

Guide des entreprises

Mars 2026 - 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 restaurants et hôtels
- P. 27 • Les événements et activités
- P. 38 • Le cap stratégique
- P. 39 • Les projets à Paris La Défense
- P. 41 • Le vélo
- P. 42 • L'Espace Info
- P. 42 • Nos supports d'information
- P. 43 • Vos contacts



Découvrir
le territoire
en vidéo



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'activité 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'hébergements 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

1^{er}
QUARTIER D'AFFAIRES
D'EUROPE

2800
ENTREPRISES
dont 600 GE

200 000 SALARIÉS
50 000 HABITANTS
70 000 ÉTUDIANTS

4^e
quartier
d'affaires
le plus
attractif
au monde

1/3 du CAC 40

41% des entreprises
d'origine
étrangère

3,8
millions
de m²
de bureaux

Parc immobilier



Seul quartier
vertical de France
avec 60 immeubles
de grande hauteur (IGH)

76 m
de hauteur moyenne
des immeubles

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

Lifestyle

37,35 ha
d'espaces publics végétalisés

566 ha
dont 31 ha d'espaces piétons

Près de

70
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 vélos sécurisées
dans les parkings

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

200
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'activité diversifiés, complémentaires, et de bénéficier d'un accès direct à ses clients, ses fournisseurs et ses futurs talents !
Mais ce ne sont pas les seules raisons qui rendent le quartier exceptionnel :

#1

L'un des plus grands hubs de transports au monde :

RER, métro, tramway, Transilien, lignes de bus... 6 millions de personnes ont un accès direct à La Défense grâce à son réseau exceptionnel de transports en commun.

#2

Une offre immobilière incomparable et abordable :

les 4 millions de mètres carrés de bureaux de La Défense offrent une multitude de produits immobiliers adaptés à chaque entreprise.

#3

Une offre de services dédiés aux entreprises : Paris La Défense dispose d'une équipe et de services spécifiquement dédiés aux entreprises souhaitant s'y implanter ou déjà présentes sur le territoire (*voir page 06*).

#4

Un territoire engagé : des engagements forts pour diviser par 2 les émissions de gaz à effet de serre d'ici 2030, autour d'une dynamique collective où les parties prenantes se mobilisent pour la transformation vertueuse du quartier !

#5

Un quartier en pleine transformation : depuis sa création, le quartier d'affaires ne cesse de se réinventer pour conserver son ADN de laboratoire urbain et architectural.

#6

Le cœur battant de l'économie française :

Paris La Défense est la porte d'entrée internationale du Grand Paris. Avec 2 800 entreprises (600 grandes entreprises (GE), 600 entreprises de taille intermédiaire (ETI) et 1 600 petites et moyennes entreprises (PME)), le quartier accueille quotidiennement 200 000 salariés.

#7

Une destination événementielle, culturelle et touristique de premier plan :

quatrième quartier d'affaires le plus attractif au monde, Paris La Défense est devenu un véritable quartier de vie, animé et vibrant, qui accueille de nombreux événements tout au long de l'année. Il propose également une offre hôtelière, de restauration et de loisirs de premier plan.

#8

Une offre exceptionnelle de services et commerces :

Paris La Défense est l'une des plus grandes destinations shopping d'Europe, portée par deux centres commerciaux emblématiques : Westfield Les 4 Temps et Westfield CNIT. Le quartier compte également plus de 200 restaurants à l'offre de restauration diversifiée.

#9

Un territoire apprécié des entreprises et de leurs salariés :

ce sont les salariés du quartier qui en parlent le mieux ! Selon l'enquête Viavoice 2024, 87 % d'entre eux se disent fiers de travailler à La Défense et 91 % sont globalement satisfaits du quartier.

#10

Un campus à ciel ouvert :

le développement du nombre d'étudiants du territoire s'accompagne d'un renforcement de l'offre de logements adaptés. Paris La Défense compte aujourd'hui près de 15 résidences étudiantes.

Pour en
savoir plus



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 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 du territoire, institutions, entreprises, établissements d'enseignement supérieur ou associations, grâce notamment aux clubs de Paris La Défense (*voir page 09*).

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

*Pour en
savoir plus*



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'activité.

Luxe & commerce de détail



Juridique & RH



Finance, assurance & banques



Énergies



Audit & consulting



Industries & production



Information & communication



Santé



Autres



Une offre d'enseignement supérieur de qualité

Au fil des années, Paris La Défense a séduit près de 70 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



Universités



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 leur contribution pour 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 en synergie les grands acteurs du territoire ayant des enjeux humains et économiques communs en créant des clubs et communautés par secteurs d'activité.

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

Ces cinq dernières années, le nombre d'étudiants sur le territoire a plus que doublé, atteignant aujourd'hui les 70 000 pour près de 70 établissements d'enseignement supérieur. Afin de les accueillir au mieux, 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 experts développement durable et RSE

Les entreprises, comme leurs collaborateurs, sont désormais sensibilisées à la responsabilité sociétale des entreprises (RSE) et mènent chacune des actions individuelles. Paris La Défense organise quatre fois par an des temps d'échanges conviviaux entre la communauté des directeurs du développement durable et celle des directeurs de la RSE. L'occasion de mieux connaître les actions solidaires et environnementales menées sur le territoire et de partager ses réflexions.

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 au sein d'entreprises allant de la PME aux grands groupes, de tous secteurs d'activité. Véritables vecteurs permettant d'innover, d'avancer ou de trouver des solutions, des rendez-vous réguliers entre experts sont organisés par l'établissement public sur l'actualité RH. Ces rencontres permettent aux participants de nourrir leur réseau, d'échanger entre voisins, d'asseoir leur 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 / Laëticia Wehmeyer, directrice de l'Expérience collaborateur, lwehmeyer@parisladefense.com



Club des assistants et office managers

Vous êtes en charge de l'organisation de séminaires, d'incentives ou d'événements corporate ? Découvrez en exclusivité les espaces événementiels et réceptifs du premier quartier d'affaires d'Europe, rencontrez leurs équipes et gagnez un temps précieux dans l'organisation de vos événements. À chaque rencontre du club : visites exclusives de lieux, échanges avec les acteurs du secteur et partage d'expériences entre pairs.

Contact : Anne de Livonnière, cheffe de projets Tourisme et événements BtoB, adelivonniere@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, de loisirs et de tourisme.

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 issus des plus prestigieux quartiers d'affaires internationaux, qui 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](#).

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 premier 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. Non certifiant, celui-ci prend la forme de sept sessions 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. Il a pour ambition de créer un fonds de dotation territorial qui 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'association 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, l'association Crée ton Avenir !!! - France (CTA France) agit depuis dix ans pour 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 la parrainant 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 euro aux personnes en situation de 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

Cette association 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. Le chaînon manquant cherche des bénévoles pour participer aux collectes et distributions.

