



**CAP
ESTEREL**
SPORTS & NATURE

AGENDA DES ACTIVITES

Du 19 au 25 Juillet 2025

Matinées

*Samedi
19 juillet*

Bienvenue à
CAP ESTEREL



Welcome to
CAP ESTEREL

*Dimanche
20 juillet*



09:00 Place de la Bravade
CAF Renforcement musculaire



09:30 Terrains Multisports
Tournoi de Basketball



10:00 Place de la Bravade
Latin Dance



11:00 Place de la Bravade
Stretching



*Lundi
21 juillet*



09:00 Place de la Bravade
RENFO



09:30 RDV Pl. du Togo Agay
Randonnée
Rastel d'Agay 7km - 2h30



10:00 Place de la Bravade
Cardio Combat



11:00 Place de la Bravade
Abdo Flash



11:30 Piscine à vagues
Aqua Games

*Mardi
22 juillet*



09:00 Place de la Bravade
Circuit Training



09:30 Terrains Multisports
Tournoi de Handball



10:00 Place de la Bravade
Step



11:00 Place de la Bravade
Gainage



11:30 Piscine à vagues
Aqua Dance

*Mercredi
23 juillet*



09:30 RDV Pl. de la Bravade
Randonnée
Tour du Dramont 6km - 2h15



Fitness Beach

Prévoir Serviettes



Plage du Débarquement



10:15
RENFO



11:15
YOGA/PILATES

*Jeudi
24 juillet*



09:00 Place de la Bravade
CAF Renforcement musculaire



09:30 Terrains Multisports
Tournoi de Football



10:00 Place de la Bravade
Cardio Attack



11:00 Place de la Bravade
Stretching



11:30 Piscine à vagues
Aqua Games

*Vendredi
25 juillet*



09:00 Place de la Bravade
YOGA/PILATES



10:00 RDV Plage d'Agay
Beach Volley



10:00 Place de la Bravade
Power Dance



11:00 Place de la Bravade
Abdo Flash



11:30 Piscine à vagues
Aqua Dance



Activités Fitness
A partir de 15 ans



Activités Familles



Activités tournois
A partir de 12 ans



Activités aquatiques

Le programme d'animation ainsi que les lieux sont susceptibles d'être modifiés en fonction des conditions météorologiques. N'hésitez pas à vous informer auprès de la réception Pierre & Vacances