

ACTIVITÉS FAMILLE

ACTIVITÉS TOURNOIS à partir de 12 ans

ACTIVITÉS FITNESS à partir de 15 ans

*pour des raisons de sécurité les places sont limitées

SEMAINE DU 6 AU 12 OCTOBRE

L'AGENDA ACTIVITÉS ET SOIRÉES

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
			09:30 BALADE GOURMANDE* 10€/PERSONNE RDV PARKING PAUL VERNET FREJUS SUR INSCRIPTION	09:30 JOURNÉE VISITE GRASSE : MUSÉE DE PARFUM + ATELIER* 59€/PERSONNE RDV RÉCEPTOIN P&V SUR INSCRIPTION	10:00 TOURNOI DE MOLKKY TERRAINS MULTISPORTS	09:30 RANDONNÉE TOUR DU DRAMONT - 6KM - 2H15 RDV PLACE DE LA BRAVADE
09:30 BODY ZEN PLACE DE LA BRAVADE	09:30 CIRCUIT TRAINING PLACE DE LA BRAVADE	09:30 RANDONNÉE L'ETANG D'AUBERT - 4KM - 1H45 RDV PARKING COL DE BELLE BARBE MASSIF DE L'ESTEREL	09:30 CAF ESPACE DES ARCADES	09:30 BAF ESPACE DES ARCADES	09:30 RENFO PLACE DE LA BRAVADE	09:30 BAF PLACE DE LA BRAVADE
10:30 CARDIO TRAINING PLACE DE LA BRAVADE	10:30 STEP PLACE DE LA BRAVADE		10:30 CARDIO COMBAT ESPACE DES ARCADES	10:30 CIRCUIT TRAINING ESPACE DES ARCADES	10:30 POWER DANCE PLACE DE LA BRAVADE	11:30 YOGA/PILATES PLACE DE LA BRAVADE
11:30 ABDOS FLASH PLACE DE LA BRAVADE	11:30 GAINAGE PLACE DE LA BRAVADE		11:30 ABDOS FLASH ESPACE DES ARCADES	11:30 STRETCHING ESPACE DES ARCADES	11:30 GAINAGE PLACE DE LA BRAVADE	11:30 FESSIERS EXPRESS PLACE DE LA BRAVADE
APRÈS-MIDI / AFTERNOON						
16:00 TENNIS DE TABLE ESPACE DES ARCADES	15:30 RANDONNÉE BALCONS DE L'ESTEREL 3KM - 1H30 RDV PLACE DE LA BRAVADE	16:00 TOURNOI DE PÉTANQUE TERRAINS MULTISPORTS	14:30 ATELIER GOÛTER* SUCRERIE CLUB 3-6 / PLACE DU PÊCHEUR	15:00 RANDONNÉE RASTEL D'AGAY - 7KM - 2H30 RDV PLACE DU TOGO AGAY	16:00 TOURNOI DE PÉTANQUE TERRAINS MULTISPORTS	15:00 JEUX FAMILLE ESPACE DES ARCADES
18:00 FLY'N DUCKS LE GRAND BLEU	17:00 ATELIER DIY* DÉCORE TA TASSE DE CAFÉ/THÉ LE SPOT	17:30 CROSS TRAINING ESPACE DES ARCADES	17:00 ATELIER RESPIRATION* LE SPOT	18:00 JEUX APÉRO CAFE DES ILES	18:00 CONNAISEZ- VOUS LES PAROLES COMMERÇANTS DU VILLAGE	17:00 INITIATION PADEL* RDV TENNIS/PADEL (ULTRA)
SOIRÉES / EVENING						
18:30 RANDONNÉE COUCHER DE SOLEIL DANS L'ESTEREL PLACE DE LA BRAVADE	APD 16:00 MARCHÉ PROVENÇAL PLACE DE LA BRAVADE	21:00 SOIRÉE BINGO ESPACE DES ARCADES	18:00 PRÉ SOIRÉE TEA TIME* VENEZ CRÉER UNE TISANE LE SPOT	21:00 CINEMA* "FRENCH LOVER" ESPACE DES ARCADES	21:00 SOIRÉE KARAOKÉ* COCO LOCO	SEE YOU SOON CAP ESTEREL