



CAP ARMOR CAP SPORTS TRÉVOU-TRÉGUIGNEC / TRESTEL



Programme du 6 au 10 Juillet

Inscription à l'avance : sauf tournoi de plage

Office du tourisme	
10h-12h	Lundi et Vendredi

Accueil plage de Trestel	
17h30-19h	Lundi au Vendredi (sauf mercredi)

Cap Armor						
Les enfants de -10 ans doivent être accompagnés par un adulte participant à l'activité (sauf activités *)						
Jour		Activité	horaire	Age	Tarif	Lieu
L au V	S	Aquagym	10h30-11h15	Min14 ans	8 €	7
Lundi 6	L	Jeux aquatiques	15h-17h30	Min 6 ans	G	1
	S	Beach Soccer	15h-18h	Min 10 ans	G	1
	L	Découverte de l'Estran (pêche à pied)	Rdv 15h30	Tout public	6 € G -6	2
Mardi 7	BE	Relaxation	10h-11h	Adulte	8 €	1
	L	Balade "Marais de Trestel"	10h-12h	Tout public	G	1
	S	Beach volley	15h-18h	Min 10 ans	G	1
	L	Tournoi palet & pétanque	14h30-17h30	Tout public	G	1
Mercredi 8	S	Sandball	15h-18h	Min 10 ans	G	1
	S	Aquagym	19h	Min 14 ans	8 €	7
Jeudi 9	L	Vélo le long de la côte	10h-12h	Min 10 ans	G	1
	S	Tennis ballon	15h-18h	Min 10 ans	G	1
	BE	Mandala	15h-16h30	Tout public	A : 8€ E : 6€	4
	C	Balade contée	Rdv 20h30	Tout public	6 € G -6	1
Vendredi 10	BE	Qi gong	9h-10h	Adulte	10 €	1
	S	Speedminton	15h-18h	Min 10 ans	G	1

Cap Sports (6-12 ans)					
Non accompagnés des parents					
Jour		Activité	Horaire	Tarif	Lieu
L au V	S	Natation 5/7 ans	9h-9h45	66 €	7
	S	Natation 8/12 ans	9h45-10h30	66 €	7
Lundi 6	S	Langue des signes	10h-12h	4 €	4
	S	Mini jeux sportifs	10h30-12h30	2 €	1
Mardi 7	S	Mini stage soccer	10h30-11h30		1
	S	Mini stage croquet	11h30-12h30		1
Mercredi 8	S	Cirque	10h-11h	6 €	3
	S	Cirque	11h-12h	6 €	3
	L	Parcours de billes	10h30-12h30	2 €	1
Jeudi 9	S	Mini stage soccer	10h30-11h30		1
	S	Mini stage croquet	11h30-12h30		1
Vendredi 10	S	Mini stage soccer	10h30-11h30		1
	S	Mini stage croquet	11h30-12h30		1

Le mini stage Cap Sports sur 3 jours	8 €
--------------------------------------	-----

S : Sport BE : Bien-être C : Culture L : Loisirs

1 : Plage de Trestel 2 : Port le Goff 3 : Salle polyvalente 4 : Salle des associations 5 : Mairie 6 : Marais de Trestel 7 : Camping Le Mat 8 : Centre nautique Port-blanc

Renseignements : www.trevou-treguignec.fr

caparmor.trevou@gmail.com



CAP ARMOR CAP SPORTS TRÉVOU-TRÉGUIGNEC / TRESTEL



Programme du 13 au 17 Juillet

Inscription à l'avance : sauf tournoi de plage

Office du tourisme

10h-12h

Lundi et Vendredi

Accueil plage de Trestel

17h30-19h

Lundi au Vendredi (sauf mercredi)

Cap Armor

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

Jour		Activité	horaire	Age	Tarif	Lieu
L au V	S	Aquagym	10h30-11h15	Min14 ans	8 €	7
Lundi 13	L	Crêpes bretonnes	10h-12h	Min 6 ans	2 €	5
	L	Animaux de sable	15h-16h30	Min 6 ans	G	1
	S	Beach Soccer	15h-18h	Min 10 ans	G	1
	L	Molky	16h30-17h30	Min 6 ans	G	1
Mardi 14	BE	Relaxation	10h-11h	Adulte	8 €	1
	S	Beach volley	19h-22h	Min 10 ans	G	1
	S	Sports de glisse (surf, paddle) *	1h30, selon marée	Min 8 ans	16 €	1
Mercredi 15	S	Sandball	15h-18h	Min 10 ans	G	1
	L	Parcours de billes pro	14h-17h	Min 6 ans	2 €	1
	S	Aquagym	19h	Min 14 ans	8 €	7
Jeudi 16	S	Longe côte		Min 8 ans	8 €	1
	C	Estival du tri (Valorys)	14h-19h	Tout public	G	1
	S	Tennis	15h-16h30	Min 10 ans	G	1
	S	Basket	16h30-18h	Min 10 ans	G	1
	BE	Mandala	15h-16h30	Tout public	A : 8€ E : 6€	4
	C	Balade contée	Rdv 20h30	Tout public	6 € G -6	1
Vendredi 17	S	Kayak *	9h-12h30	Min 10 ans	14 €	8
	BE	Qi gong	9h-10h	Adulte	10 €	1
	L	Plaisanciers pêche à pieds	Rdv 14h	Tout public	G	2
	S	Catamaran *	14h30-17h30	Min 9 ans	14 €	8
	S	Pétéca	15h-18h	Min 10 ans	G	1
Samedi 18	C	Croqueuses d'algues				4

Cap Sports (6-12 ans)

Non accompagnés des parents

Jour		Activité	Horaire	Tarif	Lieu
L au V	S	Natation 5/7 ans	9h-9h45	66 €	7
	S	Natation 8/12 ans	9h45-10h30	66 €	7
Lundi 13	S	Langue des signes	10h-12h	4 €	4
	S	Mini stage volley	10h30-11h30		1
	S	Mini stage Tennis	11h30-12h30		1
Mercredi 15	S	Cirque	10h-11h	6 €	3
	S	Cirque	11h-12h	6 €	3
	L	Atelier origami	10h30-12h30	2 €	4
Jeudi 16	S	Atelier contes	10h-12h	6 €	1
	S	Mini stage volley	10h30-11h30		1
	S	Mini stage Tennis	11h30-12h30		1
Vendredi 17	S	Mini stage volley	10h30-11h30		1
	S	Mini stage Tennis	11h30-12h30		1

Le mini stage Cap Sports sur 3 jours

8 €

S : Sport BE : Bien-être C : Culture L : Loisirs

1 : Plage de Trestel 2 : Port le Goff 3 : Salle polyvalente 4 : Salle des associations 5 : Mairie 6 : Marais de Trestel 7 : Camping Le Mat 8 : Centre nautique Port-blanc

Renseignements : www.trevou-treguignec.fr

caparmor.trevou@gmail.com