



**CAP
ESTEREL**
SPORTS & NATURE

AGENDA DES ACTIVITES

Du 9 au 15 août 2025

Matinées

**Samedi
9 août**

**Bienvenue à
CAP ESTEREL**



**Welcome to
CAP ESTEREL**



**Dimanche
10 août**



09:00 Place de la Bravade
CAF Cuisses Abdos Fessiers



09:30 RDV Pl. de la Bravade
Randonnée 3 km - 1h30
Balcons de l'Esterel



10:00 Place de la Bravade
Latin Dance



11:00 Place de la Bravade
Stretching



11:30 Piscine à vagues
Aquagym/Aquafrites**

**Lundi
11 août**



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

**Mardi
12 août**



09:00 Place de la Bravade
CAF



09:30 Terrains Multisports
Tournoi de Basketball



10:00 Place de la Bravade
Power Dance



11:00 Place de la Bravade
Yoga/Pilates



11:30 Piscine à vagues
Aqua Games



11:30 Maison Père Léon
Dégustation de vin
Domaines & Châteaux du Var

**Mercredi
13 août**



09:30 RDV Parking S^e Baume
Randonnée 5km - 2h15
Cap Roux & Massif de l'Esterel



Plage du Débarquement
Prévoir Serviette



10:15
RENFO



11:15
Abdo Flash



11:30 Piscine à vagues
Aquagym/Aquafrites**

**Jeudi
14 août**



09:00 Place de la Bravade
CAF Cuisses Abdo Fessiers



09:30 Terrains Multisports
Tournoi de Football



10:00 Place de la Bravade
Cardio Combat



11:00 Place de la Bravade
Stretching



11:30 Piscine à vagues
Aqua Games

**Vendredi
15 août**



09:00 Place de la Bravade
YOGA/PILATES



10:00 RDV Plage d'Agay
Beach Volley



10:00 Place de la Bravade
Cardio Training



10:00 Espace des Arcades
Atelier* Style & Créa
Réinvente ton look



11:00 Place de la Bravade
Fessiers Express



11:30 Piscine à vagues
Aqua Dance

Fitness Beach

Activités Fitness
A partir de 15 ans

Activités Familles

Activités tournois
A partir de 12 ans

Activités aquatiques

* Sur inscription Réception P&V
** Organisé par LN Services