

CAP33



CAP33



➔ A l'initiative du Conseil Général, CAP33 rassemble les familles et les jeunes autour d'animations sportives en Gironde

Les 20 centres CAP33 proposent tout au long de l'été, aux familles et aux plus de 15 ans, plus 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 un grand nombre de disciplines sportives.

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 individuellement ou par équipes.

Au-delà de ces 3 formules, chaque centre propose également diverses animations.

Les animations CAP33 sont couvertes en responsabilité civile par la commune et la communauté de communes auprès d'une société d'assurance. Afin de passer à toute tranquillité, il est toujours souhaitable que les participants soient eux-mêmes titulaires d'une assurance responsabilité civile complémentaire.

➔ Renseignements et inscriptions :

CAP33 BIGANOS

Parc Lecoq
avenue de la libération

10h-12h et 14h-18h
06 89 02 88 21

➔ CAP33 est une opération initiée par le Conseil Général de la Gironde en partenariat avec : votre Commune ou Communauté de Communes et ses associations, le Comité départemental olympique et sportif (CDOS), les Comités sportifs départementaux.



20 CENTRES CAP33 VOUS ACCUEILLENT :

ANDERNOS-LES-BAINS.....	05 56 82 02 95
ARÈS.....	05 57 70 93 78
AUDENGE.....	06 14 47 29 54
BLANQUEFORT.....	05 56 95 50 77
BIGANOS.....	06 89 02 88 21
CDC CANTON BLAYE.....	05 57 42 82 71
CDC CENTRE MEDOC.....	05 56 59 60 38
CDC CANTON ST-SAVIN.....	05 57 42 57 30
CDC REOLAIS ET MONSEGURAIS.....	05 56 71 71 55
CARCANS.....	05 56 03 48 78
EYSINES.....	05 56 16 18 13
GRAYAN-ET-L'HÔPITAL.....	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
ST-MÉDARD-EN-JALLES.....	05 56 05 71 14
SOULAC-SUR-MER.....	06 80 48 82 74
VENDAYS-MONTALIVET.....	05 56 09 38 39



LES TOURNÉES DES COMITÉS SPORTIFS

Les comités départementaux de Rugby et de Volley-ball vous proposent une série de tournois, aux dates et dans les centres CAP33 suivants :

RUGBY À LA PLAGES :

- 09 juillet : Biganos - Parc Le Coq
- 16 juillet : La Teste-de-Buch - La Lagune
- 20 juillet : Lanton - Bassin de Baignade du Braou
- 22 juillet : Audenge - Bassin de Baignade Orten
- 23 juillet : Lacanau - Plage Nord
- 27 juillet : Soulac-sur-Mer - Plage Centrale
- 28 juillet : Vendays-Montalivet - Esplanade Nord
- 29 juillet : Andernos-les-Bains - Betye
- 30 juillet : La Rôle - Fontey



BEACH VOLLEY (2x2) :

- 16 juillet : St Médard-en-Jalles - Ball' en Jall'
- 24 juillet : Arès - Jetée. Inscription à 15h
- 25 juillet : Andernos-les-bains - Betye
- 31 juillet : La Teste-de-Buch - La Lagune
- 01 août : La Teste-de-Buch - La Lagune
- 07 août : Montalivet - Plage Nord
- 08 août : Montalivet - Plage Nord
- 14 août : Soulac-sur-Mer
- 15 août : Soulac-sur-Mer



Les centres CAP33 vous proposent de nombreuses animations en partenariat avec les comités sportifs départementaux d'aviron, badminton, base-ball, boxe anglaise, course d'orientation, escrime, football, handball, jeux d'échecs, natation, roller, rugby et drop de béton, sports sous-marins, surf, voile, volley-ball.

CAP33



➔ en famille ou individuellement
à partir de 15 ans



➔ Programme été 2010

Biganos

DÉCOUVERTES GRATUITES

Lundi

- 11h-12h : Canoë-kayak - Port de Biganos
(le 26 juillet)
15h-16h : Canoë-kayak - Port de Biganos
(le 19 juillet)
18h-19h : Judo - Dojo (le 09 août)

Mardi

- 10h-11h : Base-ball - Parc Lecoq
10h-12h : Animations beach sports Parc Lecoq
11h-12h : Speedminton - Parc Lecoq
18h-20h : Tennis de table - Château d'eau
Vélo - Départ Accueil CAP33
20h30-23h : Danse country - Salle des fêtes
(du 06 juillet au 24 août sauf le 13 juillet)

