



**CAP
ESTEREL**
SPORTS & NATURE

L'AGENDA D'ACTIVITÉ JOURNÉE ET SOIRÉE

Du 15 au 21 Juin 2024



Activité Fitness à partir de 15 ans



Activité famille et soirée



Activité Tournois à partir de 12 ans

SAMEDI	DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<p>10h00 Renforcement musculaire Rdv Place de la Bravade Muscles renforcement</p>	<p>10h00 Cuisses, Abdos, Fessiers (CAF) Rdv Place de la Bravade Muscles Renforcement</p>	<p>10h00 Bras, Abdos, Fessiers (BAF) Rdv Place de la Bravade Arms, Abs and Gluts</p>	<p>10h00 Renforcement musculaire Rdv Place de la Bravade Muscles renforcement</p>	<p> CAP ESTEREL SPORTS & NATURE</p> <p>En cas de pluie veuillez consulter la réception principale pour tout changement éventuelle</p> <p> CAP ESTEREL SPORTS & NATURE</p>	<p>10h00 Core Training Rdv Place de la Bravade Core Training</p>	<p>10h00 Step Rdv Place de la Bravade Step</p>
<p>11h00 Step Rdv Place de la Bravade Step</p>	<p>11h00 Abdos Flash Rdv Espace des Arcades Abs flash</p>	<p>11h00 Step Rdv Place de la Bravade Step</p>	<p>11h00 Barre au sol Rdv Place de la Bravade Stretching</p>		<p>11h00 L.I.A Rdv Place de la Bravade Low Impact Aerobic</p>	<p>11h00 Zumb'dance Rdv place de la bravade Zumb'dance Meet us Arcades</p>
<p>12h00 Spécial Gainage Rdv Place de la Bravade Core Strength</p>	<p> 12h00 Aqua'dance Rdv Piscine à Vagues Aqua'dance</p>	<p>12h00 Stretching Rdv Place de la Bravade Stretching</p>	<p> 12h00 Aqua'Frite Rdv Piscine à Vagues Aqua'Frite</p>	<p> CAP ESTEREL SPORTS & NATURE</p>	<p>12h00 Yoga Fit Rdv Place de la Bravade Body Balance</p>	<p> 12h00 Aqua'dance Rdv Piscine à Vagues Aqua'dance</p>
<p>15h00 Tournoi de Football Rdv Terrains Multisports Basketball Tournament</p>	<p>16h00 Tournoi de Pétanque Rdv Place du Belvédère Pétanque Tournament</p>	<p> 17h30 Foire aux Jeux Rdv Place de la Bravade Funfair</p>	<p>15h00 Molkky Jeu de quilles finlandaises Rdv Place du Belvédère Molkky Tournament</p>	<p>16h00 Tournoi de Pétanque Rdv Place du Belvédère Pétanque Tournament</p>	<p>15h00 Tournoi de Basketball Rdv Terrains Multisports Basketball Tournament</p>	<p>15h00 Tournoi de Volleyball Rdv terrains Multisports Volleyball Tournament</p>
<p>17h30 Stretching Rdv Place de la Bravade Stretching</p>	<p></p>	<p>17h30 Foire aux Jeux Rdv Place de la Bravade Funfair</p>	<p>17h30-19h30 After Works DJ Music Lounge Place de la Bravade DJ Music Lounge</p>	<p>A partir de 16h00 Marché Provençal Place de la Bravade Provençal market</p>	<p>17h30 Stretching Rdv Place de la Bravade Stretching</p>	<p>18h30 Danse avec l'Anim Rdv Place de la Bravade Dance</p>
<p> 21h30 Spectacle école de Cirque Show Adulte Rdv Théâtre de Verdure Show Cirque</p>	<p> Départ 20h20 Balade au coucher du soleil « A la rencontre de l'île d'or » 4km – 1h45 Rdv place de la bravade Riding to the Dramont</p>	<p> 21h00 Diffusion Match Euro "France Vs Autriche" Rdv Espace des Arcades Fan Zone</p>	<p> 20h30 Line Dance Rdv Place de la Bravade Dance</p>	<p>17h30 Atelier Maquillage Rdv Place de la Bravade Make Up</p> <p></p>	<p>19h30 Blind Test Rdv place de la bravade Family Game</p> <p></p>	<p> 21h00 Diffusion Match Euro "France Vs Pays-Bas" Rdv chez vos commerçants Fan Zone</p>