose de nombreuses chambres au style urbain et industriel, pouvant accueillir de deux à trois personnes. L'hôtel dispose d'un bar, d'une salle de sport, de salles de séminaire et de plusieurs espaces de coworking.

Type d'hébergement : Chambres

Adresse : 17-20, esplanade Charles-de-Gaulle – 92000 Nanterre

Infos : [Site internet](#) / mail : h1982@accor.com / 01 46 69 68 00

Où dormir ?



Novotel Paris La Défense Esplanade

L'hôtel Novotel Paris La Défense Esplanade propose 280 chambres 4 étoiles et des services tels que des salles de réunion, un restaurant et quatre offres de petit-déjeuner.

Typologie d'hébergements : Chambres

Adresse : 2, boulevard de Neuilly – 92400 Courbevoie

Infos : [Site internet](#) / mail : h0747@accor.com / 01 41 45 23 23



Novotel Paris La Défense Nanterre

Au printemps 2025, le Novotel Paris La Défense Nanterre ouvrira ses portes. Il proposera 170 chambres, un restaurant et un bar lumineux, des salles de réunions, et un espace bien être avec salles de fitness et de massage et une piscine intérieure.

Typologie d'hébergements : Chambres et suites

Adresse : 14, rue des 3 Fontanot – 92000 Nanterre

Infos : [Site internet](#) / mail : hb6t8@accor.com / 01 85 78 15 13

Ouverture Printemps 2025



Okko Hotels Paris La Défense

Cet hôtel récent propose des chambres « 4 étoiles pour un sommeil sans nuage ». Imaginé par Studio Catoir et Patrick Norguet, il est situé à Nanterre à côté de la future gare du RER E Nanterre-La-Folie, de Paris La Défense Arena et de La Grande Arche.

Type d'hébergement : Chambres

Adresse : 2261, boulevard de La Défense – 92000 Nanterre

Infos : [Site internet](#) / 01 49 67 64 13



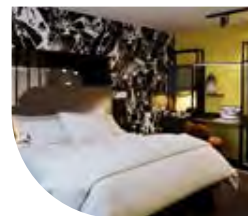
Renaissance Paris La Défense

À quelques mètres du centre commercial Westfield Les 4 Temps et de Paris La Défense Arena, l'hôtel Renaissance de 330 chambres a adopté un style moderne et industriel. Il bénéficie également d'espaces de réunion, d'une salle de sport et d'un restaurant.

Types d'hébergement : Chambres et suites

Adresse : 60, cours Valmy – 92800 Puteaux

Infos : [Site internet](#) / mail : groups@renaissanceladefense.com / 01 41 97 50 50



Tribe Paris La Défense Esplanade

Le Tribe Paris La Défense est l'un des nombreux hôtels 4 étoiles du territoire. Il est constitué de 184 chambres, dont certaines avec accès à un balcon. Il propose un petit-déjeuner continental et végétarien.

Types d'hébergement : Chambres et suites

Adresse : 11, rue de l'Abreuvoir – 92400 Courbevoie

Infos : [Site internet](#) / mail : hb879@accor.com / 01 81 22 23 60

HÔTELS 5 ÉTOILES



Nest Hotel Paris La Défense by MGallery Collection

Véritable cocon urbain, le Nest propose 151 chambres et suites dans le style Memphis des années 1980. Il bénéficie de salles de réunion, d'un restaurant bistrannique et d'une salle de fitness.

Typologie d'hébergements : Chambres et suites

Adresse : 34, cours Michelet – 92060 Paris La Défense

Infos : [Site internet](#) / mail : h0912--re2@accor.com / 01 47 76 44 43



Pullman Paris La Défense

Le Pullman Paris La Défense dispose de chambres et de suites spacieuses et design pour accueillir jusqu'à cinq personnes. Il propose également un centre de fitness, un spa et plus d'une dizaine de salles de réunions.

Types d'hébergement : Chambres et suites

Adresse : 11, avenue de l'Arche – 92400 Courbevoie

Infos : [Site internet](#) / mail : h3013@accor.com / 01 47 17 50 00

Pour en
savoir plus





Vivez l'expérience *Paris La Défense*

Au fil du temps, le premier quartier d'affaires européen est devenu un lieu de vie d'une richesse et d'une originalité sans équivalent, et ce, grâce à l'audace et l'ambition qui en ont fait un territoire d'exception. De son parvis à son esplanade, Paris La Défense dispose du plus grand espace piétonnier d'Europe, s'arpentant comme un immense musée à ciel ouvert. Avec sa skyline, ses monuments emblématiques, ses tours signées de grands noms de l'architecture, sa collection d'œuvres en plein air et ses nombreux espaces verts, Paris La Défense offre un décor unique pour se balader et pour faire vivre une expérience exceptionnelle à tous ses usagers.

Paris La Défense est également un véritable lieu de vie et de détente grâce à son offre élargie d'activités, qu'elles soient sportives, culturelles ou encore ludiques. Salles de sport, d'escape games ou d'expériences virtuelles, centres commerciaux, visites guidées du territoire, les activités sont multiples et variées. En outre, le quartier accueille de nombreux événements, dont certains sont devenus des rendez-vous annuels incontournables.

 **61**
immeubles de
grande hauteur
(IGH)

Plus de **60**  œuvres d'art

25  lieux d'activités

Les grands événements de Paris La Défense

Paris La Défense accueille de nombreux événements commerciaux tout au long de l'année, ainsi que de grands rendez-vous musicaux, culturels ou encore sportifs pendant la période estivale.



Les Extatiques

Rendez-vous incontournable du quartier de La Défense, Les Extatiques célèbrent l'art contemporain à travers des œuvres artistiques variées.



Garden Parvis

C'est l'événement estival à ne pas manquer pour passer un bon été sur le territoire ! Ce lieu de vie outdoor permet de se détendre et de profiter des beaux jours autour d'une programmation réjouissante.

Very Food Trip

Un événement célébrant la gastronomie et l'occasion de découvrir les restaurants du territoire, ainsi que les Food Trucks de Paris La Défense réunis en food court pour l'occasion.



League of Defense

Pour la rentrée 2025, préparez-vous à participer au plus grand challenge caritatif de Paris La Défense. Destiné aux entreprises et aux écoles du quartier, cet événement vous réserve des activités déjantées !



La Défense Jazz Festival

Créé et organisé par le Département des Hauts-de-Seine, La Défense Jazz Festival propose une programmation éclectique pour les fans de jazz.



