



SEMAINE DU 5 AU 11 SEPTEMBRE

ACTIVITÉS FAMILLE

ACTIVITÉS TOURNOIS à partir de 12 ans

ACTIVITÉS FITNESS à partir de 15 ans

**sur inscription à la réception P&V

!!Le port de baskets et d'un t-shirt sont obligatoires pour les randonnées, tournois et activités sportives!

L'AGENDA ACTIVITÉS ET SOIRÉES

SAMEDI	DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
<u>09:00 - 9:30</u> <u>QI GONG</u> <u>(GYM DOUCE)</u> <u>D' ALEXIS PAR LNS</u> <u>ENTREE PISCINE</u> <u>GRAND BLEU</u>		<u>09:00 - 9:30</u> <u>YOGA D' ALEXIS PAR LNS</u> <u>ENTREE PISCINE GRAND BLEU</u>	09:15 VISITE DE MONACO ** A/R €34.60/PERSONNE RDV PLACE DE LA BRAVADE SUR INSCRIPTION RECEPTION P&V	<u>09:00 - 9:30</u> <u>YOGA D' ALEXIS PAR LNS</u> <u>ENTREE PISCINE GRAND BLEU</u>	<u>09:00 - 9:30</u> <u>QI GONG</u> <u>(GYM DOUCE)</u> <u>D' ALEXIS PAR LNS</u> <u>ENTREE PISCINE</u> <u>GRAND BLEU</u>	<u>09:00 - 9:30</u> <u>YOGA D' ALEXIS PAR LNS</u> <u>ENTREE PISCINE GRAND BLEU</u>
09:30 CAF PLACE DE LA BRAVADE	09:30 YOGA/PILATES PLACE DE LA BRAVADE		09:30 CIRCUIT TRAINING PLACE DE LA BRAVADE	09:30 BALADE + MARCHÉ BORD DE MER - 1H130 AGAY - LA BAUMETTE - AGAY PLACE DE LA BRAVADE	09:30 CAF PLACE DE LA BRAVADE	09:30 RENFO PLACE DE LA BRAVADE
10:30 CARDIO TRAINING PLACE DE LA BRAVADE	10:30 CARDIO DANCE PLACE DE LA BRAVADE	09:30 RANDONNÉE CAP ROUX - 5KM - 2H15 RDV PARKING SAINT-BAUME MASSIF DE L'ESTEREL	10:30 STEP PLACE DE LA BRAVADE		10:30 CIRCUIT TRAINING PLACE DE LA BRAVADE	10:30 POWER TRAINING PLACE DE LA BRAVADE
11:30 GAINAGE PLACE DE LA BRAVADE	11:30 ABDO FLASH PLACE DE LA BRAVADE		11:30 GAINAGE PLACE DE LA BRAVADE	10:00 FOOTBALL TERRAINS MULTISPORT	11:30 ABDO FLASH PLACE DE LA BRAVADE	11:30 YOGA / PILATES PLACE DE LA BRAVADE
DEPART 11H30 EXCURSION BATEAUX SAINT TROPEZ** SUR INSCRIPTION QR CODE RECEPTION P&V EN AUTONOMIE RDV PORT AGAY		11:45 AQUA RELAX PISCINE À VAGUES		DEPART 10H00 EXCURSION BATEAUX ILE SAINT MARGUERITE** SUR INSCRIPTION QR CODE RECEPTION P&V EN AUTONOMIE RDV PORT AGAY		
APRÈS-MIDI / AFTERNOON						
		15:00 TENNIS DE TABLE ESPACE DES ARCADES	15:00 RANDONNÉE TOUR DU DRAMONT 6KM - 2H15 RDV PLACE DE LA BRAVADE	<u>15:30</u> <u>AQUA DYNAMIQUE</u> <u>PAR LNS</u> <u>PISCINE A VAGUE</u>	15:00 RANDONNÉE GROTTE DE LA ST BAUME 4KM - 1H30 RDV PARKING SAINTE BAUME	
15:45 CONCOURS DE PLONGEON PISCINE À VAGUES	15:45 AQUA GAMES PISCINE À VAGUES		<u>15:30</u> <u>AQUA PUMP</u> <u>PAR LNS</u> <u>PISCINE A VAGUE</u>	16:00 MARCHÉ PROVENÇAL PLACE DE LA BRAVADE	<u>15:30</u> <u>AQUAFRITES</u> <u>PAR LNS</u> <u>PISCINE A VAGUE</u>	17:00 MEET HAPPY'Z PLACE DE LA BRAVADE - RUE DES COMMERCANTS
18:00 LINE DANCE PLACE DE LA BRAVADE	17:00-18:00 INITIATION PADEL** TERRAINS ULTRA SUR INSCRIPTION À LA RÉCEPTION P&V 19:00 DEFI FOOT PLACE DE LA BRAVADE	17:30 OUTDOOR CIRCUIT TRAINING (DANS LE VILLAGE) PLACE DE LA BRAVADE	18:00 MINI JEUX PLACE DE LA BRAVADE	16:00 TOURNOI DE PÉTANQUE PLACE DE LA BRAVADE 17:00 ATELIER RELAXATION TERRASSE SPOT	18:00 JEUX TERRASSES PLACE DE LA BRAVADE - RUE DES COMMERCANTS	17:00 VISITE&DEGUSTATION VIN À FREJUS 5€ RDV DOMAINE DU JAS DES OLIVIERS SUR INSCRIPTION RECEPTION P&V SORTIE EN AUTONOMIE 18:00 JEU APERO CAFE DES ILES
SOIRÉES / EVENING						
20:00 CONCERT HIGHLANDER GUITARE ACOUSTIQUE PLACE DE LA BRAVADE	20:00 CONCERT FLAMENCO DUO DE GUITARES TERRASSE DU HAMEAU	21:00 GAME NIGHT ESPACE DES ARCADES	21:00 QUIZZ BLIND TEST PLACE DE LA BRAVADE	19:15 RANDONNEE COUCHÉ DE SOLEIL BALCONS 4KM - 1H30 RDV PLACE DE LA BRAVADE	21:00 JUST DANCE PLACE DE LA BRAVADE	21:00 SOIREE CINÉMA "LES MINIONS ET DES MONSTRES" ESPACE DES ARCADES