



## AGENDA DES ACTIVITÉS

### Du 8 au 14 septembre 2025

#### Lundi 8 septembre

-  09:30 Place de la Bravade  
**RENFO**
-  10:30 Place de la Bravade  
**Cardio Training**
-  11:30 Place de la Bravade  
**Abdo Flash**
-  11:45 Piscine à vagues  
**Aqua Games**
-  15:00 Espace des Arcades  
**Tournoi Tennis de table**
-  18:30 Le Grand Bleu  
**Bowling Fly'n Ducks**
-  20:30 Espace des Arcades  
**Soirée Bingo\***

#### Mardi 9 septembre

-  09:30 Place de la Bravade  
**Circuit Training**
-  10:30 Place de la Bravade  
**Step**
-  11:30 Place de la Bravade  
**Gainage**
-  11:45 Piscine à vagues  
**Aquafit\*\***
-  15:00 RDV Parking Cal de Belle Barbe (Massif de l'Esterel)  
**Randonnée**  
Étang d'Aubert 4km - 1h45
-  18:30 Place de la Bravade  
**Jeu "Ou Suis-je?"**

#### Mercredi 10 septembre

-  09:30 RDV Pl. de la Bravade  
**Randonnée**  
Balcons de l'Esterel 3km - 1h30
-  11:45 Piscine à vagues  
**Aquafit\*\***
-  À partir de 16:00 Pl. de la Bravade  
**Marché Provençal**
-  18:30 Place de la Bravade Rue commerçante  
**Jeux Terrasses**
-  20:30 Place de la Bravade  
**CAP Lanta**

#### Jeudi 11 septembre

-  09:30 Place de la Bravade  
**Body Zen**
-  10:00 Terrain Multisport  
**Tournoi de Football**
-  10:30 Place de la Bravade  
**Cardio Combat**
-  11:30 Place de la Bravade  
**Stretching**
-  15:00 RDV Pl. de la Bravade  
**Randonnée**  
Tour du Dramont 6km - 2h15
-  16:45 Piscine à vagues  
**Concours de Plongeon**
-  17:30 Rue Commerçante  
**Rallye Photo Musique**  
Jeu Autonome
-  20:30 Espace des Arcades  
**Cinéma Mufasa\***

#### Vendredi 12 septembre

-  09:30 Place de la Bravade  
**BAF**
-  10:30 Place de la Bravade  
**Step**
-  11:30 Place de la Bravade  
**Abdo Flash**
-  11:45 Piscine à vagues  
**Aquafit\*\***
-  15:00 Le Spot  
**Atelier Créa\*\*\***
-  18:30 Le Café des Îles  
**Jeux Apéro**
-  20:30 Espace des Arcades  
**Soirée Quizz**

#### Samedi 13 septembre

-  09:30 Place de la Bravade  
**CAF**
-  10:30 Place de la Bravade  
**Cardio Training**
-  11:30 Place de la Bravade  
**Abdo Flash**
-  15:00 Terrains Multisport  
**Tournoi de Pétanque**
-  16:30 Piscine à vagues  
**Aquafit\*\***
-  18:00 Place de la Bravade  
**Blind Test Cinéma**
-  20:30 Espace des Arcades  
**Soirée Années 50/60\***  
Danser le Rock

#### Dimanche 14 septembre

-  09:30 Place de la Bravade  
**Yoga/Pilates**
-  10:30 Place de la Bravade  
**Power Dance**
-  11:30 Place de la Bravade  
**Gainage**
-  11:45 Piscine à vagues  
**Aqua Move**
-  16:00 Place de la Bravade  
**Jeux Défis**
-  17:00 RDV Tennis/Padel Ultra  
**Initiation Padel\*\*\***

 **Lieu de RDV à rejoindre en voiture**

 **Activités Fitness**  
A partir de 15 ans

 **Activités Familles**

 **Activités tournois**  
A partir de 12 ans

 **Activités aquatiques**

\* Places limitées pour raisons de sécurité

\*\* Organisé par LN Services

\*\*\* Sur Inscription réception P&V