Le marché de Noël

Une institution, et ce, depuis plus de 25 ans ! Le marché de Noël est le rendez-vous incontournable pour les visiteurs et exposants avec, à la clé, une ambiance de Noël pour préparer en toute quiétude les fêtes de fin d'année.

Les courses solidaires

Chaque année, Paris La Défense s'engage et apporte son soutien à de nombreuses associations, notamment avec l'accueil de quatre grandes courses solidaires.

Vertigo

Organisée par ONG Play International, cette course verticale propose aux équipes participantes de gravir les étages d'une des tours de La Défense pour soutenir le développement des programmes d'éducation par le sport.

Contact : Margot Clément, Responsable Développement & Partenariats, margot.clement@play-international.org / +33 6 82 08 24 78.



Enfants sans cancer City

Cette course est organisée par l'association Imagine for Margo depuis 2018. 100 % des dons collectés sont reversés à la recherche afin de trouver des traitements innovants et spécifiques.

Challenge contre la faim

Depuis 2008, ce challenge inter-entreprises réunit des milliers de salariés de Paris La Défense. Les dons collectés par l'ONG Action contre la faim permettent de mettre en place des solutions pour une alimentation durable et accessible à tous.

Contact : Marie Chevalier, mchevallier@actioncontrelafaim.org



Special Olympics

Special Olympics s'engage pour l'insertion sportive des personnes en situation de handicap mental. L'association organise depuis de nombreuses années une course solidaire inter-entreprises dans le quartier d'affaires.

→ **Consulter l'agenda de Paris La Défense**

Les activités

CULTURE



CGR Nanterre Cœur Université

Le cinéma Nanterre Cœur Université est composé de 10 salles, dont une salle premium aux technologies innovantes. Il est également possible de privatiser les salles de cinéma et l'espace cocktail pour des événements.

Horaires : De 10 h 30 à 22 h 30, 7j/7

Adresse : 200, allée de Corse – 92000 Nanterre

Infos : [Site internet](#) / 08 92 68 85 88



UGC Ciné Cité La Défense

Le cinéma UGC Ciné Cité La Défense est situé dans le centre commercial Westfield Les 4 Temps, au troisième étage du Dôme. Il est composé de 16 salles dont plusieurs équipées de la technologie 3D.

Horaires : De 10 h à 23 h, 7j/7

Adresse : Parvis de la Défense – 92800 Puteaux

Infos : [Site internet](#) / 08 26 88 07 00 / Application UGC Direct



La Terrasse

La Terrasse est un centre d'art contemporain proposant aux artistes de faire découvrir leurs œuvres autour d'expositions de peintures, sculptures, ou encore photographies, dans une salle polyvalente de 145 m².

Horaires : Du mercredi au vendredi, de 12 h à 18 h et le samedi de 14 h à 18 h.

Œuvres exposées en vitrine visible 7j/7, 24 h/24.

Adresse : 57, boulevard de Pesaro – 92000 Nanterre

Contact : [Site internet](#) / mail : arts.plastiques@mairie-nanterre.fr / 01 41 37 62 67



Paris La Défense Arena

Paris La Défense Arena est la plus grande salle indoor d'Europe ! Sur 94 000 m², elle accueille à la fois les matchs de rugby du Racing 92, de nombreux concerts et d'autres événements sportifs. Une programmation très riche et variée dont peuvent profiter jusqu'à 45 000 personnes.

Adresse : 99, jardins de l'Arche – 92000 Nanterre

Infos : [Site internet](#)



Pif à Papa

Créé en 2020 par un père et son fils, Pif à Papa est un chai à Courbevoie dans lequel sont produites 12 cuvées de vins chaque année. L'équipe propose des cours d'œnologie aux particuliers et aux groupes. Pif à Papa peut accueillir jusqu'à 100 personnes.

Horaires : Sur demande

Adresse : 22, rue du Clos-Lucé – 92400 Courbevoie

Infos : [Site internet](#) / mail : sfeirfady@gmail.com / 06 03 70 03 12



Cité de l'Histoire

La Cité de l'Histoire a ouvert ses portes au tout début de l'année 2023. Elle est constituée de trois espaces utilisant des technologies innovantes pour faire découvrir l'histoire de France et de l'humanité de manière interactive, ludique et immersive.

Horaires : Du mardi au dimanche de 10 h à 19 h, sauf le samedi de 10 h à 20 h

Adresse : 1, parvis de La Défense – 92800 Puteaux

Infos : [Site internet](#) / 01 47 57 57 27 /

Demande par mail pour les groupes : ce-groupes@amaclio.com

EXPÉRIENCES IMMERSIVES



Éternelle Notre-Dame

Cette expérience immersive de réalité virtuelle propose de plonger les visiteurs dans l'histoire et les secrets de la cathédrale Notre-Dame de Paris, détruite en partie par les flammes en 2019. En 45 minutes, c'est un incroyable bond en arrière de 850 ans qui s'opère, avec pour guide un avatar contant l'histoire de ce monument emblématique.

Horaires : Du mardi au dimanche de 10 h à 19 h, sauf le samedi de 10 h à 20 h

Adresse : Cité de l'Histoire, 1, parvis de La Défense – 92800 Puteaux

Infos : [Site internet](#) / Demande par mail pour les groupes :

ce-groupes@amaclio.com / 01 47 57 57 27



Game On

Game On est une nouvelle salle de jeux d'arcade moderne, installée au niveau zéro du Westfield CNIT. Les amateurs de jeux vidéos pourront profiter des jeux d'arcade classiques, des flippers ou encore des jeux de course et de simulation.

Horaires : Du lundi au vendredi
Adresse : Westfield CNIT, Niveau 0,
2, place de La Défense – 92800 Puteaux



Illucity

Installé dans le centre commercial Westfield Les 4 Temps, Illucity est le lieu idéal pour allier la réalité virtuelle et les escape games. Envie de retourner au temps de l'Égypte antique ? De participer à une expédition au milieu des planètes ? Tout est possible ! Certains espaces peuvent être privatisés.

Horaires : Du lundi au dimanche, horaires en fonction des jours
Adresse : Westfield Les 4 Temps, zone Mandarine, Niveau 0,
15, parvis de La Défense – 92800 Puteaux
Infos : [Site internet](#) / 01 80 88 22 64



La Tête dans les nuages

Cet espace de loisirs familial, installé dans le centre commercial Westfield les 4 Temps, vous permettra de profiter d'une expérience ludique grâce à sa salle d'arcade, des consoles dernier cri, des animations 3D/4D, et une zone de laser game.

