

PROGRAMME INDIVIDUEL + DE 15 ANS

DU 6 NOVEMBRE AU 5 AVRIL 2024

Lundi

> **REMISE EN FORME - 10H30 À 12H**

Complexe sportif Stéphane Duolé - Montalivet

Mardi

> **PILATES - 14H45 À 15H45**

Dojo de Montalivet

Mercredi

> **PILATE - 16H00-17H00**

Salle de danse - Vendays

> **TOTAL BODY - 17H00-18H00**

Salle de danse - Vendays

Samedi

> **PILATE - 10H À 11H**

Dojo - Montalivet

> **STRETCHING - 11H À 12H**

Dojo - Montalivet

MATÉRIEL FOURNI

CAP 33



PLUS
D'INFORMATIONS
AU

06.81.66.36.07

ACTIVITÉS GRATUITES



cap33vendaysmontalivetofficiel

CAP33 À LA DEMANDE

FAMILLES ET INDIVIDUELS DE + DE 15 ANS

DU 1ER SEPTEMBRE AU 6 NOVEMBRE 2023

POUR ENCORE PLUS
D'ACTIVITÉS SPORTIVES
CAP33 À LA DEMANDE
S'ADAPTE À TOUTES VOS
ENVIES

CAP 33



VENDAYS
MONTAIGNE
LIVET

PLUS
D'INFORMATIONS
AU

06.81.66.36.07

ACTIVITÉS GRATUITES
MATÉRIEL FOURNI



cap33vendaysmontaignelivetofficiel

PROGRAMME GRATUIT SUR RÉSERVATION

Tennis

Tennis de table

Badminton

Padel Tennis

Basket-Ball

TOUTES CES ACTIVITÉS SONT ACCESSIBLES GRATUITEMENT,
7J/7, DE 10H À 20H,
RÉSERVATION OBLIGATOIRE AU **06 81 66 36 07**