

Programme du 7 au 14 juillet

ACTIVITES SPORTIVES	Jour	Activité	Horaire	Age min	Tarif	Lieu
	Lundi 7	Gym entretien	10h-11h	10 ans	5€	1
		Beach Volley	14h45-16h	10 ans	G	1
		Tennis	16h15-17h15	8 ans	G	1
	Mardi 8	Rando pédestre découverte : <i>Les Marais deTrestel</i>	14h30-15h45	Tout public	G	1
		Ultimate/frisbee	16h15-17h15	8 ans	G	2
	Jeudi 10	Balade VTT	14h30-16h	8 ans	G	1
		Pétanque	16h15-17h15	7 ans	G	2
	Vendredi 11	Voile	10h-12h		13€	6
		Longe côte	10h-11h30	12 ans	5€	2
Initiation Skateboard*		14h30-16h30	7 ans	G	3	
Equitation*		15h30-17h	Max 12 ans	11€	5	
Samedi	Le Pardon du Trévou Concours de boules Balade Zumba party	15h 15h30 20h	Tout public	G	3	
Dimanche 13	Le Pardon du Trévou Concours de boules	15h	8 ans	G	3	
Lundi 14	Initiation aux sports de glisse (Paddle-surf)		8 ans	15€	1	

DELOIS	Jour	Activité	Horaire	Age min	Tarif	Lieu
	Mercredi 9	Crêpes bretonnes	10h-12h	6 ans	2.5€	4
		Chant d'impro	15h-16h	Tout public	2.5€	1
		Histoire contée	16h-17h	Tout public	2.5€	1
Dimanche 13	Le Pardon de Trévou Messe traditionnelle Repas moules-frites Jeux pour enfants	10h30 12h 16h	Tout public	G Repas A 10€ E : 6€	3	

BIEN ETRE	Jour	Activité	Horaire	Age min	Tarif	Lieu
	Mardi 8	Art et détente : le mandala dans tous ses états	10h-12h	Tout public	A : 6€ E : 4€	4
	Mercredi 9	Qi gong	9h-10h	Adulte	6€	4
	Samedi 12	Relaxation	10h-11h	Adulte	6€	4

Sortie jeunes : Accrobranche

Mercredi 9 juillet 13h30-17h

Age min : 11 ans

Accompagnés par l'animatrice

Inscriptions et contact Accueil Cap Armor - Plage de Trestel

Matin		Après-midi		Soirée	
9h-9h45	Lundi Mercredi Jeudi	13h45-14h30 (sauf mercredi)	Lundi au Vendredi	17h30-18h15	Lundi au Jeudi

06 51 77 61 78

caparmor.trevou@gmail.com

3. Mairie
6. Centre nautique

2. Terrain multisports
5. Ferme du Syet

1. Plage de Trestel
4. Salle polyvalente

Lieux de rdv :



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