Horaires : Du lundi au dimanche
Adresse : Westfield Les 4 Temps, zone Mandarine, niveau 3,
15, parvis de La Défense – 92800 Puteaux
Infos : [Site internet](#)



Team Break

Au cœur de la tour Jean Monnet, sur la place des Vosges, se cache un centre d'escape games de plus de 1 200 m². Team Break propose sept escape games sur des thèmes de séries, jeux télévisés ou encore des films, et un escape game en extérieur pour les beaux jours.

Horaires : Tous les jours, de 9h45 à 00h30
Adresse : 11, place des Vosges – 92400 Courbevoie
Infos : [Site internet](#) / 01 80 88 23 96 / mail : ladeffense@team-break.fr

SPORT



Blocbuster

La salle d'escalade Blocbuster est composée de différents profils de murs qui raviront les grimpeurs débutants et confirmés. Des cours d'initiations et des cours particuliers sont proposés, tout comme des cours collectifs.

Horaires : Du lundi au vendredi, de 11 h à 23 h, le week-end et les jours fériés de 10 h à 20 h
Adresse : 48, square des Corolles – 92400 Courbevoie
Infos : [Site internet](#) / mail : info@blocbuster.fr / 01 41 30 14 04



Crossfit Factory

Le centre Crossfit Factory à Puteaux fait plus de 400 m². Il est possible de participer à des cours collectifs chaque jour, mais également de venir s'entraîner en solo durant les créneaux Open gym.

Horaires : Du lundi au vendredi, de 7 h à 21 h,
le samedi de 8 h à 13 h et le dimanche de 10 h à 12 h
Adresse : 22, rue Arago – 92800 Puteaux
Infos : [Site internet](#) / mail : crossfitfactory92@gmail.com / 01 47 31 62 42



Crossfit Grande Arche

Cette salle de crossfit, située dans les couloirs de la station de RER Grande Arche, s'étend sur plus de 400 m². Plusieurs formules sont proposées, avec des séances allant de 45 à 90 minutes.

Horaires : Lundi, mercredi, vendredi de 6h30 à 21h30,
mardi et jeudi de 7 h à 21 h et le samedi de 10 h à 14 h
Adresse : Gare RER La Défense-Grande Arche – 92800 Puteaux
Infos : [Site internet](#) / 06 23 28 65 55



Dynamo cycling

Dynamo cycling est la seule salle d'indoor-cycling à La Défense. Installée au niveau -1 du CNIT, elle propose des séances de vélo sur de la musique pour travailler son cardio et ses abdos, en solo, ou entre amis lors de séances de groupe.

Horaires : Du lundi au vendredi, de 7h15 à 21h, le samedi de 10h à 18h
Adresse : CNIT, niveau -1, 2, place de la Défense – 92800 Puteaux
Infos : [Site internet](#) / mail : ladeffense@dynamo-cycling.com

Que faire ?



Fitness Park

Le club de sport Fitness Park est installé à moins de cinq minutes de la station Grande Arche, au pied de la tour Cœur Défense. De nombreuses activités sont proposées sur plus de 800 m², avec plus de 90 machines et équipements.

Horaires : Tous les jours, de 6 h à 23 h
Adresse : 17, place des Corolles – 92400 Courbevoie
Infos : [Site internet](#)



Forest Hill La Défense

Le complexe sportif Forest Hill de la Défense regroupe des terrains de badminton, de squash et de tennis. Il propose également des cours de zumba, des séances de renforcement musculaire, de stretching ou encore de pilate.

Horaires : Du lundi au vendredi, de 7 h à 23 h, le samedi et le dimanche, de 7 h à 22 h pour les sports de raquette. Du lundi au vendredi, de 8 h à 22 h, le samedi et le dimanche, de 8 h à 21 h pour le plateau de cardio.
Adresse : 19, avenue de la Liberté – 92000 Nanterre
Infos : [Site internet](#) / 01 47 24 67 67



Hapik

Hapik est une salle d'escalade de plus de 500 m², avec 90 voies d'escalades aux couleurs vives pour petits et grands allant jusqu'à 8 mètres de hauteur, ainsi que deux parcours d'accrobranche. Hapik propose également d'organiser des événements pour les groupes.

Horaires : Durant les vacances scolaires, 7j/7, de 9 h 45 à 19 h. Hors vacances scolaires, fermées les lundis, mardis et jeudis. Le mercredi de 10 h à 17 h, le vendredi de 15 h à 19 h, le samedi de 10 h à 20 h et le dimanche de 10 h à 19 h
Adresse : 189, allée de Corse – 92000 Nanterre
Contact : [Site internet](#) / mail : nanterre@hapik.fr / 01 47 24 45 96



Keepcool

La salle de sport Keepcool est située au pied de la tour Ariane. Ouverte tous les jours, elle est composée de différents espaces pour les sportifs (cardio, renforcement, stretching, gym, vélo...).

Horaires : Du lundi au vendredi, de 6 h à 22 h, le samedi et le dimanche de 10 h à 19 h
Adresse : Tour Ariane, 5, place de la Pyramide – 92800 Puteaux
Infos : [Site internet](#)



Maison Sport Santé

Au cœur du quartier d'affaires, la Maison Sport Santé s'est installée dans la tour Hyfive. Identifiée et référencée par le ministère de la Santé, elle partage son expertise en Activité physique adaptée auprès des particuliers, des entreprises et des professionnels.

Horaires : Du lundi au vendredi
Adresse : Tour Hyfive, 14, passage Boieldieu – 92800 Puteaux
Infos : [Site internet](#) / mail : hyfive@wellnesscenter.fr



Neoness

La salle de sport Neoness La Défense-Grande Arche regroupe sur 1 400 m² plusieurs zones d'entraînement. Elle est équipée de tapis de course, vélos elliptiques, rameurs, vélos semi-allongés, et bien plus encore. La salle propose également des cours collectifs de boxe, yoga ou encore de Pilates et des séances d'entraînement avec un coach sportif diplômé.