Mercredi

- 10h-11h : Sarbacane - Parc Lecoq
10h-12h : Tennis - Rue de la verrerie
11h-12h : Ultimate - Parc Lecoq
Canoë-kayak - Port de Biganos
(le 07 juillet)
15h-16h : Canoë-kayak - Port de Biganos (le 04 août)
18h-20h : Badminton - Gymnase ancienne salle

Jeudi

- 10h-12h : Animations beach sports - Parc Lecoq
Vélo - Départ Accueil CAP33
11h-12h : Canoë-kayak - Port de Biganos
(les 12 et 19 août)
18h-20h : Tennis de table - Château d'eau
19h-20h : Judo - Dojo (le 08 juillet et 19 août)

Vendredi

- 10h-11h : Canoë-kayak - Port de Biganos
(le 16 juillet)
Sarbacane - Parc Lecoq
10h-12h : Animations beach sports - Parc Lecoq
11h-12h : Canoë-kayak - Port de Biganos
(le 27 août)
Speedminton - Parc Lecoq
18h-19h : Ultimate - Parc Lecoq
Judo - Dojo (le 16 juillet)
19h-20h : Animations beach sports - Parc Lecoq

Samedi

- 10h-11h30 : Remise en forme - Parc Lecoq

MINI STAGES

Sur inscriptions

Tennis

Les lundis et jeudis de 10h à 12h - Rue de la verrerie

Remise en forme

Les mercredis et vendredis de 19h à 20h30 - Parc Lecoq

TOURNOIS

Inscriptions sur place

Lundi

- 20h30-22h30 : Sand ball - Parc Lecoq
20h30-23h : Badminton - Gymnase ancienne salle

Mardi

- 20h30-22h30 : Beach volley - Parc Lecoq
20h30-00h : Futsall - Gymnase ancienne salle
(sauf le 27 juillet)
Les 20 juillet et 10 août, RDV «Lenolets», à côté de Delta fitness, ZA Communale Nord : Tournois en 2x2 et 3x3

Mercredi

- 20h30-23h : Basket-ball - Gymnase ancienne salle
20h30-00h : Beach soccer - Parc Lecoq

Jeudi

- 20h30-23h : Pétanque - Boulodrome du Lac vert

Vendredi

- 20h30-22h30 : Beach rugby - Parc Lecoq
Tennis de table - Château d'eau

Samedi

- 10h-12h : Tennis - Rue de la verrerie

Programme prévisionnel, sous réserve de modifications

ÇA SE PASSE CET ÉTÉ !!!

Fête des ports - Port de Biganos
03 et 04 juillet à 20h

Bal des enfants - Parc Lecoq
06 juillet à 20h30

Drop de béton. Tournoi nocturne - Parc Lecoq
09 juillet à 20h

Repas, concert, feu d'artifice de la fête nationale
13 juillet à 19h - Parc Lecoq

Fêtes de Biganos - Parc Lecoq
Du 22 au 25 juillet

Randonnée la boïenne - Parking mairie
25 juillet à 8h30

Soirée CAP33 - Parc Lecoq
27 juillet à 20h30

Fête de la moisson - Parc Lecoq
07 août (journée et nocturne)

Marché artisanal nocturne - Parc Lecoq
13 août à 19h30

Rencontre nationale de danse - Salle des fêtes
Du 20 au 25 août

Les associations partenaires

Pétanque Boïenne ; A.S.V.T.T. ;
West Country Boï ; A.S. Factice Biganos
Rugby XV ; Factice Biganos Boïens XIII ;
Raquette Boïenne ; Tennis Club Biganos ;
Basket Club A.S. Factice Biganos ;
A.B.G. ; Judo Club Biganos.



Balade en canoë-kayak

Inscription et réservation obligatoires :
06 71 63 01 14

- La découverte du Delta de la Leyre en kayak :
Adulte : 11 € ; Enfant : 9 €

Le matin : 02, 03, 05-08, 17, 19-21 juillet,
02-06, 16-19 et 31 août.

L'après-midi : 09, 10, 22-24 juillet,
07, 09, 10, 20, 21, 23 et 24 août.

Après-midi et coucher de soleil :
01, 02, 12, 13, 15, 26-31 juillet,
02, 11-14 et 22-26 août.

- La descente de la Leyre :
Adulte : 15 € ; Enfant : 11 €
Tous les jours, matin et après-midi.

- La descente de la Leyre jusqu'au bassin
d'Arcachon :
Adulte : 22 € ; Enfant : 16 €
06-10, 20-25 juillet,
01, 03-08, 10-12, 18-22 et 24 août.

- Le tour de l'île de Malprat :
Adulte : 20 € ; Enfant : 14 €
05-10, 19-23 juillet,
04-07 et 17-22 août.