Horaires : Missions de 4 heures 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, il 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 desservi par l'un des meilleurs réseaux de transports publics au monde, monté en puissance en 2024 avec l'arrivée de deux gares du RER E, et la ligne 15 ouest du Grand Paris Express à horizon 2031.

Les lignes desservant Paris La Défense :

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



Le vélo

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

En 2026, le quartier d'affaires accueillera 1 000 Vélib' et une station dans le parking Centre - Grande Arche.

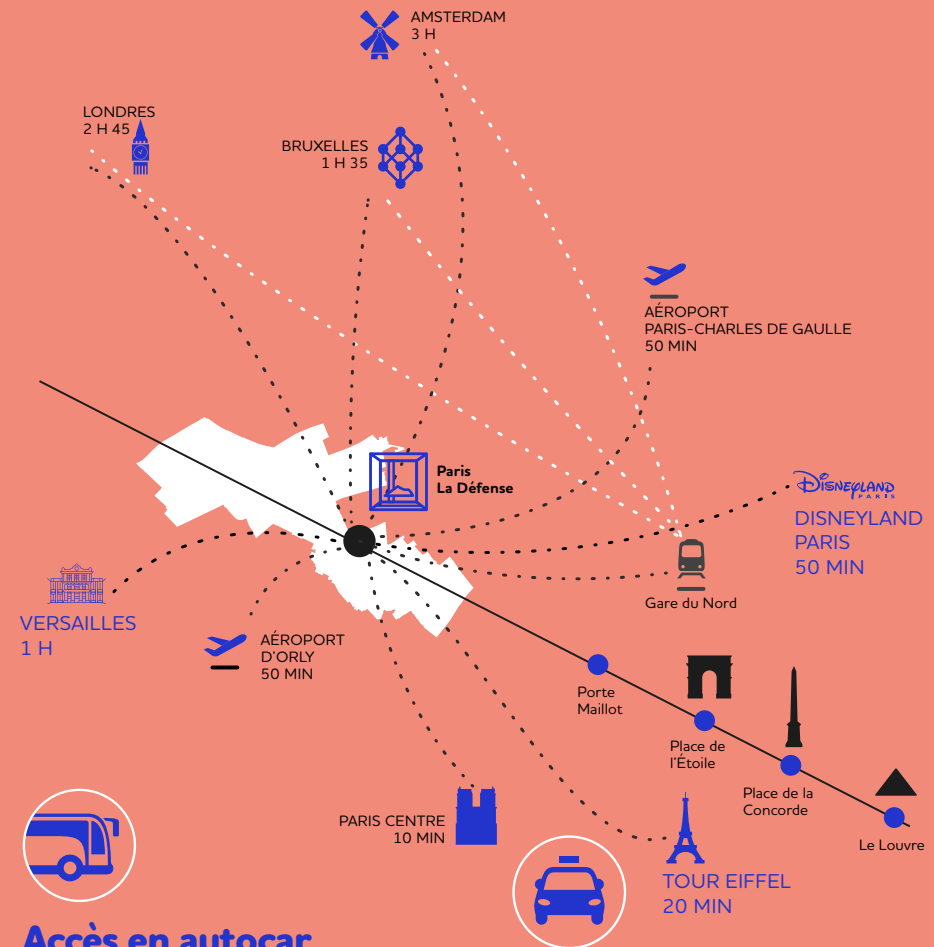


Parkings de La Défense

En voiture, l'accès au quartier d'affaires se fait depuis l'A14, l'A86 ou le boulevard Patrick-Devedjian. Au total, 22 000 places sont disponibles dans les neuf 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 voyageurs 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 : demandeaccesTJV@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

En 2026, une nouvelle station de taxis verra le jour dans le parking Centre - Grande Arche.



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 séminaire, 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 séminaire de la tour Hyfive. 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 ? 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 réunion ou d'amphithéâtres. Les lieux de séminaire vous accompagneront au mieux dans l'organisation de votre événement !



36 espaces
de séminaire
et coworking

Pour en
savoir plus





Aparthotel Adagio Access La Défense Puteaux

Les deux salles de séminaire 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 La Défense

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 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 – 92800 Puteaux
Infos : Site internet / mail : monnouveauprojet@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 séminaires d'entreprise 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 réception 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 : cœurdefense.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 qui proposent 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



Hilton Paris La Défense

Situé au cœur du bâtiment Westfield CNIT, l'hôtel entièrement rénové propose 530 m² d'espaces de réunion avec neuf salles bénéficiant d'une vue panoramique sur La Défense. Un service dédié accompagne l'organisation des événements et la réservation des chambres, pour des réunions réussies dans un cadre unique.

Espace : Coworking-séminaires

Capacité : De 10 à 200 personnes

Adresse : 2, place de La Défense – 92800 Puteaux

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



Deskeo La Défense

Deskeo propose des espaces de coworking au 13, cours Valmy à Puteaux. De nombreux services sont disponibles 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



Hubsy

Hubsy La Défense, 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 réunion privatisables et une grande salle pour organiser des événements.

Espace : Coworking-séminaires

Capacité : De 10 à 200 personnes

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

Infos : [Site internet](#) / 01 81 93 63 34



Deskeo tour Aurore

Dans la tour Aurore, Deskeo propose un tout nouveau business center avec des espaces de travail modulables pour les séminaires, conférences ou réunions. Le restaurant Stripe au rez-de-chaussée peut accueillir 80 personnes.

Espace : Séminaires

Capacité : De 10 à 200 personnes

Adresse : 18-19, place des Reflets – 92400 Courbevoie

Infos : [Site internet](#)



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



Fraser Suites Harmonie Paris La Défense

Située dans un cadre privilégié, à 2 minutes de l'esplanade de La Défense, la salle de séminaire offre un environnement calme, connecté et confortable. Qu'il s'agisse d'une réunion d'équipe, d'une formation ou de tout autre événement professionnel, le salon peut accueillir jusqu'à 16 personnes.

Espace : Séminaires

Capacité : De 10 à 30 personnes

Adresse : 6, boulevard de Neuilly – 92400 Courbevoie

Infos : [Site internet](#) / mail : sales.paris@frasershospitality.com / 01 55 23 26 26



Icône Oxygen

Idéalement situé à la sortie du métro Esplanade de La Défense, Icône Oxygen est la destination iconoclaste pour tous vos événements professionnels. Ce centre d'affaires 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'La Défense

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



La Charbonerie

À Puteaux, à deux pas du quartier d'affaires, La Charbonerie, installée dans un ancien entrepôt de charbon réhabilité, propose des espaces uniques et authentiques pour des séminaires d'entreprise.

