



AGENDA DES ACTIVITÉS

Du 04 au 10 avril 2026 - Matinées

**Samedi
04 avril**

**Bienvenue à
CAP ESTEREL**



**Welcome to
CAP ESTEREL**

**Dimanche
05 avril**



09:30 Place de la Bravade
RENFO



10:00 Terrain Multisport
Tournoi de football
A partir de 12 ans



10:30 Place de Bravade
Cardio Attack



11:30 Espace des Arcades
Abdo Flash

**Lundi
06 avril**



09:30 Place de la Bravade
BAF



10:00 Terrain Multisport
Tournoi de Basketball
A partir de 12 ans



10:30 Place de la Bravade
Circuit Training



11:30 Espace des Arcades
Yoga/Pilates

**Mardi
07 avril**



09:30 Place de la Bravade
CAF



10:00 Terrain Multisport
Tournoi de Handball
A partir de 12 ans



10:30 Spot
Atelier Créa* Bracelet



10:30 Place de la Bravade
Step



11:30 Espace des Arcades
Gainage

**Mercredi
08 avril**



09:30 Place de la Bravade
RENFO



10:00 RDV Place de la Bravade
Randonnée 3 km - 1h30
Balcons de l'Esterel



10:30 Place de la Bravade
Power Dance



11:30 Espace des Arcades
Gainage

**Jeudi
09 avril**



09:30 Place de la Bravade
Réveil musculaire



10:00 Terrains Multisports
Tournoi de Football
A partir de 12 ans



10:30 RDV Espace des Arcades
Défi en famille
Jeux Sportifs



10:30 Place de la Bravade
Cardio Combat



11:30 Espace des Arcades
Stretching

**Vendredi
10 avril**



09:30 Place de la Bravade
YOGA/PILATES



10:00 Terrain Multisport
Tournoi de Volleyball
A partir de 12 ans



10:30 Place de la Bravade
Circuit Training



11:30 Espace des Arcades
Abdo Flash

**Activités Fitness
A partir de 15 ans**

Activités Familles

**Activités tournois
A partir de 12 ans**

* Sur inscription Réception P&V