Horaires : Du lundi au vendredi de 7 h à 22 h, le samedi de 9 h à 19 h et le dimanche de 9 h à 17 h.
Adresse : Galerie du passage de l'Arche, niveau -1 – 92800 Puteaux
Infos : [Site internet](#) / 01 80 88 27 60



On Air

Dans le centre commercial Westfield Les 4 Temps, On Air propose une nouvelle salle de sport avec vue sur le parvis. Le club dispose de plusieurs espaces de sport pour faire du cardio, du cross, de la boxe ou encore de l'haltérophilie. Il est également possible de profiter de l'espace femme et de cours collectifs.

Horaires : Tous les jours, de 6 h à 23 h
Adresse : 15, parvis de La Défense – 92800 Puteaux
Infos : [Site internet](#) / mail : ladeffense@onair-fitness.fr / 01 40 90 97 58



UrbanSoccer

Situé à Nanterre, UrbanSoccer propose 8 terrains de foot en intérieur pour jouer à 5 contre 5, à réserver via son site internet. Après les matchs, le lieu invite aussi à faire une troisième mi-temps dans son club house. Lors des rencontres européennes de football, le centre se transforme en bar et diffuse les matchs.

Horaires : Du lundi au vendredi, de 10 h à minuit, le samedi de 9 h à 21 h, le dimanche de 9 h à 21 h 30.
Adresse : 85, avenue François-Arago – 92000 Nanterre
Infos : [Site internet](#) / 01 84 02 04 60

SHOPPING



Westfield CNIT

Le CNIT, construit en 1958, est devenu un centre commercial à la fin des années 1990. Il accueille désormais de grandes enseignes. En 2024, des espaces de séminaires et une nouvelle offre de restaurants et de boutiques ouvriront avec la mise en service de la station du RER E.

Horaires : Tous les jours, de 10h à 20h30

Adresse : 2, parvis de La Défense – 92800 Puteaux

Infos : [Site internet](#) / 01 47 73 54 44



Westfield Les 4 Temps

Construit dans les années 1980 et devenu, en 2024, l'un des plus grands centres commerciaux d'Europe, Westfield Les 4 Temps est en perpétuelle évolution. Il accueille plus de 200 boutiques, dont le plus grand Zara européen, un cinéma ou encore une cinquantaine de restaurants.

Horaires : Tous les jours, de 10h à 20h30

Adresse : 15, parvis de La Défense – 92800 Puteaux

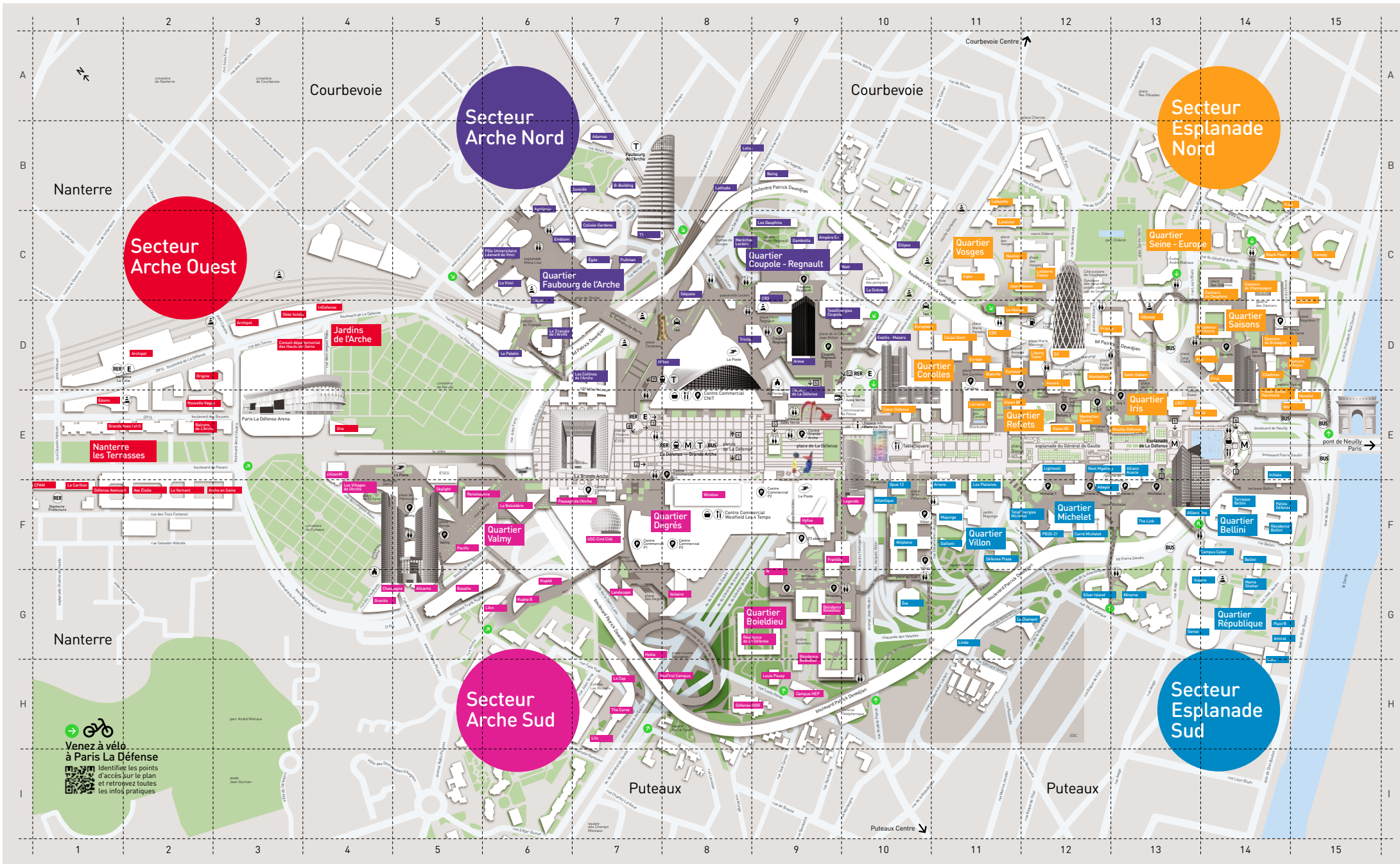
Infos : [Site internet](#) / 01 47 73 54 44



Pour en
savoir plus



Plan piétons



Parcours

L'essentiel en 2 heures

En seulement deux heures, parcourez les lieux emblématiques du territoire ! Rendez-vous au niveau de la station Grande Arche de La Défense pour vivre une expérience inédite qui vous emmènera jusqu'aux bords de Seine.