Espace : Séminaires
Capacité : De 30 à 150 personnes
Adresse : 17, rue de l'Oasis – 92800 Puteaux
Infos : [Site internet](#) / mail : contact@dimezzo.fr / 06 35 56 71 06



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 abrite 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



Maison.A

Dans la tour Égée, Maison.A propose des espaces de séminaire, un foyer, un auditorium, une grande salle de réception, des 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



Mercure Paris La Défense Grande Arche

À proximité de la Grande Arche, 11 salles de réunion sont disponibles dans l'hôtel Mercure. Modulables, elles peuvent atteindre 130 m² et accueillir près de 60 personnes. L'hôtel propose également des espaces de coworking avec Wojo.

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



Mama Shelter

Le Mama Shelter Paris La Défense est un lieu design et modulable qui propose des espaces privatifs pour organiser des événements, des réunions, ou venir travailler seul ou à plusieurs. Différents 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



Morning

Installé dans la tour Légende, Morning propose de tout nouveaux espaces de coworking. L'entreprise met en location pour le mois des bureaux privatifs ou 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



Coworking et séminaires



Nest Paris La Défense

L'hôtel Nest Paris La Défense MGallery Collection dispose de quatre salles de réunion modulables pouvant accueillir jusqu'à 90 personnes. Un conseiller est dédié à chaque demande. L'hôtel propose également des espaces de coworking avec Wojo.

Espace : Coworking-séminaires
Capacité : De 30 à 150 personnes
Adresse : 34, cours Michelet – 92800 Puteaux
Infos : [Site internet](#) / mail : h0912@accor.com / 01 47 76 44 43



Okko Hotels Paris La Défense

Situé en plein centre du quartier d'affaires parisien, l'hôtel Okko Paris La Défense 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



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



Paris La Défense Arena

L'enceinte propose 13 000 m² d'espaces totalement modulables. Dix salles de réunion 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



Novotel Paris La Défense Esplanade

Le Novotel Paris La Défense Esplanade 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



Pullman Paris La Défense

Les 10 salles de réunion du Pullman peuvent accueillir jusqu'à 150 personnes et sont modulables en fonction de vos besoins. Les équipes Event sont disponibles pour préparer et gérer vos événements sur place le Jour J.

Espace : Séminaires
Capacité : De 10 à 200 personnes
Adresse : 11, avenue de l'Arche – 92400 Courbevoie
Infos : [Site internet](#) / mail : h3013@accor.com / 01 47 17 50 00



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 séminaire modulables, pouvant accueillir jusqu'à 120 personnes.

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



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



Coworking et séminaires



Regus tour Initiale

Proche de la station Esplanade de La Défense, l'espace Regus de la tour Initiale propose de nombreux espaces de coworking et des salles de réunion.

Espace : Coworking
Adresse : 1, terrasse Bellini – 92800 Puteaux
Infos : [Site internet](#)



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 privatifs sont à la 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



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 15 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 : ladefense@spacesworks.com / 01 87 16 80 00



Wojo Cœur Défense

Dans l'une des tours de Cœur Défense, Wojo propose plus de 300 postes de travail dans des espaces partagés ou des bureaux privatifs. 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





Restaurants, hôtels *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 de restaurants et d'hôtels s'offre à vous.

Avec plus de 200 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 qu'un coffee truck à découvrir le matin.

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 appart'hôtel, une chambre 3 étoiles ou une suite 5 étoiles !

20 
food trucks

Plus de
200 
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 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 : Français

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 apéritif, 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.policino@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, 12h30-14h30 et 19h-22h30

Adresse : 2261, boulevard de La Défense – 92000 Nanterre

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

POUR BOIRE UN VERRE



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'afterworks ! 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



Gargalou

Tout droit venu de Bordeaux, ce restaurant installé à Paris La Défense Arena promet une cuisine bistronomique pour le déjeuner et une ambiance conviviale le soir.

Spécialité : Français

Terrasse : Oui

Ouverture : Du lundi au vendredi toute la journée, le week-end en fonction de la programmation de l'Arena

Adresse : 155, jardins de l'Arche – 92000 Nanterre

Infos : [Site internet](#) / mail : nanterre@gargalou.fr / 01 40 85 93 41



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@pourvivreheureux.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 vin 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](#)

POUR UNE EXPÉRIENCE GASTRONOMIQUE



Eclipse

Ce bistrot 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'emblématique 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



Muses

Muses rythme la journée du matin au soir. Pour un petit-déjeuner gourmand, un déjeuner convivial, un afterwork animé par des DJ ou un dîner dans une ambiance élégante, rendez-vous au restaurant de l'hôtel Hilton Paris La Défense.

Spécialité : Français

Terrasse : Non

Ouverture : Du lundi au vendredi de 9 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

Où se restaurer ?



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 ainsi qu'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

Le Quinte & Sens propose une véritable expérience culinaire grâce à sa cuisine ouverte et à sa carte variée qui se concentre sur des produits locaux et responsables, et des assiettes colorées qui invitent à découvrir les saveurs du monde. Il est également possible de profiter du bar du restaurant et de sa terrasse en savourant l'un de ses cocktails création.

Spécialité : Français
Terrasse : Oui
Ouverture : Du lundi au dimanche, midi et soir
Adresse : 11, avenue de l'Arche – 92400 Courbevoie
Infos : [Site internet](#) / mail : hb3013-fb3@accor.com / 01 47 17 59 99



Tribe Table

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

Spécialité : Australien
Terrasse : Oui
Ouverture : Du lundi au dimanche, de 12h00 à 14h30 et de 19h à 22h30
Adresse : 11, rue de l'Abreuvoir – 92400 Courbevoie
Infos : [Site internet](#) / mail : hb879@accor.com / 01 81 22 23 60



Vatel

Le restaurant d'application de l'école d'hôtellerie Vatel s'est installé dans la tour Aurore. Pour le déjeuner ou le dîner, vous pourrez profiter d'un repas gastronomique préparé et servi par les élèves de l'école.

Spécialité : Français
Terrasse : Non
Ouverture : Du lundi au vendredi, midi et soir
Adresse : Pavillon - Tour Aurore – 92400 Courbevoie
Infos : [Site internet](#) / 01 42 26 26 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 composée 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. Elle est située 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 y 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

Située 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 pouvant 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, cette 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 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 deux-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 Harmonie 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 à 70 m², pour la plupart avec balcons, pour les voyageurs de longue durée et 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

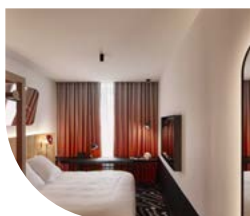
HÔTELS 3 ÉTOILES



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 286 chambres 3 étoiles, pouvant accueillir de deux à trois personnes.

