

Plus de 100 disciplines sportives en juillet et en août

Du sport sous toutes ses formes : collectif, nautique, de raquette, de sable, remise en forme ou encore des activités artistiques et de découverte de l'environnement.

3 formules sont à votre disposition :

• LES DÉCOUVERTES GRATUITES

Organisées toute la semaine, elles offrent la possibilité de pratiquer un grand nombre de disciplines sportives.

Elles sont gratuites et sans inscription.

• Les séances d'approfondissement

Elles permettent, sur plusieurs séances, de s'initier ou de se perfectionner dans certaines disciplines.

Tarifs indiqués au dos du dépliant.

• LES TOURNOIS

Organisés en après-midi ou en soirée, ils permettent de combiner sport et convivialité individuellement ou par équipes.

Au-delà de ces 3 formules, chaque centre propose également diverses animations.

Renseignements et inscriptions :

Cabane CAP33 plage Nord
ou sur les lieux où se déroulent
les activités

Matin de 10h à 13h
Après-midi de 15h à 19h30

06 81 66 36 07

CAP33



CAP33 est une opération initiée par le Département de la Gironde en partenariat avec : votre Commune ou Communauté de Communes, leurs associations, le Comité départemental olympique et sportif (CDOS), les Comités sportifs départementaux.

Vos 21 centres CAP33 en 2016

ANDERNOS-LES-BAINS	05 56 82 02 47
ARÈS	06 73 68 61 06
AUDENGE	06 14 47 29 54
BIGANOS	06 73 27 22 95
BRUGES	05 56 16 17 95
CARCANS	05 56 03 21 01
CDC* DE CASTILLON PUJOLS	07 87 92 55 66
CDC* DES COTEAUX MACARIENS	06 33 14 20 83
CDC* DU PAYS FOYEN	06 35 95 63 26
CDC* DU RÉOLAIS EN SUD GIRONDE	05 56 71 71 55
EYSINES	06 33 83 59 77
GRAYAN-ET-L'HÔPITAL	06 60 97 57 88
LA TESTE-DE-BUCH	06 40 41 27 91
LACANAU	05 56 26 03 08
LANTON	05 56 82 99 81
LÉOGNAN	06 35 93 73 82
MIOS	06 77 53 64 77
SAINT-MÉDARD-EN-JALLES	05 56 05 71 14
SALLES	05 56 88 34 63
SOULAC-SUR-MER	06 80 48 82 74
VENDAYS-MONTALIVET	06 81 66 36 07

* CDC = Communauté de Communes

Les animations CAP33 sont couvertes en responsabilité civile par la commune ou la communauté de communes auprès d'une société d'assurance. Afin de parer à toute éventualité, il est toutefois souhaitable que les utilisateurs soient eux-mêmes titulaires d'une assurance individuelle complémentaire.



LES COMITÉS SPORTIFS

Les centres CAP33 vous proposent de nombreuses animations en partenariat avec les comités sportifs départementaux d'Athlétisme, Aviron, Badminton, Basket Ball, Boxe anglaise, Boxe française, Course d'orientation, Char à voile, Echecs, Escrime, Etude et Sports sous-marins, Handball, Handisport, Hockey sur Gazon, Lutte, Natation, Roller, Rugby et Drop de béton, Sport de Boules, Tennis, Voile, Vol libre (Boomerang), Volley-ball.

Mais également une série de tournois dans le cadre de 2 tournées :

RUGBY À LA PLAGES :

8 juillet : Biganos, Parc Lecoq
11 juillet : Castillon-la-Bataille, La Pelouse
19 juillet : Audenge, Bassin de Baignade Orten
20 juillet : La-Teste-de-Buch, La Salie Nord
22-23 juillet : Soulac-sur-Mer, Plage Centrale
26 juillet : Lanton, Bassin de baignade du Braou
27 juillet : Port Sainte-Foy-et-Ponchapt, Plage des Bardoulets
28 juillet : CDC du Réolais en Sud Gironde, Fontet
2 août : Andernos-les-Bains, Betey
4 août : Lacanau, Plage Maison de la glisse

BEACH VOLLEY GRAND CHELEM DE GIRONDE :

8 juillet : Saint-Médard-en-Jalles, Ball' en Jall'
10 juillet : La-Teste-de-Buch, La Salie Nord
14 juillet : Andernos-les-Bains, Betey
17 juillet : Lacanau, Plage Maison de la glisse
14 août : Carcans-Maubuisson, Lac
15 août : Soulac-sur-Mer, Plage Centrale
21 août : Vendays-Montalivet, Esplanade Nord

CAP33



100 disciplines sportives
à découvrir en famille ou
individuellement à partir de 15 ans



PROGRAMME ÉTÉ 2016

Commune de
Vendays-Montalivet

Une activité physique régulière associée à des habitudes alimentaires saines contribuent à une bonne santé.





