

CAP33



C'est une opération initiée par le Conseil Général de la Gironde en partenariat avec :

Votre Commune ou Communauté de Communes, ses associations, le Comité départemental olympique et Sportif (CDOS) et les Comités Sportifs Départementaux.



20 Centres d'Animation Permanent CAP 33 :

ANDERNOS LES BAINS.....	05 56 82 02 95
ARÈS.....	05 57 17 47 54
AUDENGE.....	06 14 47 29 54
BIGANOS.....	06 89 02 88 21
BOURG-EN-GIRONDE CDC.....	06 26 45 35 63
CARCANS.....	05 56 03 48 78
CDC CANTON BLAYE.....	05 57 42 82 71
CDC CENTRE-MEDOC.....	05 56 39 60 38
CDC CANTON ST-SAVIN.....	05 57 42 57 30
CDC RÉOLAIS-ET-MONSEGURAIS.....	05 56 71 71 55
EYSINES.....	05 56 16 18 13
GRAYAN ET L'HOPITAL.....	05 56 09 50 22
LA TESTE DE BUCH.....	05 56 22 76 58
LACANAU.....	05 56 26 38 91
LANTON.....	05 56 03 31 28
LE PORGE.....	05 56 26 54 34
MIOS.....	06 77 53 64 77
SOULAC-SUR-MER.....	06 80 48 82 74
ST-MÉDARD-EN-JALLES.....	05 56 05 71 14
VENDAYS-MONTALIVET.....	05 56 09 38 39



LES TOURNÉES DES COMITÉS SPORTIFS

Les comités départementaux de Rugby et de Volleyball vous proposent une série de tournois, aux dates et dans les centres CAP 33 suivants :

► RUGBY A LA PLAGES :

08 juillet : Saint-Médard-en-Jalles
 16-25 juillet : La Teste-de-Buch Petit Nice
 17 juillet : Biganos
 22 juillet : Lanton
 29 juillet : Audenge
 30 et 31 juillet : Soulac-sur-Mer
 03 août : Le Porge
 04 août : La Réole Fontet
 07 août : Andernos-les-Bains
 09-10-11 août : Vendays-Montalivet
 12 août : Lacanau



► BEACH VOLLEY (2x2) :

18 juillet : Andernos-les-Bains
 25-26 juillet : Vendays-Montalivet
 31 juillet : Carcans
 01 août : Arès
 02 août : La Teste-de-Buch Petit Nice
 08 août : Grayan-et-l'Hôpital
 09 août : Le Porge
 14 août : Biganos
 15 août : Soulac-sur-Mer



Les centres CAP 33 vous proposent de nombreuses animations en partenariat avec les comités sportifs départementaux d'Aviron, Badminton, Base-ball, Boxe anglaise, Course d'orientation, Cyclisme, Escrime, Football, Handball, Jeux d'échecs, Natation, Roller, Rugby et Drop de béton, Sports sous-marins, Tennis, Volley-ball.



CAP33



A l'initiative du Conseil Général, CAP33 rassemble les jeunes et les familles autour d'animations sportives en Gironde.

Les 20 centres CAP 33 proposent tout au long de l'été, aux plus de 15 ans et aux familles, pas moins de 80 disciplines sportives ! Du sport sous toutes ses formes, collectif, nautique, de raquette, de sable, remise en forme ou encore des activités artistiques et de découverte de l'environnement. De quoi répondre à toutes vos envies !

3 formules sont à votre disposition :

► Les découvertes

Organisées toute la semaine, elles offrent la possibilité de pratiquer l'une des 80 disciplines.

Elles sont gratuites et sans inscription.

► Les mini-stages

Ils permettent, sur plusieurs séances, de s'initier ou de se perfectionner dans certaines disciplines.

Tarifs indiqués au dos du dépliant.

► Les tournois

Organisés en après-midi ou en soirée, ils permettent de combiner sport et convivialité, en jouant par équipes.

Au-delà de ces 3 formules, chaque centre propose également diverses animations.

Les animations CAP 33 sont couvertes en responsabilité civile par la commune ou la communauté de communes auprès d'une société d'assurance. Afin de parer à toute éventualité, il est toutefois souhaitable que les utilisateurs soient eux-mêmes titulaires d'une assurance individuelle complémentaire.



Renseignements et inscriptions :

Parc Lecoq
Avenue de la libération
 10h -12h et de 14h- 18h
06 89 02 88 21

pendant tout l'été...