Type d'hébergement : 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 propose une 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-Jaurès – 92800 Puteaux
Infos : [Site internet](#) / mail : parisladefense@mamashelter.com / 01 40 81 02 02

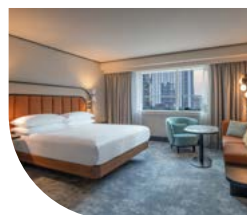
HÔTELS 4 ÉTOILES



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 réunion 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

Situé au pied de la Grande Arche et à seulement 10 minutes de l'Arc de Triomphe en transports en commun, l'hôtel, entièrement rénové, offre 153 chambres et suites élégantes. À découvrir également, tout au long de la journée, son restaurant Muses.

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 : melialadefense@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 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 est équipé 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

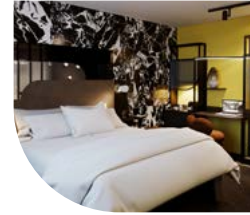
Où dormir ?



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.

Types d'hébergement : Chambres
Adresse : 2, boulevard de Neuilly – 92400 Courbevoie
Infos : [Site internet](#) / mail : h0747@accor.com / 01 41 45 23 23



Tribe Paris La Défense Esplanade

Le Tribe Paris La Défense Esplanade 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'hébergements : Chambres et suites
Adresse : 11, rue de l'Abreuvoir – 92400 Courbevoie
Infos : [Site internet](#) / mail : hb879@accor.com / 01 81 22 23 60



Novotel Paris La Défense Nanterre

Le Novotel Paris La Défense Nanterre a ouvert ses portes en 2025. Il propose 170 chambres, un restaurant et un bar lumineux, des salles de réunion, et un espace bien-être avec salles de fitness, de massage et une piscine intérieure.

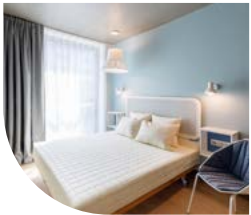
Types d'hébergement : Chambres et suites
Adresse : 14, rue des Trois-Fontanot – 92000 Nanterre
Infos : [Site internet](#) / mail : hb6t8@accor.com / 01 85 78 15 13



Nest Hotel Paris La Défense 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.

Types 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



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



Pullman Paris La Défense

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

Types d'hébergements : Chambres et suites
Adresse : 11, avenue de l'Arche – 92400 Courbevoie
Infos : [Site internet](#) / mail : h3013@accor.com / 01 47 17 50 00



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

HÔTELS 5 ÉTOILES

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, le quartier offre un décor unique pour se balader et 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 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.

 **60**
immeubles de
grande hauteur
(IGH)

Plus de  **60** œuvres d'art

 **30**
lieux d'activités

Les grands événements de Paris La Défense

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



Very Food Trip

Pendant quelques jours, les food trucks de Paris La Défense se réunissent dans un food court géant pour proposer une expérience culinaire unique, un voyage à travers les saveurs du monde.



Les Extatiques

Rendez-vous incontournable du quartier de La Défense, Les Extatiques célèbrent l'art contemporain à travers une saison artistique aux expériences variées.



Garden Parvis

C'est le festival de musique 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.



Le marché de Noël

Une institution, et ce, depuis plus de 30 ans ! Le marché de Noël de La Défense, le deuxième plus grand de France, 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 l'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. La totalité des dons collectés sont reversés à la recherche afin de trouver des traitements innovants et spécifiques.

[Site internet](#)

Challenge contre la faim

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

Contact : Marie Chevallier, mchevallier@actioncontrelafaim.org



Special Olympics

Special Olympics s'engage pour l'insertion sportive des personnes en situation de handicap mental. Depuis de nombreuses années, l'association organise une course solidaire interentreprises dans le quartier d'affaires.

[Site internet](#)

➔ [Consulter l'agenda de Paris La Défense](#)

Les activités

CULTURE



CGR Nanterre Cœur Université

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

Horaires : De 10h30 à 22h30, 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 10h à 23h, 7j/7
Adresse : Parvis de La Défense – 92800 Puteaux
Infos : [Site internet](#) / 08 26 88 07 00 / Application UGC Direct



La Contemporaine

La Contemporaine possède de multiples casquettes : elle est à la fois une bibliothèque, un musée et un centre d'archives. Créée en 1918, elle est dorénavant la seule institution en France à collecter, conserver et transmettre ses données sur l'histoire européenne au cours des XX^e et XXI^e siècles.

Horaires : Du mardi au samedi
Adresse : 184, cours Nicole-Dreyfus – 92000 Nanterre
Contact : [Site internet](#) / mail : actionculturelle@lacontemporaine.fr / 01 40 97 79 00



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 photographies, dans une salle polyvalente de 145 m².

Horaires : Du mercredi au vendredi de 12h à 18h et le samedi de 14h à 18h.
Œuvres exposées en vitrine visible 7j/7, 24h/24
Adresse : 57, boulevard de Pesaro – 92000 Nanterre
Contact : [Site internet](#) / mail : arts.plastiques@mairie-nanterre.fr / 01 41 37 62 67



Théâtre des Amandiers

Fondé dans les années 1960, le théâtre des Amandiers, installé à Nanterre, est devenu un centre dramatique national. Après sa récente rénovation, il propose à nouveau de nombreuses pièces de théâtre, tout au long de l'année.

Horaires : En fonction de la programmation
Adresse : 7, avenue Pablo-Picasso – 92000 Nanterre
Infos : [Site internet](#)



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 en simultanément.

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 vin 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 : Le samedi et le dimanche de 10h à 19h, sauf durant les vacances scolaires
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

Que faire ?



Explore Paris

Pour vous accompagner durant votre découverte du quartier d'affaires, le site internet Explore Paris, spécialiste des visites guidées du Grand Paris, vous propose de nombreuses visites thématiques.

Infos : [Site internet](#)



Zoo Art Show

Le Zoo Art Show, plus grand street show indoor d'Europe, a installé dans le quartier d'affaires une exposition immersive hors du commun ! Dans l'immeuble la Maison de La Défense, ce sont les œuvres de plus de 500 artistes internationaux que vous pourrez admirer sur quatre étages.

Horaires : Du mardi au dimanche, sur réservation
Adresse : 4, place de La Défense – 92800 Puteaux
Infos : [Site internet](#) / [Billetterie](#)



EXPÉRIENCES IMMERSIVES



Cité de l'Histoire

La Cité de l'Histoire propose deux expériences immersives de réalité virtuelle pour plonger les visiteurs dans l'histoire. Les secrets de la cathédrale Notre-Dame de Paris ou l'histoire de Paris, du village gaulois à l'accueil de l'exposition universelle, à vous de choisir ce que vous voulez découvrir.

