

## Programme du 14 au 19 juillet



Les enfants de **- de 10 ans** doivent être accompagnés par un adulte **pratiquant l'activité (sauf activités \*)**

	Jour	Activité	Horaire	Age min	Tarif	Lieu
ACTIVITES SPORTIVES	Lundi 14	Gym entretien	10h-11h	10 ans	5€	1
		Initiation aux sports de glisse (Paddle-surf)*		8 ans	15€	1
	Mardi 15	Croquet	14h45-15h45	7 ans	G	1
		Sandball	16h-17h15	8 ans	G	1
		Initiation Skateboard*	14h30-16h30	7 ans	5€	1
	Mercredi 16	Longe côte	18h-19h45	12 ans	5€	1
	Jeudi 17	Cirque*	10h-11h30	7 ans	2.5€	3
		Tennis	14h45-15h45	8 ans	G	2
		Golf alternatif	16h-17h15	7 ans	G	1
		Beach Volley	18h30-20h	14 ans	G	1
Vendredi 18	Kayak*	9h30-12h30	10 ans	13€	1	
	Longe côte	10h30-11h30	12 ans	5€	1	
	Voile*	14h15-17h30	10 ans	13€	7	
	Equitation* (stage 2h)	13h45-16h	6-12 ans	18€	6	
	Equitation* (séance 1h)	15h30-17h	Min 12 ans	11€	6	
	Balade contée crépusculaire	21h	Tout public	5€ G<6a	1	
Dimanche 20	Initiation aux sports de glisse (Paddle-surf)*		8 ans	15€	1	

### Lieux de rdv :

1. Plage de Trestel
2. Terrain multisports
3. Salle polyvalente
4. Salle associations
5. Mairie
6. Ferme du Syet
7. Centre nautique Port blanc

### Sortie jeunes

#### Voile

Mercredi 16/07

13h45-18h00

Age min : 11 ans

Accompagnés par l'animatrice

**17€**

	Jour	Activité	Horaire	Age min	Tarif	Lieu
LOISIRS	Mercredi 16	Crêpes bretonnes	10h-11h30	6 ans	2.5€	5
		Histoire contée	15h-16h	Tout public	2.5€	1
		Land'art	16h-17h	Tout public	2.5€	1
Vendredi 18	Animation Tri Ambul'	14h-18h	Tout public	G	1	

	Jour	Activité	Horaire	Age min	Tarif	Lieu
BIEN ETRE	Mardi 15	Art et détente : le mandala dans tous ses états	10h-12h	7 ans	A : 6€ E : 4€	5
	Vendredi 16	Qi gong	9h-10h	Adulte	6€	4
	Samedi 17	Relaxation	10h-11h	Adulte	6€	4

### Inscriptions et contact

Office de tourisme		Accueil Cap Armor - Plage de Trestel			
Matin		Après-midi		Soirée	
10h-12h	Lundi Mercredi Vendredi	13h30-14h30 (sauf mercredi)	Mardi au Vendredi	17h30-18h15	Mardi Jeudi (mercredi : 18h-18h30)