La Grande Arche

La Grande Arche est l'un des monuments les plus emblématiques du quartier d'affaires. Il est possible de profiter des marches, d'un côté et de l'autre pour admirer la vue sur l'axe historique de La Défense.



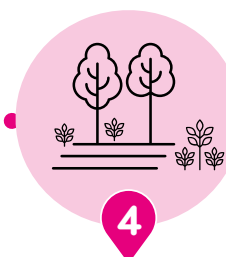
Le CNIT

Inauguré à la fin des années 1950, le Centre des nouvelles industries et technologies est le premier édifice construit sur le territoire. Après avoir accueilli de nombreuses expositions, le CNIT abrite désormais des bureaux, boutiques et restaurants, ainsi qu'une gare du RER E dès 2024.



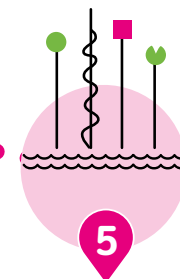
La Fontaine monumentale

Un peu plus loin, prélassiez-vous près de la Fontaine monumentale de Yaacov Agam. Conçue pour être une œuvre d'art spectaculaire à l'échelle du quartier d'affaires de La Défense, elle invite, avec ses jeux de jets, à la contemplation et à la photographie.



La place Basse

Offrez-vous un moment de détente sur la place Basse avec une vue imprenable sur l'Arc de Triomphe de Paris. Un lieu idéal pour déjeuner ou pour venir se reposer en famille le week-end dans le quartier d'affaires.



Le Bassin de Takis

Enfin, à l'extrémité de l'esplanade, pique-niquez au bord du Bassin de Takis. Une œuvre d'art emblématique à découvrir, mais aussi un lieu de détente au bord de l'eau pour les jours où il fait plus chaud. Incontestablement le lieu préféré des enfants du quartier !

Parcours

Architecture

Paris La Défense, c'est la vitrine de l'architecture contemporaine. Marchez dans les pas des plus grands, entre la station de métro Esplanade de La Défense et Paris La Défense Arena.



La tour First

Impossible à louper, la tour First, plus haut gratte-ciel de France avec 231 mètres de hauteur ! Lors de sa réhabilitation, elle a été surélevée de 50 mètres pour atteindre cet objectif.



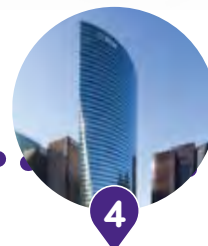
La tour D2

Atypique par sa forme ovoïdale, elle est l'une des réalisations les plus emblématiques du duo d'architectes franco-américain Anthony Béchu et Tom Sheehan.



Cœur Défense

Conçu par Jean-Paul Viguier, également architecte de la tour Majunga, c'est l'ensemble immobilier qui dispose de la plus grande surface utilisable de bureaux en Europe, avec près de 190 000 m² et 78 ascenseurs et monte-charges.



La tour Légende

Élaborée notamment avec leoh Ming Pei, le créateur de la Pyramide du Louvre, cette tour emblématique change de nom en 2021 suite à sa réhabilitation. Exemple de prouesse architecturale, elle est plus large en son sommet qu'à sa base. Sa marquise de 24 m de diamètre lui octroie une allure magistrale.



La Grande Arche

Conçue par le Danois Johan Otto von Spreckelsen et achevée par Paul Andreu, c'est le bâtiment iconique du quartier d'affaires. Livrée en 1989, La Grande Arche abrite des bureaux publics et privés.



Paris La Défense Arena

Imaginée par Christian de Portzamparc, c'est la plus grande salle indoor d'Europe avec 45 000 places, et aussi le stade résident du club de rugby Racing 92. Elle a accueilli les épreuves de natation des Jeux olympiques 2024. Un lieu unique pour profiter d'un spectacle, qu'il soit sportif ou culturel, en totale immersion.

Parcours

Art moderne

Vous êtes passionné d'art ? Plus de 60 œuvres, monumentales ou discrètes, vous attendent à Paris La Défense. Départ depuis la station Grande Arche de La Défense.



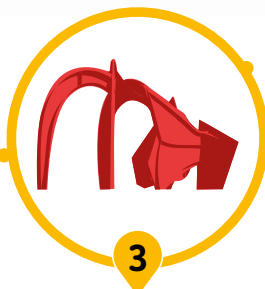
Le Pouce de César

Agrandissement du pouce de l'artiste César Baldaccini, plus connu sous le nom de César. Considéré comme un fragment de notre réalité actuelle, un symbole de la pratique et du travail manuel, il pointe vers le ciel pour montrer l'optimisme et aussi la vanité.



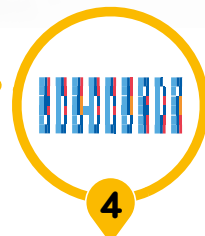
Les Personnages fantastiques

Officiellement référencée sous le nom « Ensemble Monumental », cette œuvre d'art du peintre, sculpteur, graveur et céramiste catalan Joan Miró représente, avec une touche de surréalisme et de démesure, l'équilibre instable entre l'allégresse enfantine de l'instant et l'inquiétante étrangeté du destin.



Araignée rouge

Une œuvre imposante d'Alexandre Calder, avec ses 15 mètres de haut et surtout 75 tonnes d'acier. C'est l'artiste lui-même qui a choisi son emplacement sur la place de La Défense. Elle fait écho à une autre œuvre de l'artiste, *Flamingo*, située à Chicago.



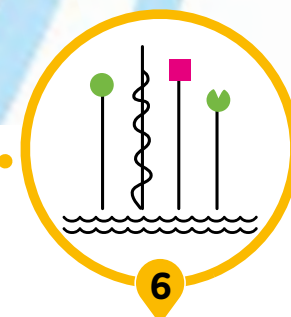
La Fontaine monumentale

Une œuvre d'art spectaculaire de Yaacov Agam, à l'échelle du quartier d'affaires. La fontaine est composée d'une mosaïque d'émaux de Venise de 86 nuances de couleurs de pâtes de verre. Au printemps et en été, des jeux de jets d'eau viennent l'animer.



Le Moretti

Cette paille géante de Raymond Moretti recouvre une cheminée d'aération de 32 mètres de haut et l'habille par 672 tubes de fibre de verre de 19 couleurs différentes, positionnés sur l'intégralité de la surface pour souligner au mieux le volume vertical de cette œuvre.



