



Activité Fitness à partir de 15 ans

Activité Tournois à partir de 12 ans

Activité Famille et Soirée

\*Pour des raisons de sécurité les places sont limitées

**Du 12 au 18 Avril 2025**

# L'AGENDA D'ACTIVITÉS JOURNÉES ET SOIRÉES

SAMEDI	DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<p><b>Bienvenue à Cap Esterel</b></p>  <p><b>Welcome to Cap Esterel</b></p>	 <p><b>10h Renfo / Strength</b> Place de la Bravade</p> <p><b>11h Cardio Attack</b> Place de la Bravade</p> <p><b>12h Abdo flash</b> Espace des Arcades</p>	<p><b>10h Tournoi de Football</b> Terrains Multisports</p>  <p><b>10h CAF</b> Cuisses, abdos, fessiers Legs, abs, glutes Place de la Bravade</p> <p><b>11h Zumb'dance</b> Place de la Bravade</p> <p><b>12h Yoga/Pilates</b> Espace des Arcades</p>	<p><b>10h Tournoi de Handball</b> Terrains Multisports</p> <p><b>10h30 Atelier créatif</b> Déco de bougies Sur inscription Réception</p> <p><b>10h Renfo / Strength</b> Place de la Bravade</p> <p><b>11h Circuit Training</b> Place de la Bravade</p> <p><b>12h Stretching</b> Espace des Arcades</p>	<p><b>10h Randonnée</b> Tour du Dramont 6km - 2h15</p>  <p><b>10h CAF</b> Cuisses, abdos, fessiers Legs, abs, glutes Place de la Bravade</p> <p><b>11h Step</b> Place de la Bravade</p> <p><b>12h Gainage / Core</b> Espace des Arcades</p>	<p><b>10h Tournoi de Football</b> Terrains Multisports</p> <p><b>10h30 Atelier créatif</b> Création cadre photo Sur inscription Réception</p> <p><b>10h Yoga / Pilates</b> Place de la Bravade</p> <p><b>11h Power Dance</b> Place de la Bravade</p> <p><b>12h Stretching</b> Espace des Arcades</p>	<p><b>10h Tournoi de Volleyball</b> Terrains Multisports</p>  <p><b>10h Renfo / Strength</b> Place de la Bravade</p> <p><b>11h Cardio Combat</b> Place de la Bravade</p> <p><b>12h Abdo Flash</b> Espace des Arcades</p>
<b>Après-Midi / Afternoon</b>						
<p><b>16h-18h Desk Animation + Atelier maquillage</b> Reception</p> <p><b>17h30 Street Workout</b> Place de la Bravade</p>	<p><b>15h Tournoi de Pétanque</b> Place du Belvédère</p> <p><b>16h-19h Desk Anim Reception</b></p> <p><b>17h Willy Wonka Land</b> Kermess de Pâques + Meet "Happy'z" Place de la Bravade</p>	<p><b>15h Tournoi de Basketball</b> Terrains Multisports</p> <p><b>17h Balade</b> Les balcons de l'Esterel 3km - 1h30 Place de la Bravade</p>	<p><b>15h Molky</b> Jeu de quilles Finlandaise Place du Belvédère</p> <p><b>17h Dance &amp; Fun</b> Initiation danse Place de la Bravade</p>	<p><b>15h Tournoi de Pétanque</b> Place du Belvédère</p> <p><b>À partir de 16h Marché Provençal</b> Place de la Bravade</p>	<p><b>15h Tennis de Table</b> Espace des Arcades</p> <p><b>15h30 Cap Boyard</b> Family Game Place de la Bravade</p>	<p><b>15h Randonnée</b> Rastel d'Agay 7km - 2h30 Plage du Togo Agay ! Besoin de voiture ! ! Car needed !</p> <p><b>17h Cross Training</b> Espace des Arcades</p>
<b>Soirée / Evening</b>						
<p><b>21h Cinéma</b> « Alice aux pays des merveilles » Espace des Arcades</p>	<p><b>18h30-19h30 &amp; 20h30-21h30 Concert</b> "KAYL'A" Place de la Bravade</p>	<p><b>17h30 Atelier Maquillage</b> Place de la Bravade</p> <p><b>18h Jeu apéro</b> café des îles</p> <p><b>21h Théâtre</b> "Edouard et Miky" Espace des Arcades</p>	<p><b>18h Kids Parade</b> Place de la Bravade</p> <p><b>21h Blind Test</b> Espace des Arcades</p>	<p><b>17h30 Crée ton costume de pâques</b> Inscription à la réception obligatoire Club Aventurier 7/11</p>	<p><b>18h "Happy'z" Disco</b> Espace des Arcades</p> <p><b>21h Dance Night "Soirée Blanche"</b> Espace des Arcades</p>	<p><b>21h *WONDERLAND</b> Spectacle présenté par votre équipe Cap Esterel Espace des Arcades</p>