DIMANCHE

DÉCOUVERTES GRATUITES

10h-12h : Marche Nordique - Départ Gymnase
16h-18h : Slackline - Plage CAP33

TOURNOIS

15h30 : Beach Tennis Simple - Plage CAP33. Gratuit

LUNDI

DÉCOUVERTES GRATUITES

10h-12h : Baby poney/ visite ferme animalière
Inscription cabane CAP33 plage Nord
17h-18h30 : Char à voile - Face Plage CAP33
(Chaussures fermées)
17h-19h : Ateliers artisanaux - Salle Polyvalente
17h30-19h30 : Badminton - Complexe sportif
21h-22h : Animation de rue - Avenue de l'Océan

TOURNOIS

15h30 : Beach Volley 2x2 - Plage CAP33. Gratuit

MARDI

DÉCOUVERTES GRATUITES

8h-11h : Surfcasting - Plage CAP33
10h-12h : Equitation confirmé. Inscription et information
Cabane CAP33 plage Nord
15h-16h30 : Tir à l'arc - Complexe sportif
16h-17h30 : Surf. Informations et inscriptions -
Plage CAP33
17h-19h : Ateliers artisanaux - Salle Polyvalente

TOURNOIS

14h15 : Bridge - Maison des Jeunes. 3 €/ pers.
15h30 : Beach Soccer - Plage CAP33. Gratuit
21h : Badminton double - Complexe sportif. Gratuit

MERCREDI

DÉCOUVERTES GRATUITES

10h-12h : Équitation débutant. Inscription et informa-
tion Cabane CAP33 plage Nord
17h-19h : Ateliers artisanaux - Salle Polyvalente
17h30-19h30 : Tennis de Table - Gymnase

TOURNOIS

14h30 : Concours Pétanque (doublette). 6 €/ pers.
Boulodrome
15h30 : Volley de Plage 3x3 - Plage CAP33. Gratuit
20h15 : Bridge - Maison des Jeunes. 3 €/ pers.
21h : Tennis de Table - Gymnase. Gratuit

JEUDI

DÉCOUVERTES GRATUITES

8h-11h : Surfcasting - Plage CAP33
15h-16h30 : Tir à l'arc - Complexe sportif
17h-18h30 : Char à voile - Face plage CAP33
(Chaussures fermées)
17h-19h : Ateliers artisanaux - Salle Polyvalente

TOURNOIS

15h30 : Beach-Tennis double - Plage CAP33. Gratuit
17h-19h30 : Futsal sur herbe - Complexe sportif. Gratuit
21h : Belote - Maison des Jeunes. Gratuit

VENDREDI

DÉCOUVERTES GRATUITES

17h-19h : Ateliers artisanaux - Salle Polyvalente
17h30-19h30 : Badminton - Complexe sportif

TOURNOIS

15h30 : Sandball - Plage CAP33. Gratuit
21h : Badminton en simple homme et femme
Complexe sportif. Gratuit

SAMEDI

DÉCOUVERTES GRATUITES

17h-19h : Ateliers artisanaux - Salle Polyvalente
17h30-19h30 : Badminton - Complexe sportif

TOURNOIS

14h30 : Concours de Pétanque (Doublette ou triplète) -
Boulodrome. 6 €/ pers.
15h30 : Volley de Plage 4x4 - Plage CAP33. Gratuit

ANIMATIONS PLAGE

Plage CAP33

Gratuit

Tous les jours

10h-13h et 15h-19h30

Beach Soccer, Beach Tennis, Beach Volley, Sandball...

*En cas de mauvais temps, les activités se dérouleront
au gymnase situé avenue de l'Europe à Montalivet*

Informations pratiques et tarifs

SÉANCES D'APPROFONDISSEMENT

Remise en forme. Gratuit

Du lundi au samedi

De 10h à 11h et de 11h à 12h - Complexe sportif

Voir programme spécifique

Ateliers artisanaux. Gratuit

Du lundi au samedi

De 17h à 19h - Salle Polyvalente

TOURNOIS

20 juillet : Tournoi Bridge

Information Cabane CAP33. Nombreux lots. 12 €/ pers.

Les Associations partenaires :

Amical Bridge de Montalivet ; Yoga ; Haras de Saint-
Vivien ; La Boule de Vendays-Montalivet ;
Cap Montalivet ; APLM Surf-casting

ÇA SE PASSE CET ÉTÉ

LES COMITÉS SPORTIFS DÉPARTEMENTAUX

Activités gratuites

2 et 3 juillet : Sandball « Tournois du Comité »

Exhibition Internationale Beach Handball.

Inscriptions Comité de Gironde de Handball :

05 56 43 09 13 - Plage CAP33

13 et 14 juillet : Echecs

15h30 : Initiation et tournois gratuit - Plage Nord

11 au 20 juillet et 8 au 17 août : Découverte Voile

Inscription et information Cabane CAP33

Plage Nord

24 juillet : Beach Basket

15h30 : Tournoi, initiation. Information Cabane CAP33

Plage Nord

21 août : Beach Volley « Grand Chelem de Gironde »

9h45 : Tournoi - Plage Nord (payant)

Informations : Cabane CAP33

Lundis 11, 18 et 25 juillet : Yoga

8h45-10h : Découvertes gratuites. Espace CAP33

Informations : Cabane CAP33 Plage Nord

23 et 24 juillet : Estivales de la BD

Complexe sportif

Lundis 1er, 8 et 15 août : Pilate

8h45-10h : Découvertes gratuites. Espace CAP33

Informations : Cabane CAP33 Plage Nord

CAP33 JUNIORS

Pour les jeunes de 7 à 14 ans

Voir programme spécifique