Horaires : Du lundi au dimanche de 10 h à 18 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 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



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'échappée game de plus de 1 200 m². Team Break propose sept scénarios sur des thèmes de séries, de jeux télévisés ou de films, et un escape game en extérieur pour les beaux jours.

Horaires : Tous les jours de 9 h 45 à 00 h 30
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'initiation 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 La Défense

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 La Défense - 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 et vendredi de 6 h 30 à 21 h 30, 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 7 h 15 à 21 h, le samedi de 10 h à 18 h

Adresse : CNIT, niveau -1, 2, place de La Défense – 92800 Puteaux

Infos : [Site internet](#) / mail : ladeffense@dynamo-cycling.com



Fitness Park

Le club de sport Fitness Park est installé à moins de cinq minutes de la station La Défense - Grande Arche, au pied de la tour Cœur Défense. De nombreuses activités sont proposées sur 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 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 Pilates.

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 aux couleurs vives pour petits et grands allant jusqu'à 8 mètres de hauteur, ainsi que deux parcours d'accrobranche. Hapik propose aussi d'organiser des événements pour les groupes.

Horaires : Durant les vacances scolaires, 7j/7 de 9 h 45 à 19 h. Hors vacances scolaires, fermé les lundis, mardis et jeudis ; ouvert 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



Infinity

L'académie Infinity propose des cours d'arts martiaux pour adultes et enfants. Au programme : jiu-jitsu brésilien, kick-boxing, boxe ou encore MMA. Les séances sont adaptées au niveau et aux objectifs de chacun.

Horaires : Du lundi au samedi

Adresse : 57, jardins Boieldieu – 92800 Puteaux

Infos : [Site internet](#)

Que faire ?



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 dispense 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 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 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 huit terrains de foot en intérieur pour jouer à cinq contre cinq, 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 et le dimanche de 9 h à 21 h 30
Adresse : 85, avenue François-Arago – 92000 Nanterre
Infos : [Site internet](#) / 01 84 02 04 60



Toca Social

En 2026, Toca Social ouvre ses portes au Westfield CNIT. Une nouvelle expérience à vivre, tout droit venue du Royaume-Uni, qui mêle football interactif et jeux immersifs.

Horaires : à venir
Adresse : 2, place de La Défense – 92800 Puteaux
Infos : [Site internet](#)

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 séminaire et une nouvelle offre de restaurants et de boutiques ont ouvert avec la mise en service de la station du RER E.

Horaires : Tous les jours de 10 h à 20 h 30
Adresse : 2, parvis de La Défense – 92800 Puteaux
Infos : [Site internet](#) / 01 47 73 54 44



Westfield Les 4 Temps

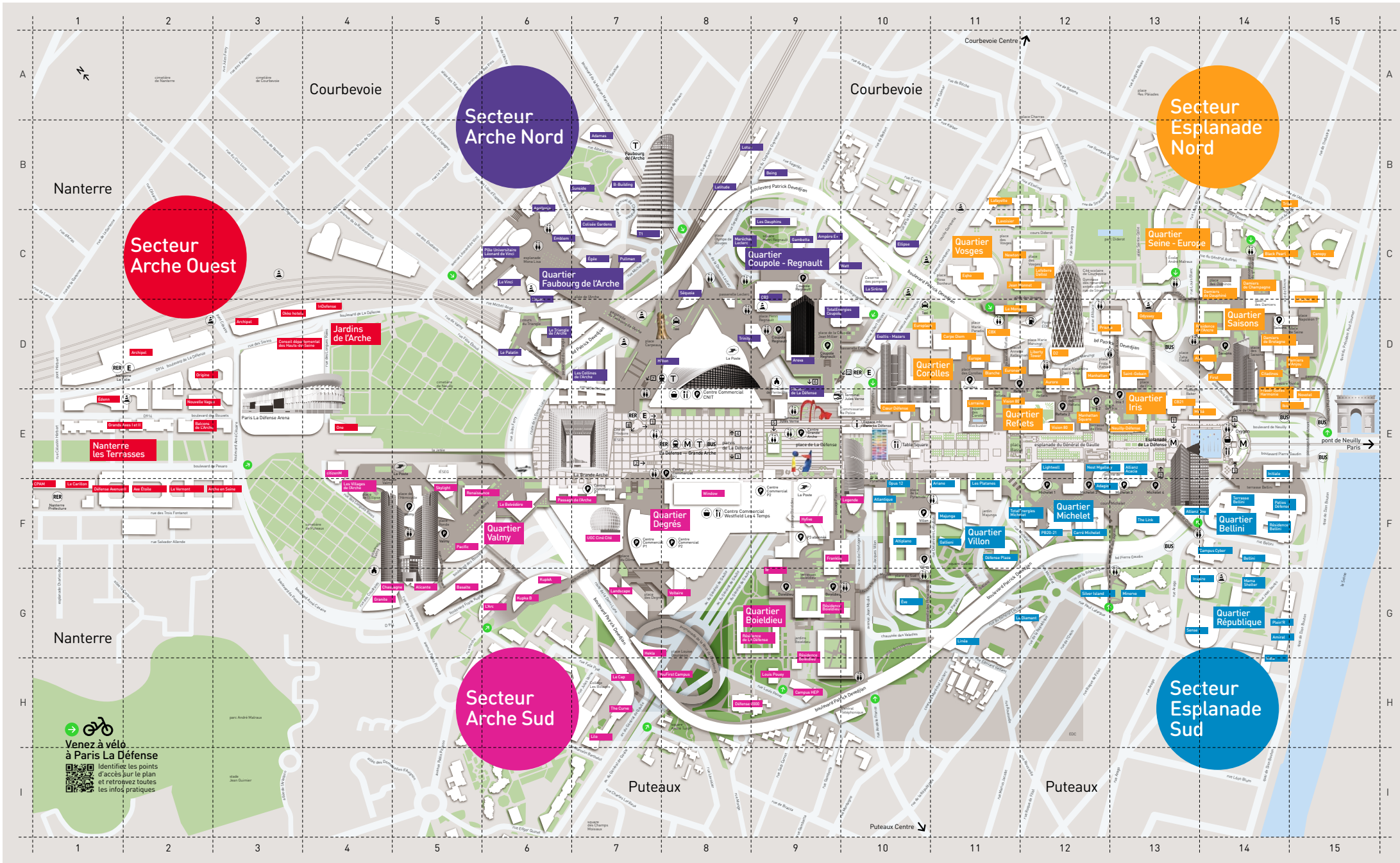
Construit dans les années 1980 et devenu, en 2024, l'un des plus grands centres commerciaux d'Europe, Westfield Les 4 Temps est en perpétuelle évolution. Il accueille plus de 200 boutiques, dont le plus grand Zara européen, un cinéma ou encore une cinquantaine de restaurants.

