



**CAP
ESTEREL**
SPORTS & NATURE

Agenda des Activités

Du 25 au 31 octobre 2025 - Matinées

**Samedi
25 octobre**

Bienvenue à
Cap Esterel



Welcome to
Cap Esterel

**Dimanche
26 octobre**



09:30 Place de la Bravade
BAF



10:00 Terrain Multisports
Tournoi de Basketball



10:30 Place de la Bravade
Step



11:30 Place de la Bravade
Abdo Flash

**Lundi
27 octobre**



09:30 Place de la Bravade
Renfo



10:00 Terrains Multisports
Tournoi de Football



10:30 Place de la Bravade
Cardio Training



11:30 Place de la Bravade
Yoga/Pilates

**Mardi
28 octobre**



09:30 Place de la Bravade
Body Zen



10:00 Terrains Multisports
Tournoi de Volleyball



10:30 Place de la Bravade
Cardio Combat



10:30 Le Spot
Atelier Créa*
Bougeoir en verre Halloween



11:30 Place de la Bravade
Abdo Flash

Happy

Halloween



**Mercredi
29 octobre**



09:30 Place de la Bravade
CAF



10:00 RDV Pl. de la Bravade
Randonnée
Tour du Dramont - 6km 2h15



10:30 Place de la Bravade
Circuit Training



11:30 Place de la Bravade
Gainage

**Jeudi
30 octobre**



09:30  Parking Paul
Vernet Fréjus
Balade Gourmande*
10€/personne



09:30 Place de la Bravade
Yoga/Pilates



10:00 Terrain Multisports
Tournoi de Handball



10:30 Place de la Bravade
Power Dance



11:30 Place de la Bravade
Fessiers Express

**Vendredi
31 octobre**



09:30 Place de la Bravade
CAF



10:30 Le Spot
Atelier Créa*
Sac à bonbons



10:30 Place de la Bravade
Zumba'Loween



11:30 Place de la Bravade
Stretching



Activités Fitness
A partir de 15 ans



Activités Familles



Activités tournois
A partir de 12 ans



Lieu de RDV en
dehors de CAP ESTEREL

* Sur inscription Réception P&V