



Nos activités

Concerts

Tous les Jeudis et Samedis
Rejoignez-nous à Cap Esterel
SAMEDI 29 FEVRIER
A partir de 20h30
Joël Allain
Espace des Arcades



Venez danser sur des rythmes variés...

Hip-Hop Enfants

• Stage Danse 1h ----- 10€

Le lundi et Vendredi de 15h à 16h
. Inscription au Pot d'accueil et à la maison de l'animation.

Activités Multiloisirs Sud Concept

Réservez vos activités fun
buggy, parcours aventure, miniquad,
segway, mini golf, Tir à l'arc...

Voir programme et réservation au bureau de sud concept **04.94.52.40.40**

Stage DJ

De retour sur le village !

• Stage DJ 3 x 1h ----- 30€

Séance 1 x 1h ----- 15€

Séance possible. . Inscription au Pot d'accueil et à la maison de l'animation.

Mini show en fin de semaine.

Fitness Coaching

Une sélection d'activités fitness, de sports collectifs ou de découverte en balade accompagnée.

Ne manquez pas les cours de Fitness avec Mika
L'offre du mois:

• Séance Coaching personnalisé..... 25€

• Séance Coaching groupé 15€

06.80.00.30.65

Tennis

Animations, tournois, stages tous niveaux, leçons individuelles.

Location de courts.

Consultez le flyer tennis disponible à la maison de l'animation.

Réservation et renseignements au pot d'accueil et au club house de tennis.

06.07.77.56.13

Pilates

Cours de renforcement musculaire profond pour une meilleure posture et un bien-être au quotidien.

Tous niveaux avec Elodie

• Le Lundi à 11h et le Vendredi à 16h



Sports et Animations de soirées gratuites

L'Agenda de vos vacances



CAP ESTEREL ASCAPE

Informations Pratiques

Du 29 Février au 06 Mars 2020

Dimanche 11h : POT D'ACCUEIL (Place du Belvédère)

« Le rendez-vous incontournable de vos loisirs et vos vacances »

Cocktail offert

La Maison de l'Animation

Réception du Belvédère

Vos animateurs vous attendent pour toutes informations

le Lundi, Mercredi et Jeudi de 10h à 12h...

Commerces

Restaurants, Spa, Boutiques, Supermarché, Glacier, Crêperie, Pub, Boulangerie, Tabac, Journaux, Laverie, Pizzerias, Multisports ...

Les Evénements

Samedi 29 - 20h30
Espace des Arcades

CONCERT
Joël Allain



JOËL ALLAIN

Dimanche 01 - 17h
Espace des Arcades



de Cap Esterel

Venez tenter votre chance et gagner de nombreux lots!

Jeudi 05 - 20h30
Espace des Arcades

THEATRE
Les Esterelles

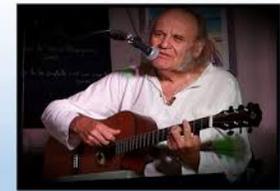


Sports et loisirs

Animations de soirée

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
MATIN					
<p>11h</p> <p>Pot d'Accueil</p>  <p>Venez découvrir votre programme d'activités</p> <p>Apéro offert !</p> <p>Rdv Place du Belvédère</p>	<p>10h</p> <p>Cuisses/Abdos/fessiers</p> <p>Rdv Place de la Bravade</p>  <p>11h</p> <p>Pilates Ball</p> <p>Rdv Place de la Bravade</p> 	<p>10h</p> <p>Tennis de Table</p>  <p>Rdv Espace des Arcades</p>	<p>10h</p> <p>Renforcement musculaire</p> <p>Rdv Place de la Bravade</p>  <p>11h</p> <p>Balance</p> <p>Rdv Place de la Bravade</p>	<p>9h30</p> <p>Randonnée « tour du Dramont »</p> <p>5km</p> <p>(2h Environ)</p> <p>Rdv Place de la Bravade</p> 	<p>10h</p> <p>Cuisses/Abdos/fessiers</p> <p>Rdv Place de la Bravade</p>  <p>11h</p> <p>Stretching</p> <p>Rdv Place de la Bravade</p>

APRES-MIDI					
<p>15h</p> <p>Tennis</p>  <p>Rdv Club House</p>	<p>14h30</p> <p>Visite « Grotte de St Honorat »</p> <p>(2h Environ)</p> <p>Rdv Place de la Bravade « Covoiturage »</p> 	<p>14h30</p> <p>Paintball</p> <p>*Séance payante sur inscription</p> <p>Rdv Bureau de Sud Concept</p> <p>14h30</p> <p>Pétanque</p>  <p>Convivialité garantie Et Apéro offert !</p> <p>Rdv Place du Belvédère</p>	<p>14h30</p> <p>Parcours Accrobranche</p> <p>*Séance payante sur inscription</p> <p>Rdv Bureau de Sud Concept</p> <p>14h30</p> <p>Pétanque</p>  <p>Convivialité garantie Et Apéro offert !</p> <p>Rdv Place du Belvédère</p>	<p>14h30</p> <p>Tir à L'arc</p> <p>*Séance payante sur inscription</p>  <p>Rdv Sud Concept</p>	<p>16h</p> <p>Pilates Ball</p>  <p>Rdv Espace des Arcades</p> <p>17h</p> <p>Initiation Salsa</p>  <p>Espace des Arcades</p>

SAMEDI 29	DIMANCHE 01	LUNDI 02
<p>20h30 Espace des Arcades</p> <p>CONCERT</p> <p>Joël Allain</p>  <p>JOËL ALLAIN</p> <p>Le spectacle est une évocation d'une période très riche de l'histoire de la chanson française , entre 1946 et 1972 ou via de nombreux lieux musicaux allaient se révélait des artistes majeurs ...</p>	<p>17h Espace des Arcades</p> <p>LOTO</p>  <p>de Cap Esterel</p> <p>Venez tenter votre chance et gagner de nombreux lots!</p> <p>1er carton offert aux participants</p> <p>2€ par carton supplémentaire</p>	<p>18h Espace des Arcades</p> <p>KARAOKE Party</p>  <p>Tu rêves d'être dans la peau d'une star, C'est ton soir !</p>

MERCREDI 04	JEUDI 05	VENREDI 06
<p>20h30 Espace des Arcades</p> <p>CINEMA</p>  <p>FRANCK DUBOSC ALEXANDRA LAMY</p>  <p>TOUT LE MONDE DEBOUT</p> <p>FRANCK DUBOSC</p> <p>CÉRARD DARMON ELSA ZYLBERSTEIN</p> <p>14 MARS</p>	<p>20h30 Espace des Arcades</p> <p>THEATRE</p> <p>Les Esterelles</p>  <p>Infidèle et manipulateur, Thomas veut épouser Donna pour sa fortune. Elle, folle amoureuse de lui, est loin de se douter de ses intentions... mais l'arrivée de Mercedes, sa maîtresse venue tout droit d'Ibiza, va peut-être tout chambouler...</p>	<p>17h Espace des Arcades</p> <p>Initiation Salsa</p> <p>CLOSING PARTY</p>  <p>Venez découvrir ou parfaire votre technique ...</p> 