Horaires : Tous les jours de 10 h à 20 h 30
Adresse : 15, parvis de La Défense – 92800 Puteaux
Infos : [Site internet](#) / 01 47 73 54 44

Pour en
savoir plus



Plan piétons





Parcours

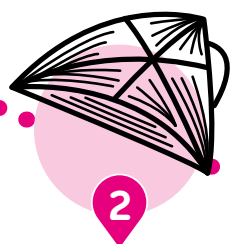
L'essentiel en 2 heures

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.



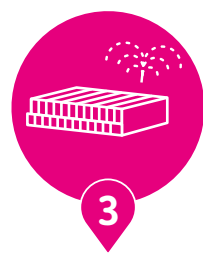
La Grande Arche

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.



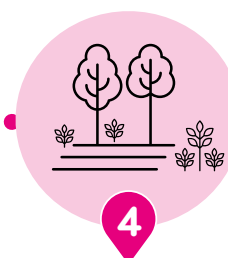
Le CNIT

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



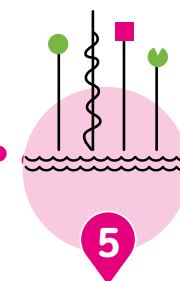
La Fontaine monumentale

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.



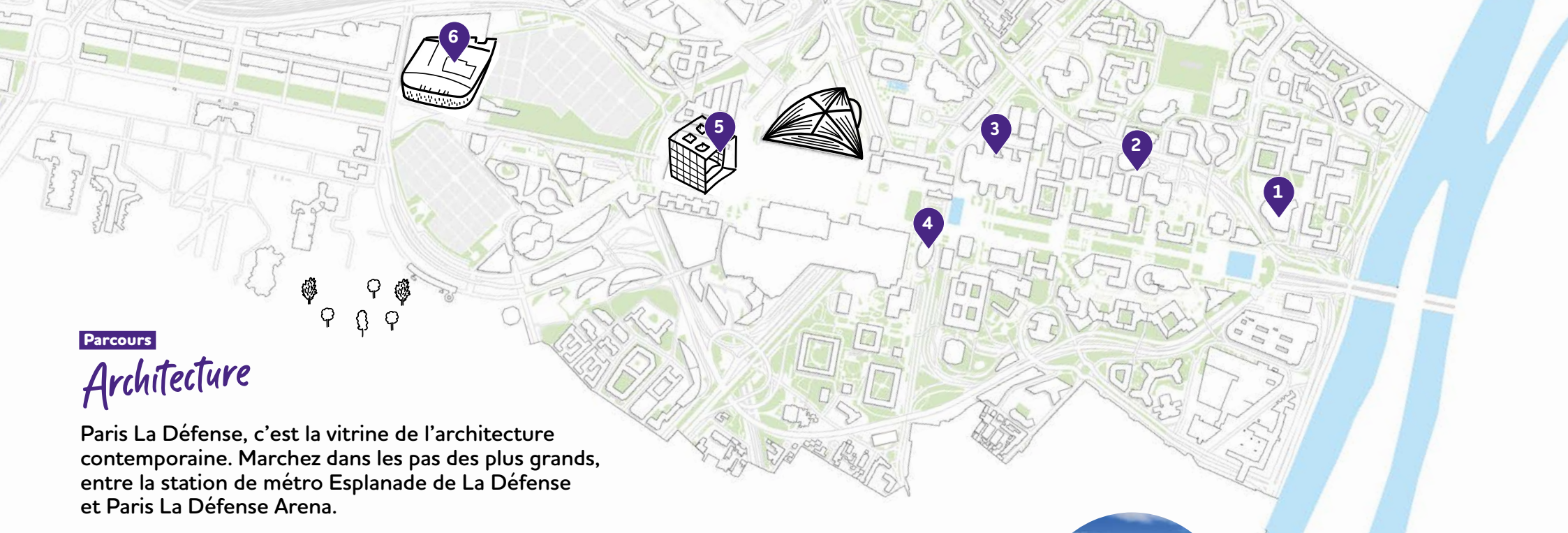
La place Basse

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 venir se reposer en famille le week-end dans le quartier d'affaires.



Le Bassin Takis

Enfin, à l'extrémité de l'esplanade, pique-niquez autour du Bassin 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.



1

La tour First

Impossible à louer, c'est la deuxième plus haute tour de France avec un sommet culminant à 231 mètres ! Lors de sa réhabilitation, la tour a été surélevée de 50 mètres.



2

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.



3

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.



4

La tour Légende

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



5

La Grande Arche

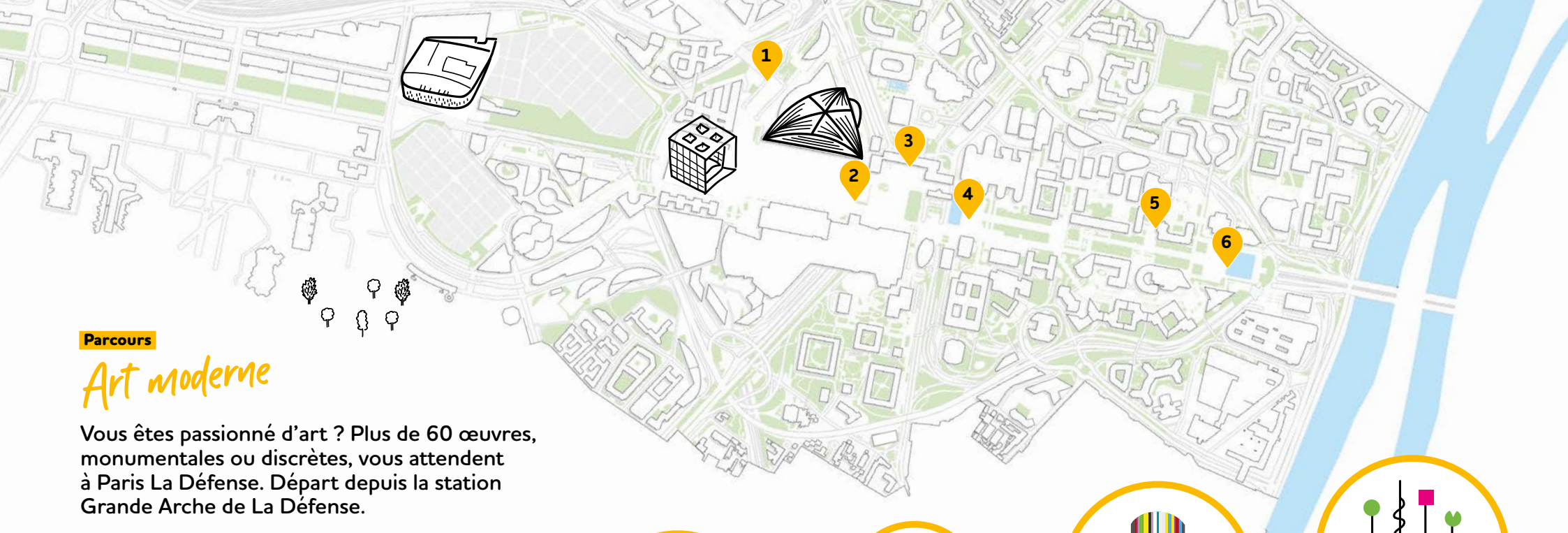
Conçue par le Danois Johan Otto von Spreckelsen et achevée par Paul Andreu, la Grande Arche est le bâtiment iconique du quartier d'affaires. Livrée en 1989, elle abrite des bureaux publics et privés.



