



# L'AGENDA FITNESS & SPORTS

du 29 Août au 4 Septembre 2020



Tournois à partir de 12 ans / Fitness à partir de 15 ans.

Prévoir une tenue adaptée, des baskets, une bouteille d'eau et une serviette

ANIMATIONS SPORTS ET LOISIRS RESPECTANT LES REGLES SANITAIRES ET LES GESTES BARRIERES

(Désinfection du matériel avant et après les activités – matériel à usage personnel)

Port du masque recommandé pour accéder aux activités – non obligatoire lors de la pratique de l'activité.

**\* Places Limitées - Activité sur inscription à la réception**

\* Limited places Registration in reception



DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
		<p><b>8h30</b> Footing 30 à 45 min (Route et chemin – dramont) Rdv à la réception Jogging Meet us at the reception</p>			
<p><b>9h30</b> Cuisses, abdos, fessiers (CAF) Rdv place de la bravade Thighs, abs and gluts Meet us place of bravade</p>	<p><b>9h30</b> Renforcement musculaire Rdv place de la bravade Muscles reinforcement Meet us place of bravade</p>	<p><b>9h30</b> Cuisses, abdos, fessiers (CAF) Rdv place de la bravade Thighs, abs and gluts Meet us place of bravade</p>	<p><b>9h30</b> Réveil musculaire Rdv place de la bravade Muscular awakening Meet us place of bravade</p>	<p><b>9h30</b> Cuisses, abdos, fessiers (CAF) Rdv place de la bravade Thighs, abs and gluts Meet us place of bravade</p>	<p><b>9h30</b> Renforcement musculaire Rdv place de la bravade Muscles reinforcement Meet us place of bravade</p>
	<p><b>10h00</b> Football Rdv terrains multisports Football Meet us multi-sport ground</p>	<p><b>10h00</b> Basket Ball Rdv terrains multisports Basket ball Meet us multi-sport ground</p>	<p><b>10h00</b> Beach tennis Rdv terrain de tennis n°1 Beach tennis Meet us tennis court n°1</p>		
<p><b>10h15</b> Zumba Rdv place de la bravade Zumba Meet us place of bravade</p>	<p><b>10h15</b> Cardio attack Rdv place de la bravade Cardio attack Meet us place of bravade</p>	<p><b>10h15</b> Cardio combat Rdv place de la bravade Body combat Meet us bravade place</p>	<p><b>10h15</b> L.I.A Rdv place de la bravade L.I.A Meet us place of bravade</p>	<p><b>10h15</b> Cardio attack Rdv place de la bravade Body combat Meet us bravade place</p>	<p><b>10h15</b> Zumba Rdv place de la bravade Zumba Meet us place of bravade</p>
	<p><b>11h30</b> Aqua'dance Rdv piscine à vagues Aqua'dance Meet us wave pool</p>	<p><b>11h00</b> Handball Rdv terrains multisports Tournament handball Meet us multi-sport ground</p>	<p><b>11h30</b> Aqua'move Rdv piscine à vagues Aqua'move Meet us wave pool</p>	<p><b>11h00</b> Stretching/mobilité Rdv salle des arcades Stretching/mobility Meet us arcades room</p>	<p><b>11h30</b> Aqua'move Rdv piscine à vagues Aqua'move Meet us wave pool</p>
<p><b>15h00</b> Balade « Visite guidée du village » 1h Rdv place de la bravade Riding to the Cap Esterel Meet us place of bravade</p>	<p><b>15h00</b> Tennis de table Rdv salle des arcades Tennis table Meet us arcades room</p>	<p><b>15h00</b> Randonnée * INSCRIPTION À LA RECEPTION « Les Balcons de l'Esterel » 4km – 1h30 Rdv place de la bravade Riding to the Esterel * Registration reception Meet us place of bravade</p>	<p><b>15h00</b> Tennis de table Rdv salle des arcades Tennis table Meet us arcades room</p>	<p><b>15h00</b> Volley Rdv au terrain de tennis n°1 Volley Meet us tennis court n°1</p>	<p><b>15h00</b> Tennis de table Rdv salle des arcades Tennis table Meet us arcades room</p>
<p><b>16h30</b> Volley Rdv au terrain de tennis n°1 Volley Meet us tennis court n°1</p>	<p><b>17h00</b> Beach tennis Rdv terrain de tennis n°1 Beach tennis Meet us tennis court n°1</p>	<p><b>&amp;</b> Mölkky Rdv place du belvédère Molkky Meet us place of belvedere</p>	<p><b>17h00</b> Football Rdv terrains multisports Football Meet us multi-sport ground</p>	<p><b>17h00</b> Tournoi de Pétanque Rdv place du belvédère Pétanque Meet us place of belvedere</p>	<p><b>17h00</b> Volley Rdv au terrain de tennis n°1 Volley Meet us tennis court n°1</p>
	<p><b>&amp;</b> Initiation trapèze volant * 5€ INSCRIPTION À LA RECEPTION Rdv au théâtre Flying Trapeze Meet us theatre</p>	<p><b>16h30</b> Volley Rdv au terrain de tennis n°1 Volley Meet us tennis court n°1</p>	<p><b>&amp;</b> Stretching Rdv salle de arcades Stretching Meet us arcades room</p>	<p><b>&amp;</b> Cross training Rdv salle des arcades Cross training Meet us arcades room</p>	
	<p><b>&amp;</b> Cross training Rdv salle des arcades Cross training Meet us arcades room</p>	<p><b>17h00</b> Step Rdv salle des arcades Step Meet us arcades room</p>			



Retrouvez plus d'infos sur notre appli Planet Pierre & Vacances et notre site internet rendezvouscheznous.com pour connaître les activités à faire autour du village  
More information on our Planet Pierre & Vacances app



Pour toujours avoir le programme des activités sur vous n'hésitez pas à le prendre en photo.  
To always have the program of activities on you do not hesitate to take a picture.