



AGENDA DES ACTIVITÉS

Du 11 au 17 avril 2026 - Matinées

**Samedi
11 avril**

**Bienvenue à
CAP ESTEREL**



**Welcome to
CAP ESTEREL**

**Dimanche
12 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
13 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
14 avril**



09:30 Place de la Bravade
CAF



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



10:30 Spot
Quizz de Pâques



10:30 Place de la Bravade
Step



11:30 Espace des Arcades
Gainage

**Mercredi
15 avril**



09:30 Place de la Bravade
RENFO



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



10:30 Place de la Bravade
Power Dance



11:30 Espace des Arcades
Gainage

**Jeudi
16 avril**



09:30 Place de la Bravade
Réveil musculaire



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



10:30 Piscine Grand Bleu
Quizz Time



10:30 Place de la Bravade
Cardio Combat



11:30 Espace des Arcades
Stretching

**Vendredi
17 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