



**CAP
ESTEREL**
SPORTS & NATURE

AGENDA DES ACTIVITÉS

Du 23 au 29 août 2025 - Matinées

**Samedi
23 août**

**Bienvenue à
CAP ESTEREL**



**Welcome to
CAP ESTEREL**

**Dimanche
24 août**



09:00 Place de la Bravade
CAF Cuisses Abdos Fessiers



09:30 Terrains Multisports
Tournoi de Basketball



10:00 Place de la Bravade
Zumb'Aloha



11:00 Place de la Bravade
Stretching



11:30 Piscine à vagues
Aquafit**

**Lundi
25 août**



09:00 Place de la Bravade
Renfo



09:30 RDV Parking Col de
Belle Barbe (Esterel)
Randonnée 4 km - 1h45
Etang d'Aubert



10:00 Place de la Bravade
Cardio Combat



11:00 Place de la Bravade
Abdo Flash



11:30 Piscine à vagues
Aqua Games

**Mardi
26 août**



09:00 Place de la Bravade
Circuit Training



09:30 Terrain Multisport
Tournoi de Handball



10:00 Place de la Bravade
Step



10:00 Espace des Arcades
Quizz USA



11:00 Place de la Bravade
Gainage



11:30 Piscine à vagues
Aqua Dance

**Mercredi
27 août**



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



10:00 Espace des Arcades
Atelier* Créa Customisation



Plage du Débarquement
Prévoir Serviette



10:15
RENFO



11:15
Stretching



11:30 Piscine à vagues
Aquafit**

**Jeudi
28 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 Attack



11:00 Place de la Bravade
Abdo Flash



11:30 Piscine à vagues
Aqua Games

**Vendredi
29 août**



09:00 Place de la Bravade
YOGA/PILATES



09:30
Balade Gourmande*
10€/personne



10:00 RDV Plage d'Agay
Beach Volley



10:00 Place de la Bravade
Power Dance



11:00 Place de la Bravade
Fessiers Express



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

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