



# L'AGENDA FITNESS, SPORTS & BALADES

du 29 AOUT au 03 SEPTEMBRE 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	VENREDI
<p><b>9h30</b> <b>Renforcement musculaire</b> Rdv Place de la Bravade Muscles renforcement Meet us place of bravade</p> <p><b>10h30</b> <b>L.I.A</b> Rdv Place de la Bravade L.I.A Meet us place of Bravade</p> <p><b>11h30</b> <b>Spécial Gainage</b> Rdv Place de la Bravade Strengthen Meet us place of Bravade</p>	<p><b>9h30</b> <b>Cuisses, abdos, fessiers (CAF)</b> Rdv Place de la Bravade Thighs, abs and gluts Meet us place of bravade</p> <p><b>10h00</b> <b>Tournoi de football</b> Rdv terrains multisports Tournament Football Meet us multi-sport ground</p> <p><b>10h30</b> <b>Cardio Combat</b> Rdv Place de la Bravade Cardio Combat Meet us place of bravade</p> <p><b>11h30</b> <b>Aqua'dance</b> Rdv piscine à vagues Aqua'dance Meet us wave pool</p>	<p><b>9h30</b> <b>Renforcement musculaire</b> Rdv Place de la Bravade Muscles renforcement Meet us place of bravade</p> <p><b>10h00</b> <b>Tournoi de Basketball</b> Rdv terrains multisports Tournament Basketball Meet us multi-sport ground</p> <p><b>10h30</b> <b>Zumba</b> Rdv Place de la Bravade Zumba Meet us place of bravade</p> <p><b>11h30</b> <b>Abdos Flash</b> Rdv Place de la Bravade Abdos flash Meet us place of bravade</p>	<p><b>9h30</b> <b>Cuisses, abdos, fessiers (CAF)</b> Rdv Place de la Bravade Thighs, abs and gluts Meet us place of bravade</p> <p><b>10h00</b> <b>Tournoi de volleyball</b> Rdv terrain n1 de tennis Tournament volleyball Meet us n1 tennis court</p> <p><b>10h30</b> <b>L.I.A</b> Rdv Place de la Bravade L.I.A Meet us place of Bravade</p> <p><b>11h30</b> <b>Stretching</b> Rdv Place de la Bravade Stretching Meet us place of Bravade</p>	<p><b>9h30</b> <b>Renforcement musculaire</b> Rdv Place de la Bravade Muscles renforcement Meet us place of bravade</p> <p><b>10h00</b> <b>Tournoi de BasketBall</b> Rdv terrains multisports Tournament Football Meet us multi-sport ground</p> <p><b>10h30</b> <b>Cardio combat</b> Rdv Place de la Bravade Body combat Meet us place of bravade</p> <p><b>11h30</b> <b>Spécial gainage</b> Rdv Place de la Bravade Strengthen Meet us place of bravade</p>	<p><b>9h30</b> <b>Cuisses, abdos, fessiers (CAF)</b> Rdv Place de la Bravade Thighs, abs and gluts Meet us place of bravade</p> <p><b>10h00</b> <b>Tournoi de Volley</b> Rdv terrain n1 de tennis Tournament volleyball Meet us n1 tennis court</p> <p><b>10h30</b> <b>Zumba</b> Rdv Place de la Bravade Zumba Meet us place of bravade</p> <p><b>11h30</b> <b>Aqua'dance</b> Rdv piscine à vagues Aqua'dance Meet us wave pool</p>
<p><b>Départ 15h00</b> <b>* Randonnée</b> « Les Balcons de l'Esterel » 4km – 1h30 Rdv place de la bravade Riding to the Esterel Meet us place of bravade</p> <p><b>17h00</b> <b>Tournoi de Handball</b> Rdv terrains multisports Tournament Handball Meet us multi-sport ground</p> <p><b>17h30</b> <b>Jump Party</b> Rdv Place de la Bravade Meet the team Meet us Place de la Bravade</p>	<p><b>15h00</b> <b>Beach Tennis</b> Rdv terrain n1 de tennis Beach Tennis Meet us n1 tennis court</p> <p><b>17h00</b> <b>Tournoi de volleyball</b> Rdv terrain n1 de tennis Tournament volleyball Meet us n1 tennis court</p> <p><b>17h30</b> <b>Stretching</b> Rdv <u>Piscine du Hameau du haut</u> <b>Prévoir serviette</b> Stretching Meet us Hameau Pool</p>	<p><b>Départ 15h00</b> <b>* Randonnée</b> « Tour du Dramont » 6km – 2h Rdv place de la bravade Riding to the Dramont Meet us place of bravade</p> <p><b>17h00</b> <b>Tournoi de Handball</b> Rdv terrains multisports Tournament Handball Meet us multi-sport ground</p> <p><b>17h30</b> <b>Street workout</b> Rdv devant la réception Street workout Meet us reception</p>	<p><b>15h00</b> <b>Beach Tennis</b> Rdv terrain n1 de tennis Beach Tennis Meet us n1 tennis court</p> <p><b>A partir de 16h00</b> <b>Marché Provençal</b> <b>Port du masque obligatoire</b> Place de la Baravade Provençal market Meet us place of bravade</p> <p><b>16h00</b> <b>Tournoi de Pétanque</b> « Triplette » Rdv place du belvédère Tournament Petanque Meet us place of belvedere</p>	<p><b>Départ 15h00</b> <b>* Randonnée</b> « Cap Roux » 5km – 2h15 Rdv MASSIF DE L'ESTEREL <b>PARKING DE LA STE BAUME</b> Riding to the Dramont Meet Sainte baume Carpark</p> <p><b>15h00</b> <b>Tournoi de Handball</b> Rdv terrains multisports Tournament Handball Meet us multi-sport ground</p> <p><b>17h30</b> <b>Street workout</b> Rdv devant la réception Street workout Meet us reception</p>	<p><b>15h00</b> <b>Tournoi de Football</b> Rdv terrains multisports Tournament Football Meet us multi-sport ground</p> <p><b>17h00</b> <b>Beach Tennis</b> Rdv terrain n1 de tennis Beach Tennis Meet us n1 tennis court</p> <p><b>17h30</b> <b>Stretching</b> Rdv au théâtre de verdure Stretching Meet us Theatre</p>



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.