

CAP DÉTENTE



Activités du 22 au 26 juillet 2024

LIEUX DE RENDEZ-VOUS

- Plage (cabines 53 et 54)
- ▲ Terrain de foot (stade Nicolardot)
- ★ Salle de sport
- ◆ Salle Bec Rond

LUNDI 22

**Initiation
Sauvetage +
geste
premiers
secours** ●
**De
13H>16H30
(tout public)**

MARDI 23

11H>12H ●
**Yoga Géant
(Tout Public)**

Tir à l'arc
14H00 >15H
15H15>16H15
16H30>17H30 ▲
(Tout public) 5€

Basket
14H>15H
(Tout public) 3€ ▲

Scratchball
15H30>16H30
(Tout public) 3€

**TOURNOI
DE FOOT** ●
18H>19H30
(TOUT PUBLIC)
3€

MERCREDI 24

Jeux d'adresse
10H30>12H
(tout public) 3€ ●

Dodgeball
10H30>11H30 ●
(Tout Public) 3€

Pilates ◆
10H30>11H30
(16 ans et +) 9€

**Course
d'orientation
De 14H à 17H
(Tout Public) 5€**

**RDV
LOCAL CAP
DÉTENTE**

En cas de pluie, les
activités prévues en
extérieures seront
déplacées à la salle de
sport Yves Du Manoir
10, rue de St-Eniguet

JEUDI 25

GI Gong ▲
09H30>11H30
(15 ans et +) 9€

Basket ▲
10H30>11H30
(Tout Public)

Badminton
14H>15H15 ★
(Tout Public) 3€

Football
14H>15H15
tout public
3€

Tchoukball ★
15H30>16H30
(Tout Public) 3€

Tennis de Table
15H30>16H30 ★
(tout public) 3€

Cerf-volant
14H > 17H :
(Tout Public) 5€

VENDREDI 26

Aisance Aquatique
10H30>11H30
(15 ans et +) ● 9€

Beach Volley ●
10H30>12H
(Tout public) 3€

Tir à l'arc
14H00 >15H
15H15>16H15
(Tout public) 5€ ▲

Scratchball ▲
16H30>17H30
(Tout public) 3€

INSCRIPTION

Local Cap Détente
(derrière l'Office de Tourisme)
Place Charles de Gaulle
22380 Saint-Cast Le Guildo
Tél : 09 71 53 48 70

HORAIRES DU LOCAL

Du lundi au vendredi :
10H30 à 13H

CAP
DÉTENTE

Saint-Cast
Le Guildo