6

Paris La Défense Arena

Imaginée par Christian de Portzamparc, c'est à la fois la plus grande salle indoor d'Europe, avec 45 000 places, et le stade résident du club de rugby Racing 92. Elle a accueilli les épreuves de natation des JOP de Paris 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.



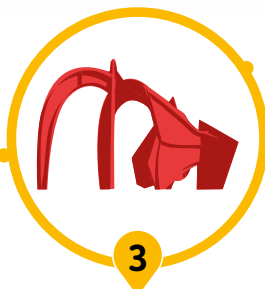
Le Pouce de César

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 mais aussi la vanité.



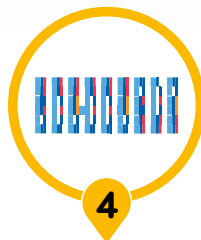
Les Personnages fantastiques

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.



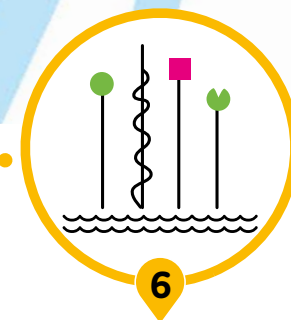
La Fontaine monumentale

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.



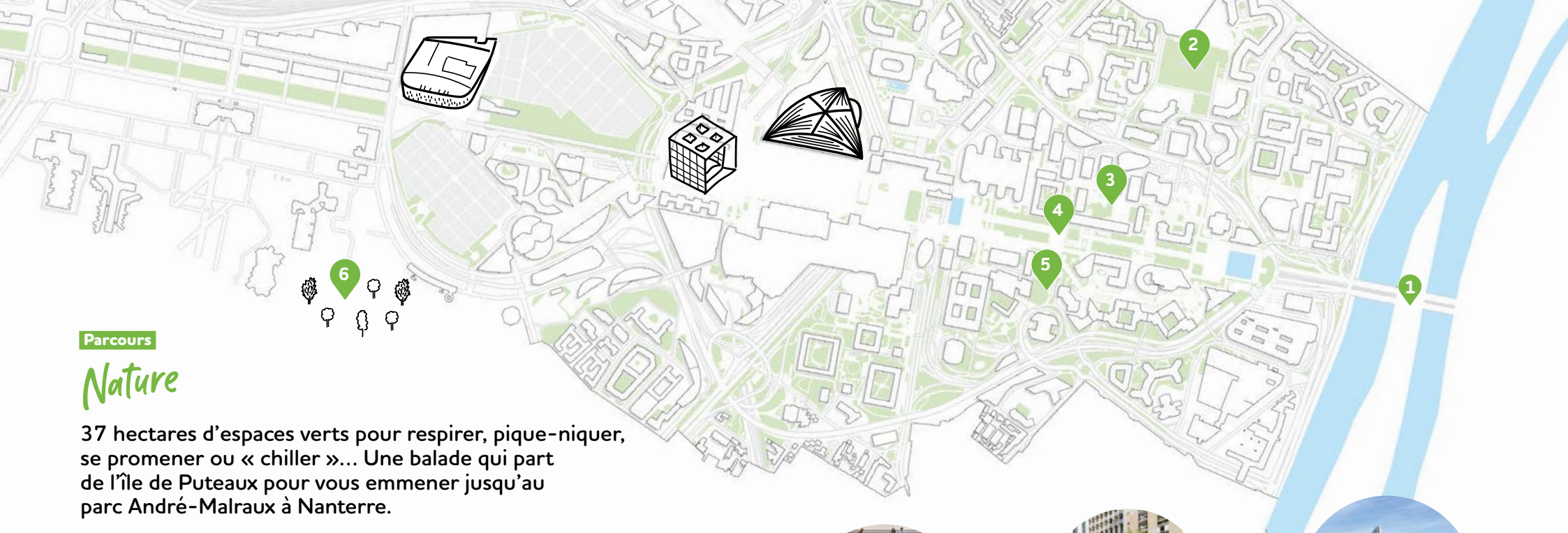
Le Moretti

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 Takis

Une véritable expérience sensorielle de l'artiste Takis pour ce bassin rectangulaire situé au bas de l'esplanade de La Défense. Dans le bassin sont réparties 49 tiges métalliques, 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.



1

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.



2

Le parc Diderot

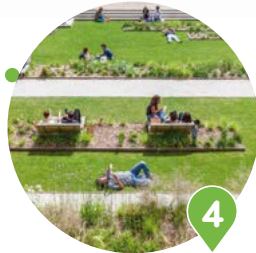
Avec son hectare de végétation, sa cascade monumentale et son dénivelé de 14 mètres, c'est un lieu propice au farniente, pour faire une pause ou un pique-nique sur la partie haute du parc. C'est aussi un espace de jeux pour enfants et un terrain multisports.



3

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 proposés par l'association Vivre Ensemble.



4

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.



5

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.



6

Le parc André-Malraux

Vaste parc paysager de 25 hectares au cœur de la ville de Nanterre, le parc offre aux visiteurs de larges pelouses, 400 essences de bois différentes et un point d'eau. C'est aussi 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

Pour en
savoir plus



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

En 2021, Paris La Défense s'est doté d'une raison d'être se fixant pour objectif de devenir le premier quartier post-carbone de dimension mondiale et de diviser par deux les émissions de gaz à effet de serre du territoire 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, en déclinant les indicateurs de performance durable à tous les projets d'espaces publics et immobiliers, en développant les énergies renouvelables et en poursuivant la décarbonation du réseau de chaleur.
- **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 et les personnes vulnérables ou exposées, en déclinant un plan d'adaptation suivi de l'organisation des États 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'engagements

La Charte d'engagements 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 cette 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'économies d'énergie

Lancé à l'initiative de l'Institut français pour la performance du bâtiment (IFPEB), 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. Pour sa dernière édition, le concours a permis d'économiser 14 GWh et d'éviter 900 tCO₂, soit 22,8 % d'économies d'énergie en moyenne en un an ([en savoir plus](#)).

