

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 :

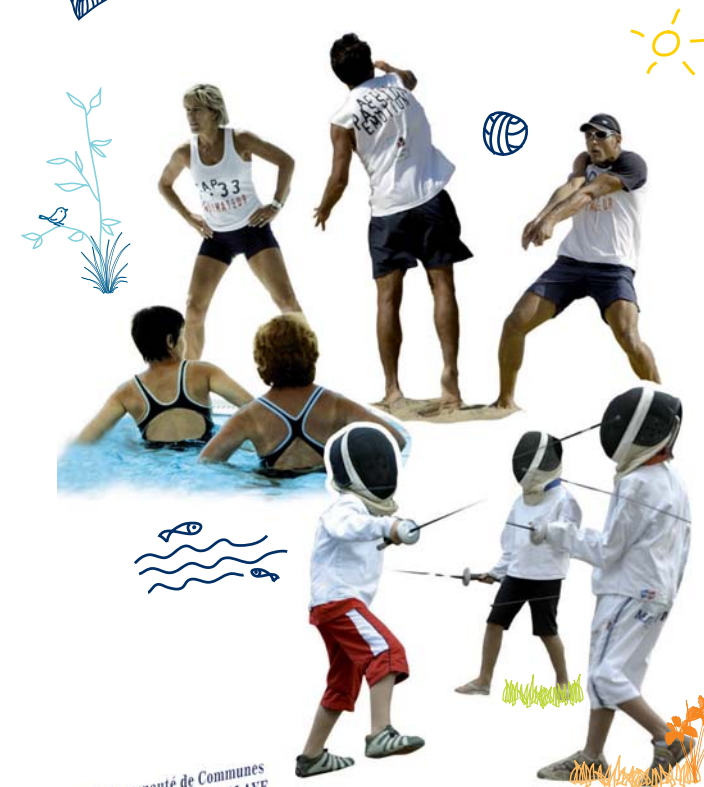
Accueil **CAP33** - Citadelle de Blaye
Rue du Bastion St Romain - 33390 BLAYE
Du lundi au dimanche
10h -12h et 14h -19h
05 57 42 82 71 ou 06 69 21 62 53

pendant tout l'été...

CAP33



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



► Programme été 2009

Communauté de Communes du canton
de Blaye

DÉCOUVERTES GRATUITES

Lundi

16h - 18h30 : **Jeux de balles.** Citadelle
Jeux athlétiques. Citadelle
 16h - 20h : **Jeux en bois.** Citadelle
 19h30 - 20h30 : **Badminton.** Gymnase Titou Vallaeys

Mardi

16h-18h30 : **Animations.** Piscine
Tir à l'arc. Citadelle
Sarbacane. Citadelle
Jeux de Hand-ball. Citadelle
 16h-20h : **Jeux en bois.** Citadelle

Mercredi

16h-18h30 : **Animations.** Piscine
Rando cyclotourisme. Accueil CAP 33
 16h-20h : **Jeux en bois.** Citadelle

Jeudi

16h-18h30 : **Animations.** Piscine
Sarbacane. Citadelle
Tir à l'arc. Citadelle
 16h-20h : **Jeux en bois.** Citadelle

Vendredi

16h-18h30 : **Sports Américains.** Citadelle
Mini golf. Citadelle
Hockey sur gazon. Citadelle
 16h-20h : **Jeux en bois.** Citadelle

Samedi

16h-19h : **Jeux en bois.** Citadelle
Multi activités. Citadelle



MINI STAGES

Inscriptions à l'accueil **CAP33**

Arts plastiques

Découverte ou perfectionnement :
 Peinture, dessin toutes techniques
 Bandes dessinées
 Objets en papier mâché
08, 21, 29 juillet - 18h30-20h30 à la Citadelle
10, 16, 24, 31 juillet - 17h-19h à la Citadelle

Gym Traditionnelle

Abdos fessiers, Steps, Renforcement musculaire,
 Stretching, LIA A partir de 16 ans.
07, 21, 28 juillet, 04 et 11 août - 19h-20h
Salle des fêtes de St Seurin de Coursac
09, 16, 23, 30 juillet, 06, 13 août - 19h-20h
Salle des fêtes de Mazion

Tir à la carabine

Inscription obligatoire à l'accueil. Places limitées
Les 11, 18, 25 juillet, 1er et 22 août - Salle de tir de Blaye

Animations piscine

Mardi - mercredi - jeudi - 16h-18h30

- ▶ Beach-volley
- ▶ Volley-ball
- ▶ Beach-Foot
- ▶ Ultimate
- ▶ Jeux de rugby
- ▶ Badminton
- ▶ Sand Ball
- ▶ Badminton...