Le Bassin

Une véritable expérience sensorielle de l'artiste Takis pour ce bassin rectangulaire situé au bas de l'esplanade de La Défense. 49 tiges métalliques sont réparties dans le bassin, dont les extrémités sont munies de formes géométriques colorées et de feux clignotants.

Parcours

Nature

37 hectares d'espaces verts pour respirer, pique-niquer, se promener ou « chiller »... Une balade qui part de l'île de Puteaux pour vous emmener jusqu'au parc André-Malraux à Nanterre.



L'île de Puteaux

Venez flâner le long des berges de Seine. L'île de Puteaux, écrin de verdure, vous invite à découvrir, le temps d'une balade à pied ou à vélo, sa prairie aux papillons, le rucher et les aquariums du Naturoscope ou encore la grande piscine du Palais des sports.



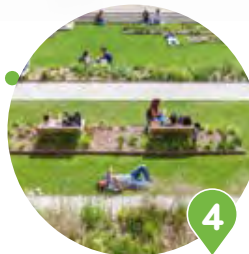
Le parc Diderot

Avec son hectare de végétation, sa cascade monumentale et son dénivelé de 14 m, c'est un lieu propice au farniente, pour faire une pause ou un pique-nique sur la partie haute du parc. C'est aussi un espace de jeux pour enfants et un terrain multisports.



Le jardin des Reflets

Odorant, fleuri et garni de plantations avec différentes espèces d'arbustes, un potager et des plantes aromatiques, c'est un lieu calme où se détendre. Les adhérents du jardin partagé bénéficient d'animations spéciales avec des ateliers gratuits par l'association : « Vivre Ensemble ».



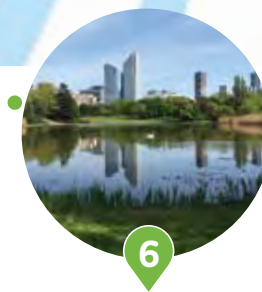
La place Basse

Oasis de verdure située sur l'axe historique, il s'agit d'un lieu très apprécié pour faire une pause. Cette place plantée de chênes verts et d'arbustes chinois ou méditerranéens, comme du romarin, de la lavande ou du jasmin, est parsemée de bacs sculptés par l'artiste Shelomo Selinger.



L'éco-jardin Majunga

Situé au pied de la tour Majunga, cet éco-jardin en pleine terre s'étend sur 2 300 m² et offre un bassin minéral et un bassin végétal, un espace de jeux pour enfants et un terrain de pétanque pour les touristes, les habitants ou les salariés.



Le parc André-Malraux

Vaste parc paysager de 25 hectares au cœur de la ville de Nanterre, il offre aux visiteurs de larges pelouses, 400 essences de bois différentes et un point d'eau. Le parc est un refuge pour les oiseaux. Il est propice aux longues promenades, à la pratique de l'escalade sur mur ou encore à l'amusement avec son aire de jeux d'eau, conçue pour les enfants.



Le cap stratégique de Paris La Défense

Paris La Défense est un établissement public local réunissant les compétences d'aménagement, d'exploitation, d'animation et de promotion du territoire. Les équipes de Paris La Défense œuvrent au développement et à la modernisation du quartier, mais également à la diversification de son offre. Son ambition ? Transformer le quartier en un véritable lieu de vie !

En 2021, Paris La Défense s'est doté d'une Raison d'être fixant l'objectif de devenir le premier quartier post-carbone de dimension mondiale et de réduire par deux les émissions de gaz à effet de serre territoriales d'ici 2030. Pour ce faire, Paris La Défense concentre ses actions autour de quatre grands axes :

- **Mieux aménager, exploiter, construire** en éco-concevant les espaces publics, en favorisant la circularité des matières et des matériaux, en préservant et en restaurant la nature et le cycle de l'eau, et en déclinant les indicateurs de performance durable à tous les projets espaces publics et immobiliers.
- **Vivre ensemble sur un territoire durable et inclusif** en aménageant par exemple les espaces publics pour favoriser les mobilités douces et actives, ou mettre en avant l'inclusion et l'insertion professionnelles de tous.
- **Adapter le territoire au dérèglement climatique** en cartographiant les risques climatiques, les sites exposés, les acteurs concernés, ou encore les espaces refuges, les réponses existantes, les personnes vulnérables ou exposées, en déclinant un plan d'adaptation suivi de l'organisation des Etats Généraux de l'adaptation.
- **Engager les parties prenantes** pour favoriser les initiatives collectives et déployer des communautés engagées.

Ces axes sont traduits par une charte dont la signature est proposée à toutes les parties prenantes de Paris La Défense, autant publiques que privées (voir ci-contre).

Les initiatives développement durable

Pour mettre en œuvre les engagements de son cap stratégique, Paris La Défense multiplie les initiatives à l'échelle du territoire et engage les différentes parties prenantes à réfléchir et agir pour l'avenir du quartier d'affaires.

États généraux de la transformation des tours

Comment rendre les tours de La Défense compatibles avec son ambition de devenir un quartier d'affaires post-carbone ? Cette question était au cœur des États généraux de la transformation des tours organisés par Paris La Défense en 2022 et 2023. Ces rencontres ont permis d'imaginer des solutions pratiques à mettre en œuvre et ce que pourrait être un quartier d'affaires écoresponsable au XXI^e siècle. Elles ont abouti à l'adoption de 10 propositions et à une charte d'engagement proposée à l'écosystème du quartier ([voir les 10 propositions](#)).

Charte d'engagement

La charte d'engagement de Paris La Défense vise à contribuer à la décarbonation du territoire. L'établissement public, les propriétaires, les acteurs immobiliers et les entreprises du quartier sont invités à signer une charte partenariale contenant 25 engagements, répartis en huit domaines. Parmi les engagements, on peut citer l'augmentation de la marchabilité, l'accessibilité pour les vélos ou encore la décarbonation des cycles de matériaux ([en savoir plus sur la charte](#)).

Concours d'économie d'énergie

Lancé à l'initiative de l'Institut Français pour la performance du bâtiment (IFBEP), le concours Cube Paris La Défense existe depuis 2021. Des équipes s'affrontent lors d'un challenge annuel ludique. L'idée est de mobiliser les entreprises du territoire pour qu'elles réduisent leurs émissions carbone. Un million de mètres carrés du territoire sont désormais engagés dans le concours ([en savoir plus](#)).



