

# L'AGENDA FITNESS, SPORTS & BALADES

## du 15 au 20 AOUT 2021

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.



### DIMANCHE

### LUNDI

### MARDI

### MERCREDI

### JEUDI

### VENDREDI

**9h30**

#### Renforcement musculaire

Rdv Place de la Bravade  
Muscles renforcement  
Meet us place of bravade

**10h30**

#### Cardio Combat

Rdv Place de la Bravade  
Cardio Combat  
Meet us place of bravade

**11h30**

#### Spécial Gainage

Pass sanitaire obligatoire  
Rdv Espace des arcades  
Strengthen  
Meet us Arcades

**15h00**

#### Tournoi de volleyball

Rdv terrain n1 de tennis  
Tournament volleyball  
Meet us n1 tennis court

**17h30**

#### Step

Pass sanitaire obligatoire  
Rdv Espace des arcades  
Step  
Meet us arcades

**18h30**

#### Anim' info

Rdv Place de la Bravade  
Meet the team  
Meet us Place de la Bravade

**9h30**

#### Cuisses, abdos, fessiers (CAF)

Rdv Place de la Bravade  
Thighs, abs and gluts  
Meet us place of bravade

**10h00**

#### Tournoi de football

Rdv terrains multisports  
Tournament Football  
Meet us multi-sport ground

**10h30**

#### Zumba

Rdv Place de la Bravade  
Zumba  
Meet us place of bravade

**11h30**

#### Aqua'dance

Rdv piscine à vagues  
Aqua'dance  
Meet us wave pool

**9h30**

#### Renforcement musculaire

Rdv Place de la Bravade  
Muscles renforcement  
Meet us place of bravade

**10h00**

#### Tournoi de Basketball

Rdv terrains multisports  
Tournament Basketball  
Meet us multi-sport ground

**10h30**

#### Hiit

Rdv Place de la Bravade  
HIIT  
Meet us place of bravade

**11h30**

#### Abdos Flash

Pass sanitaire obligatoire  
Rdv Espace des arcades  
Abdos flash  
Meet us Arcades

**9h30**

#### Cuisses, abdos, fessiers (CAF)

Rdv Place de la Bravade  
Thighs, abs and gluts  
Meet us place of bravade

**10h00**

#### Tournoi de volleyball

Rdv terrain n1 de tennis  
Tournament volleyball  
Meet us n1 tennis court

**10h30**

#### L.I.A

Rdv Place de la Bravade  
L.I.A  
Meet us place of Bravade

**11h30**

#### Stretching

Pass sanitaire obligatoire  
Rdv Espace des arcades  
Stretching  
Meet us Arcades

**11h30**

#### Aqua'dance

Rdv piscine à vagues  
Aqua'dance  
Meet us wave pool

**Départ 15h00**

#### \* Randonnée

« Tour du Dramont »  
6km – 2h  
Rdv place de la bravade  
Riding to the Dramont  
Meet us place of bravade

#### A partir de 16h00 Marché Provençal

Port du masque obligatoire  
Place de la Baravade  
Provençal market  
Meet us place of bravade

**17h00**

#### Tournoi de Pétanque

Rdv place du belvédère  
Tournament Petanque  
Meet us place of belvedere

**18h00**

#### Step

Pass sanitaire obligatoire  
Rdv Espace des arcades  
Step  
Meet us arcades

**9h30**

#### Renforcement musculaire

Rdv Place de la Bravade  
Muscles renforcement  
Meet us place of bravade

**10h00**

#### Tournoi de Basketball

Rdv terrains multisports  
Tournament Football  
Meet us multi-sport ground

**10h30**

#### Cardio attack

Rdv Place de la Bravade  
Cardio attack  
Meet us place of bravade

**11h30**

#### Spécial gainage

Pass sanitaire obligatoire  
Rdv Espace des arcades  
Strengthen  
Meet us Arcades

**15h00**

#### Tennis de table

Pass sanitaire obligatoire  
Rdv aux arcades  
Tennis table  
Meet us arcades

**17h00**

#### Tournoi de Handball

Rdv terrains multisports  
Tournament Handball  
Meet us multi-sport ground

**17h30**

#### PUMP (+16 ans)

RÉSERVATION GRATUITEMENT À LA RÉCEPTION, PLACES LIMITEES  
Pass sanitaire obligatoire  
Rdv aux arcades  
Pump  
Free registration at the reception  
Meet us arcades

**9h30**

#### Cuisses, abdos, fessiers (CAF)

Rdv Place de la Bravade  
Thighs, abs and gluts  
Meet us place of bravade

**10h00**

#### Tournoi de Football

Rdv terrains multisports  
Tournament Football  
Meet us multi-sport ground

**10h30**

#### Zumba

Rdv Place de la Bravade  
Zumba  
Meet us place of bravade

**11h30**

#### Cross training

Pass sanitaire obligatoire  
Rdv Espace des arcades  
Cross training  
Meet us Arcades

**11h30**

#### Aqua'dance

Rdv piscine à vagues  
Aqua'dance  
Meet us wave pool

**Départ 15h00**

#### Randonnée

« Rastel d'Agay »  
8km – 2h30  
RDV PLACE DU TOGO A AGAY  
Riding to the Esterel  
Meet us place of Togo in Agay

**15h00**

#### Tournoi de Volley

Rdv terrain n1 de tennis  
Tournament volleyball  
Meet us n1 tennis court

**15h00**

#### Tournoi de Tennis

RÉSERVATION DIRECTEMENT AU CLUB HOUSE TENNIS 10 EUROS  
Rdv au club house  
Tournament Tennis  
Meet us club house

**17h30**

#### Stretching

Pass sanitaire obligatoire  
Rdv Espace des arcades  
Stretching  
Meet us Arcades

planet



Retrouvez plus d'infos sur notre appli Planet Pierre & Vacances

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.