Les projets d'espaces publics à Paris La Défense

Les projets d'espaces publics

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 la Fontaine Agam et le Bassin 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 pour lutter contre les îlots de chaleur et réduire les émissions de gaz à effet de serre du territoire tout en redonnant sa place à la nature en ville. La livraison du Parc est prévue pour 2028.



Quartier Michelet

Livré cette année, 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, et 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.

Pour voir tous
les projets d'espaces publics



Les projets de transport

Après la mise en service du RER E en 2024, l'offre de transports continuera à se renforcer dans les années à venir avec deux nouvelles gares au sein du quartier d'affaires et l'arrivée de la ligne 15.

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 au sein du 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 Groues, 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.

Pour voir tous
les projets de transport





Les projets immobiliers à Paris La Défense

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

Livrés



Ariane

Construite en 1975 par les architectes Jean de Mailly et Robert Zammit, la tour Ariane de 64 500 m² a fait l'objet d'une rénovation thermique et énergétique avec la transformation de sa façade, tout en réaménageant son lobby et en créant un business center.



Edenn

Projet neuf, l'immeuble Edenn à Nanterre, proche de Paris La Défense Arena et du quartier des Groues, accueillera prochainement le siège social de Schneider Electric sur 30 000 m² de bureaux, commerces et services.



Hopen

La restructuration de l'ex-tour Adria a permis de la rehausser de trois étages pour un volume de 65 000 m², dont 58 000 m² de bureaux et 7 000 m² de services et commerces, avec un socle commercial et un rooftop ouvert au public.



Inspire

Projet neuf, l'immeuble Inspire repose sur une structure bois qui s'élève sur sept niveaux et propose 22 300 m² de bureaux, ainsi que 1 400 m² de rooftop végétalisé et 550 m² de terrasses accessibles.

En travaux



CB3

Futur siège de Sanofi, l'immeuble CB3 fait l'objet d'une restructuration pour se transformer en un modèle bas carbone. Il proposera à l'avenir 34 400 m² de bureaux et 2 800 m² d'espaces extérieurs.



Nirvana

L'ex-immeuble Being, en cours de restructuration lourde et d'extension, prévoit 20 500 m² de bureaux et commerces.



Synergies

En restructuration, l'ex-immeuble Lotus proposera, sur neuf étages, 11 000 m² de bureaux (futurs sièges de Sogeprom et Fiducial) et 5 342 m² divisés en 77 logements sociaux (Rives de Seine Habitat).



The Link

Futur siège de TotalEnergies, le projet neuf de 54 étages (242 mètres de haut pour l'aile Arche, 178 mètres pour l'aile Seine) et 130 000 m² de bureaux sera livré cette année dans le quartier Michelet entièrement repensé et réaménagé.

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. Le plan se concentre autour de quatre grands objectifs :

1. 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, l'établissement public rénove les 6 kilomètres de voies sous dalle afin de créer des pistes cyclables sécurisées dès cette année et desservir les pieds d'immeuble et les parcs de stationnement sécurisés. La piste cyclable sur le pont de Neuilly rentrera en travaux à l'été 2026, et les connexions possibles avec le réseau Vélo Île-de-France sont à l'étude. Paris La Défense travaille également à développer des itinéraires et stationnements vélo ainsi que l'intermodalité avec les pôles d'échanges du territoire.

2. 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 accompagner les circulations, notamment par le jalonnement des trajets, et rappeler les règles afin que cyclistes et piétons puissent cohabiter sur la dalle.

3. 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.

4. Développer une offre de services pour les cyclistes

Paris La Défense veut renforcer son engagement envers les 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.

Pour en
savoir plus



L'arrivée du service Vélib'

En 2026, le quartier d'affaires de La Défense accueillera 1 000 Vélib' et une station dans le parking Centre-Grande Arche. Une arrivée très attendue par les salariés, les étudiants et les touristes, qui s'intègre parfaitement à la volonté de l'établissement public d'encourager les déplacements grâce aux mobilités douces.



2 200

places sur arceaux vélos

635

places sécurisées dans les parkings du territoire

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



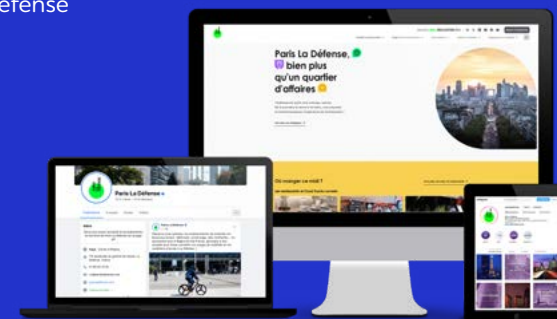
Nos supports d'information

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**, pour tout savoir sur Paris La Défense et 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 2026 • Conception : Agence Bastille • Photo de couverture : Anne-Claude Bardier • Crédits photos : La Contemporaine / Abaca Press
Francesco Luciani / Abaca Press Giuliano Ottaviani / Abaca Press Antoine Huot / Abaca Press Pascal Dieu / David Ralita / Fabrice Rambert / Pascal Reynaud /
Paul Tomasini / Samuel Guigues / Vatel / Westfield / Agathe Ingrand / Guisard-Novotel / Sabrina Budon / Blocbuster / Constance Decorde / Grégoire Grétonin /
Augustin Détienne / CrossFit Grande Arche / CrossFit Factory / Dynamo Cycling / Orange Emissive 2021 / Fitness Park / Forest Hill / Hapik / 11H45 / Teddy Lair /
La Terrasse / Neones / Pif à Papa / Team Break / UrbanSoccer / CD92 – Julia Brechler / Bénédite Topuz / CD92 – Martin Argyroglo / Hadrien Picard / Adagio /
Citadines / CitizenM / Fraser / Novotel-Ibis / Mama Shelter / Melià / Mercure / Nest / Pullman / Renaissance / Okko Hotels / Tribe / Noccio / Francis Amian /
Châteauform / CNIT Forest / Comet / Imagin'Office / Carlos Ayesta / Pierre Chatel-Viparis / Yvan Rossignol / Patrice Maurein /
Toca Social / Zoo Art Show / Théâtre des Amandiers.