Les projets d'espaces publics à Paris La Défense

Les projets livrés

En 2023, l'établissement public Paris La Défense, en sa qualité d'aménageur du territoire, a achevé la réalisation de trois espaces publics d'envergure dans le quartier d'affaires, avec pour objectifs principaux d'améliorer les accès, réhabiliter des ouvrages plutôt que les détruire et végétaliser autant que possible malgré les fortes contraintes de la dalle.



Place de La Défense

Après deux années de travaux, la transformation de la place de La Défense est désormais achevée. Le projet a permis de donner à ce centre névralgique du quartier une nouvelle identité et de rendre aux usagers une agora moderne et végétalisée. Elle est désormais entourée par deux jardins, au nord et au sud, et le vaste dégagement central permet de faciliter les flux et d'en faire un lieu événementiel d'exception.

Rose de Cherbourg

Fraîchement livré, le nouveau quartier de la Rose de Cherbourg connaît un véritable renouveau. Cette opération de restructuration a permis de transformer un échangeur routier en promenade suspendue végétalisée, ainsi que d'aménager une large place et une liaison piétonne connectant le quartier aux terrasses Boieldieu. Ces espaces publics rénovés entourent la tour Hekla de Jean Nouvel et la résidence étudiante YouFirst Campus.



Corolles-Reflets-Iris

Ces dernières années, Paris La Défense a progressivement lancé la transformation des quartiers Corolles-Reflets-Iris. En 2023, c'est la place et le patio des Reflets qui ont achevé leur mue. L'occasion de repenser tous les accès, notamment pour les PMR, relier les deux niveaux de la dalle, tout en rendant les espaces plus végétalisés et lumineux avec des dalles en béton clair, pierres naturelles et mobilier en bois.

Les projets à venir

Dès 2024, avec la construction d'un parc urbain monumental et la rénovation d'espaces publics à l'échelle d'un quartier, l'établissement public Paris La Défense poursuit son travail de transformation et de végétalisation du territoire tout en répondant aux ambitions de son cap stratégique.

Le Parc

Ce projet va profondément transformer l'esplanade de La Défense d'ici quelques années. Sur 600 mètres de long, entre les bassins Agam et Takis, les usagers pourront profiter d'un nouveau parc urbain de 5 hectares ! Un projet, imaginé avec le groupement de l'architecte-paysagiste Michel Desvigne, qui symbolise les engagements pris par Paris La Défense de lutter contre les îlots de chaleur et de réduire les émissions de gaz à effets de serre du territoire tout en redonnant sa place à la nature en ville. La livraison du Parc est prévue pour 2026.



Quartier Michelet

En chantier jusqu'en 2026, le projet de rénovation des espaces publics du quartier Michelet a plusieurs objectifs : améliorer ses différents accès, rénover le cours Michelet et les abords des bâtiments, ainsi que rendre traversable le boulevard le reliant au centre-ville de Puteaux. Un projet, lui aussi, à forte dimension environnementale au-delà de son verdissement, puisque 50 % des revêtements existants y seront réemployés.



Les projets immobiliers à Paris La Défense

En perpétuel transformation, le quartier d'affaires compte de nombreux projets de restructuration qui viennent d'être livrés ou le seront dans les prochains mois.

Livrés



Altiplano

Anciennement nommé Ile-de-France, l'immeuble de bureaux Altiplano a été livré à l'automne 2024. Il propose des balcons et loggias, des espaces de vie communs dont un patio central ainsi que de nombreux services et commerces. Les espaces publics ont aussi été repensés et ont permis de dynamiser le quartier.

Lightwell

Situé le long de l'axe historique, sur l'esplanade de La Défense et aux abords du projet du Parc, l'immeuble Lightwell peut accueillir plus de 2 500 salariés dans des espaces de travail lumineux, ouverts sur l'extérieur avec des services en cœur d'îlot. Sa restructuration est un exemple en termes de réemploi de matériaux et de sobriété énergétique.



Canvas

Devenu un immeuble d'habitation, l'ancien immeuble de bureaux Le Guillaumet à Puteaux s'appelle désormais Canvas, et a accueilli à la rentrée de septembre 2024 ses premiers occupants. L'immeuble propose des logements qualitatifs et de nombreux services pour étudiants et jeunes actifs.

En travaux

Hopen

La rénovation de la tour Adria, désormais appelée Hopen, a permis de rehausser l'immeuble de trois étages et de créer de nouveaux liens entre les salariés et les habitants. La tour de bureaux, qui sera livrée début 2025, proposera un pied d'immeuble accessible à tous, un rooftop, des services de restauration et un parking à vélos.



Ariane

La façade d'Ariane fait actuellement peau neuve, tout comme son hall d'accueil. Même si l'esprit architectural de cette tour emblématique du quartier d'affaires et ses hublots ont été conservés, cette rénovation permettra d'améliorer ses performances énergétiques et thermiques.



Les projets de transport à Paris La Défense

Le quartier d'affaires de La Défense, déjà très bien desservi par de nombreuses lignes de transports en commun, a renforcé son offre en 2024 et montera encore en puissance dans les années à venir grâce, notamment, à la création de nouvelles gares sur le territoire.

Gares du RER E livrées



Gare de Nanterre-La-Folie

Seconde gare RER E du territoire, Nanterre-La-Folie a ouvert ses portes sur la commune de Nanterre et plus particulièrement au cœur de son onzième quartier en devenir : Les Groves. Grâce à son entrée magistrale, les cheminements sont fluidifiés pour les 15 000 voyageurs amenés à l'emprunter chaque jour, dynamisant ainsi le quartier.

Gare de La Défense Grande Arche

Cette nouvelle gare RER E du quartier d'affaires, construite dans le cadre du projet Eole, a ouvert ses portes en mai 2024. Appelée « gare-cathédrale » du fait de sa profondeur et de son emplacement sous le centre commercial Westfield-CNIT, elle a pu voir le jour grâce à des prouesses techniques inédites.



Gares de la ligne 15 ouest en travaux



Gare de La Défense

Station de la ligne 15 Ouest, la gare de La Défense sera installée dans le nouveau secteur de la Rose de Cherbourg dans le quartier Boieldieu, à proximité du cœur du quartier d'affaires. Les travaux, débutés en 2024, se poursuivront plusieurs années avant la mise en service de la ligne prévue en 2031.