CAP33



Venez en **famille** ou individuellement à partir de **15 ans**



► Programme été 2009

Biganos

DÉCOUVERTES GRATUITES

Lundi

15h-18h : **Animations Beach sports** - Parc Lecoq

Mardi

10h-12h : **Sand ball** - Parc Lecoq

11h-12h : **Roller** - Parc Lecoq

15h-16h : **Handball** - Gymnase ancienne salle

16h-17h : **Basket ball** - Gymnase ancienne salle

17h-18h : **Base-ball** - Parc Lecoq

18h-19h : **Ultimate** - Parc Lecoq

19h-20h30 : **Remise en forme** - Parc Lecoq

Mercredi

10h-11h30 : **Tir à l'arc** - Parc Lecoq

10h-12h : **Tennis** - Rue de la verrerie

15h-18h : **Randonnée VTT** - Départ Parc Lecoq

Jeudi

10h-12h : **Beach rugby** - Parc Lecoq

10h-11h30 : **Remise en forme** - Parc Lecoq

20h30-23h : **Danse country** - Salle des fêtes

Vendredi

9h-12h : **Randonnée pédestre**. Départ Parc Lecoq

10h- 11h30 : **Tir à l'arc** - Parc Lecoq

15h- 16h30 : **Base ball** - Parc Lecoq

16h45- 18h : **Ultimate** - Parc Lecoq

18h-19h : **Roller** - Parc Lecoq

Samedi

10h-11h30 : **Remise en forme** - Parc Lecoq



MINI STAGES

Mardi

17h-19h

Tennis - Rue de la verrerie

Mercredi

15h-18h

Animations Beach sports - Parc Lecoq

Jeudi

15h-16h30

Tennis de table - Place du château d'eau

Vendredi

15h-17h

Animations Beach sports - Parc Lecoq

Samedi

15h-16h

Tir à l'arc - Parc Lecoq

16h30-18h

Football - Parc Lecoq



Programme sous réserve de modifications

TOURNOIS

 Inscriptions sur place

Lundi

20h30-22h30 **Badminton** - Gymnase ancienne salle

Mardi

20h30-Minuit **Futsal** - Gymnase ancienne salle



Mercredi

20h30-Minuit **Beach soccer** - Parc Lecoq

Jeudi

15h-17h **Badminton en double** - Gymnase ancienne salle

16h30-18 **Tennis de table** - Place du château d'eau

17h-19h **Basket ball** - Gymnase ancienne salle

20h30-23h **Pétanque** - Avenue de la Libération

Hôtel de France



Vendredi

20h30-23h **Beach sports** - Parc Lecoq

Samedi

10h-12h **Tennis** - Rue de la verrerie

> LES PARTENAIRES

Pétanque boïenne ; AS VTT boïenne ; West country boï ; AS Facture Biganos Rugby XV ; Raquette boïenne ; Tennis club Biganos ; AS Facture Biganos Basket club ; ABG.

ÇA SE PASSE CET ÉTÉ !

4 et 5 juillet - Fête des ports

9 juillet et 20 août - 15h-17h - Parc Lecoq
Animations Roller avec le Comité départemental.

13 juillet : concert. Sangria gratuite.

17 juillet - 10h (tournoi nocturne) - Parc Lecoq
Drop de béton.

Du 23 au 26 juillet - Parc Lecoq
Fêtes de Biganos

23 juillet et 27 août 15h- 17h - Parc Lecoq
Animations Escrime avec le Comité départemental.

31 juillet 9h - Parc Lecoq
Tournée volley caravane beach

1er août - Fête de la moisson - Parc Lecoq

6 août 14h-16h - dojo
Boxe anglaise avec le Comité départemental.

14 août 18h - Parc Lecoq
Beach volley grand chelem de Gironde.

Du 20 au 26 août - rencontre nationale de danse organisée par Tiempo del Tango.

Balade en canoë-kayak

Inscriptions et réservation obligatoire : 06 71 63 01 14

La découverte du Delta de la Leyre en kayak :

Adulte : 11 € ; Enfant : 9 €

Le matin : 1^{er}, 2, 3,15, 16, 17, 18, 28, 29, 30, 31 juillet et 14,17, 27, 28, 29 août.

L'après-midi : 6, 7, 8, 9, 20, 21, 22, 23 juillet et 1^{er}, 3, 4, 5, 6, 7, 18, 19, 20, 21 août

Après-midi et coucher de soleil : 10, 24, 25, 26, 27 juillet et 8, 10 au 12, 22, 23, 24, 25,26, août.

La Descente de la Leyre :

Adulte : 15 € ; Enfant : 11 €

Matin et après-midi tous les jours sur réservation.

Le tour de l'île de Malprat :

Adulte : 20 € ; Enfant : 14 €. Sur réservation.

1^{er}, 2, 3, 4, 15, 16, 17, 18, 29, 30, 31 juillet et 13,17 août.

La descente de la Leyre jusqu'au bassin d'Arcachon :

Adulte : 22 € ; Enfant : 4 €

Du 6 au 10 et du 20 au 25 juillet et 1^{er}, 3 au 8, 10, 11,12 et du 18 au 22, 24 août.