TOURNOIS

Inscriptions sur place

Lundi

20h30 **Badminton**
 Gymnase Titou Vallaeys

Mardi

19h30 **Tennis**
 Terrain de tennis du club de Blaye
 20h **Volley-ball (CD)**
 Gymnase Titou Vallaeys
 Les 21 juillet et 21 août
 20h30 **Hand-ball** au gymnase Titou Vallaeys

Mercredi

20h- 23h **Futsal.** Gymnase Titou Vallaeys
 20h30- 23h **Belote.** Salle des sociétés Citadelle

Jeudi

20h30 **Ping Pong** à la salle des fêtes St Androny
Basket. Gymnase Titou Vallaeys

Vendredi

20h30 **Pétanque** au jardin public

> LES PARTENAIRES

Stade Blayais Rugby ; Les fils de Roland (basket) ; Stade Blayais Tennis ; Stade Blayais Hand Ball ; Passion Pongiste Nord Gironde ; Gym Mazion - St Seurin de Coursac ; Club de Tir de Blaye ; Comités départementaux d'Escrime, Volley-Ball, Base-Ball, Voile, Boxe Anglaise, Course d'orientation.

ÇA SE PASSE CET ÉTÉ !

Kiosque à musique, Place du marché
 Tous les mercredis - 9h30-12h30.

Volley ball - Avec le Comité départemental de volley ball
 07 juillet et 04 août - 16h-18h30. Piscine
 21 juillet et 18 août - 20h-22h. Gymnase Titou Vallaeys

Tir - Avec le Club de tir de Blaye
 11, 18, 25 juillet, 1er et 22 août - 14h-17h. Salle de tir de Blaye

Escrime - Avec le Comité départemental d'escrime
 14, 23 et 28 juillet - 17h-19h
 25 juillet - 14h-19h
 06 et 25 août - 16h-18h30

Rugby - Avec le Stade blayais rugby
 15, 22 juillet, 05 et 12 août - 17h-18h30. Piscine

Voile - Avec le Comité départemental de voile
 17, 31 juillet, 07, 14, et 28 août - 17h-18h30.
 Départ du ponton de Blaye.

Hand ball - Avec le stade Blayais de hand ball
 Tous les mardis 16h-18h30 - Citadelle
 07, 28 juillet, 04, 11 et 25 août - 20h30-22h30 Gymnase Titou Vallaeys

Course d'orientation
 Avec le Comité départemental de course d'orientation
 25 juillet - 16h-19h. Citadelle

Boxe anglaise - Avec le Comité départemental de boxe anglaise
 25 juillet - 16h-19h. Citadelle
 13 août - 17h-19h. Citadelle

Base ball - Avec le Comité départemental de base ball
 31 juillet - 16h-18h30. Citadelle
 07, 14 et 21 août - 17h-19h. Citadelle

Les CAP 33 de la Haute Gironde organisent

04 juillet à Bourg sur Gironde - Port du Bourg
 25 juillet à Blaye - Citadelle
 1er août à Saint Savin - Lac de Saint Christoly

CAP 33 de Blaye - Découvertes gratuites : 16h - 19h

Escrime, Hand Ball, Sarbacane, tir à l'arc, Mini golf, Jeux en Bois, Hockey, speedball, Bowling, Course d'orientation, tir à la carabine...

Navigation à la voile sur l'estuaire

17, 31 juillet, 07, 14 et 28 août - 17h-18h30

1h30 de découverte gratuite avec le Comité Départemental de Voile
 Inscriptions 48h à l'avance à l'accueil CAP33
 Départ du ponton de Blaye.
 Autres navigations sur l'estuaire à la voile et en kayak.
 Activités payantes. Renseignements et inscriptions à l'office de tourisme de Blaye.