Gare de Nanterre-La-Folie

De même, grâce à cette nouvelle gare construite dans le quartier des Groves, la ligne 15 Ouest permettra de relier Saint-Denis à Pont de Sèvres en passant par Nanterre. De très nombreux voyageurs pourront donc accéder au quartier d'affaires ou rejoindre le RER E directement via une passerelle.



Le vélo à Paris La Défense

Paris La Défense développe son plan vélo 2023-2027 pour répondre aux attentes de nombreux cyclistes qui traversent le quartier d'affaires ou s'y déplacent au quotidien. Il se concentre autour de quatre grands objectifs :

Améliorer l'accessibilité du quartier pour tous.

Paris La Défense souhaite inciter les cyclistes à emprunter les pistes hors dalle de La Défense, comme le boulevard Patrick-Devedjian ou les voies couvertes. Pour ce faire, Paris La Défense a lancé un plan de rénovation des voies couvertes pour créer des pistes cyclables sécurisées. La pérennisation de la piste du pont de Neuilly est également à l'étude tout comme les connexions possibles avec le réseau Vélo Île-de-France. L'établissement travaille également à développer des itinéraires et stationnements vélo ainsi que l'intermodalité avec les pôles d'échanges du territoire.

Réduire les conflits d'usage sur la dalle.

Même si la priorité est donnée aux piétons, les vélos sont autorisés sur la dalle depuis 2015. Une nouvelle signalétique est mise en place pour rappeler les règles

de circulation et que cyclistes et piétons puissent cohabiter sur la dalle, ainsi qu'accompagner les circulations, notamment quant au jalonnement des trajets.

Déployer une offre de stationnement adaptée.

Paris La Défense propose déjà 2 200 places sur arceaux vélos et 635 places dans les parkings du territoire, offre qui sera renforcée à l'avenir, de même que la mise en place de locaux vélos sécurisés.

Déploiement d'une offre de services pour les cyclistes.

Paris La Défense veut renforcer son engagement aux usagers avec l'accueil des stations Vélib', en proposant des services de réparation et d'entretien des vélos ou encore en créant des fiches d'accès vélo aux immeubles. L'établissement soutient également des initiatives mettant à l'honneur le cyclisme.


2 200
places sur arceaux vélos

635
places sécurisées dans
les parkings du territoire

L'arrivée du service Vélib'

À partir de 2025, le quartier d'affaires de La Défense accueillera une trentaine de stations Vélib', soit plus de 1 200 bornes. Une arrivée très attendue par les salariés, les étudiants ou encore les touristes, et qui s'intègre parfaitement à la volonté de l'établissement public d'encourager les déplacements grâce aux mobilités douces.

Pour en
savoir plus



L'Espace Info Paris La Défense

Situé au cœur du quartier d'affaires, près de la Fontaine Agam, l'Espace Info Paris La Défense accueille les visiteurs du quartier du lundi au vendredi, de 9 h à 18 h. Le lieu consacré pour retrouver toutes les informations concernant le territoire, plaquettes de communication et supports de visites ainsi que des détails sur les activités et événements qui s'y déroulent.

15, place de La Défense – 92400 Courbevoie
info@parisladefense.com
Téléphone : 01 47 74 84 24



Nos supports d'information

Le site internet parisladefense.com permet de retrouver toute l'actualité du territoire, l'agenda des événements, plusieurs rubriques avec les différents lieux à découvrir et visiter, l'histoire du quartier, ses modalités d'accès, ainsi que les projets et chantiers en cours et à venir.

Inscrivez-vous à la [newsletter de Paris La Défense](#).

Paris La Défense est également présent sur de nombreux réseaux sociaux :

- **LinkedIn**, pour suivre les grands projets du territoire.
- **X**, avec l'actualité de Paris La Défense en direct.
- **Facebook**, pour des infos de proximité.
- **Instagram**, avec de sublimes photos et vidéos du site.
- **TikTok**, avec les bons plans du quartier !
- **Youtube**, pour découvrir le territoire en vidéos.



Plusieurs supports sont à votre disposition en version papier à l'Espace Info Paris La Défense :

- **Plan piétons**, pour s'y retrouver au milieu des tours !
- **Parcours d'œuvres d'art**, pour repérer les 60 œuvres de la collection en plein air.
- **Magazine d'actualités**, pour suivre les tendances du quartier.
- **Plaquette et carte des projets**, pour en savoir plus sur les développements à venir.

Retrouvez aussi tous nos documents en téléchargement sur [notre site internet](#).



Vos contacts

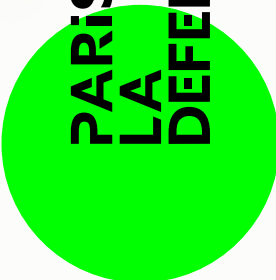
Pour toute demande d'information :
par téléphone au 01 46 93 19 00
ou via notre [formulaire de contact](#).

Paris La Défense

Cœur Défense Tour B
110, esplanade du Général-de-Gaulle
92400 Courbevoie

parisladefense.com

Paris La Défense • Mars 2025 • Conception : IDIX • Photo de couverture : Anne-Claude Barbier • Crédits photos : Sabrina Budon / Augustin Detienne / Benedite Topuz / Constance Decorde / PLD&Michel Desvigne Paysagiste / Campus Cyber / Abaca Press Francesco Luciani / Abaca Press Giuliano Ottaviani / Abaca Press Antoine Huot / Westfield / Blocbuster / Grégoire Cretinon / Crossfit Grande Arche / Crossfit Factory / Orange Emissive 2021 / Fitness Park / Forest Hill / Hapik / La Terrasse / Neoneess / Pif à Papa / Team Break / Urban Soccer / Hadrien Picard / Adagio / Citadine / Citizen M / Fraser / Hilton / Novotel-Ibis / Mama Shelter / Melià / Mercure / Nest / Carlos Ayesta / Muses / GBD / Châteauform' / CNIT Forest / Cœur Défense / Comet / CourbevoieEvent / Icône Oxygen / Imagin'Office / Novotel / Paris La Défense Arena / Pullman / Renaissance / Billy Billy / Noccio / Nodd / Francis Amiand / Deskeo / Morning / Spaces / Wojo / Work & Share / Regus / Patrice Maurein / Novotel / Pierre Chatel / ViParis.



PARIS
LA
DÉFENSE