

# ACTIVITÉS ET ATELIERS

## 22 AU 28 JUILLET

### SANS INSCRIPTION

“

Pour tous les cours de yoga, sophrologie et fitness pensez à prendre votre tapis et/ou serviette et eau. Prévoir obligatoirement des baskets pour les cours de fitness.

**INSCRIPTION OBLIGATOIRE**  
au bureau des animations

ATELIERS, SOPHROLOGIE, CRÉATION ET COSMÉTIQUE

**PAINTBALL**, INSCRIPTION LA VEILLE A PARTIR DE 9h00. LES MINEURS DEVRONT ÊTRE ACCOMPAGNÉS D'UN ADULTE AFIN DE REMPLIR LA FICHE D'AUTORISATION PARENTALE.

Sauf ↪

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
9h00-11h00 <b>ATELIER CRÉATIF</b> <i>RDV au bureau animations Sur inscription</i>	9h00-12h00 <b>ATELIER RÉDUCTION ET BON TRI DES DÉCHETS</b> <i>Espace sports et loisirs</i>	9h15-10h30 <b>SOPHROLOGIE</b> <i>RDV accès plage 3 / coté port Sur inscription</i>	9h30-11h00 <b>NATURALLY</b> <i>RDV bureau animations Sur inscription</i>		
9h00-9h45 <b>CUISSES ABDOS FESSIERS</b> <i>Espace cours collectifs</i>	9h00-9h45 <b>PILATES</b> <i>Espace cours collectifs</i>	9h00-9h45 <b>CIRCUIT TRAINING CARDIO</b> <i>Espace cours collectifs</i>	9h00-9h45 <b>ZUMBA</b> <i>Espace cours collectifs</i>	9h00-9h45 <b>STEP</b> <i>Espace cours collectifs</i>	9h00-9h45 <b>AÉRODANCE</b> <i>Espace cours collectifs</i>
9h45-10h30 <b>AÉRO DANCE</b> <i>Espace cours collectifs</i>	9h45-10h30 <b>CARDIO BOXING</b> <i>Espace cours collectifs</i>	9h45-10h30 <b>SCULPT</b> <i>Espace cours collectifs</i>	9h45-10h30 <b>ABDO FESSIERS STRETCHING</b> <i>Espace cours collectifs</i>	9h45-10h30 <b>PILATES</b> <i>Espace cours collectifs</i>	9h45-10h30 <b>CUISSES ABDOS FESSIERS</b> <i>Espace cours collectifs</i>
10h00-12h00 <b>BEACH BASEBALL</b> <i>Espace sports et loisirs</i>	10h00-12h00 <b>TENNIS DE TABLE / TEQBALL</b> <i>Espace sports et loisirs</i>	10h00-12h00 <b>COURSE D'ORIENTATION</b> <i>Espace sports et loisirs</i>	10h00-12h00 <b>RUGBY FLAG</b> <i>Espace sports et loisirs</i>	10h00-12h00 <b>PAINTBALL 10-17 ANS</b> <i>RDV au bureau des animations à 9h15 Sur inscription la veille à partir de 9h00. Les mineurs devront être accompa- gnés d'un adulte afin de remplir la fiche d'autorisation parentale.</i>	10h00-12h00 <b>CONTEST LUDIQUE PUMP-TRACK COURSES À THÈMES</b> <i>Espace sports et loisirs</i>

14h30-18h00 <b>TATTOOS ET MAQUILLAGES ARTISTIQUES</b> <i>Espace sports et loisirs</i>					14h30 <b>CONCOURS DE PÉTANQUE SAMEDIS ET DIMANCHES ORGANISÉS PAR L'ALPCE</b> <i>Inscription à 14h30 au boulodrome</i>
17h00-18h30 <b>FOOTBALL CITY STADE</b> <i>Espace sports et loisirs</i>	17h00-18h30 <b>SANDBALL</b> <i>Espace sports et loisirs</i>	17h00-18h30 <b>BEACH VOLLEY</b> <i>Espace sports et loisirs</i>	17h00-18h30 <b>ESCRIME</b> <i>Espace sports et loisirs</i>	17h00-18h30 <b>FOOT-GOLF / ULTIMATE</b> <i>Espace sports et loisirs</i>	17h00-18h30 <b>BEACH SOCCER</b> <i>Espace sports et loisirs</i>
17h30-20h00 <b>RENCONTRE CULTURELLE</b> <i>Centre commercial</i>		18h30-19h45 <b>YOGA DOUX BANC DE SABLE</b> <i>RDV accès plage 3 / coté port</i>			
19h00-19h45 <b>AQUAGYM</b> <i>Espace aqualudique</i>	19h00-19h45 <b>AQUAGYM</b> <i>Espace aqualudique</i>	19h00-19h45 <b>AQUAGYM</b> <i>Espace aqualudique</i>	19h00-19h45 <b>AQUAGYM</b> <i>Espace aqualudique</i>	19h00-19h45 <b>AQUAGYM</b> <i>Espace aqualudique</i>	19h00-19h45 <b>AQUAGYM</b> <i>Espace aqualudique</i>

