



L'AGENDA FITNESS, SPORTS & BALADES

Du 24 au 29 Avril



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

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
9h30 Renforcement musculaire Rdv Place de la Bravade Muscles reinforcement Meet us place of bravade 10h30 Cardio combat Rdv Espace des Arcades Body combat Meet us Arcades 11h30 Abdos Flash 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 Football Rdv terrains multisports Tournament Football Meet us multi-sport ground 10h30 Cross Training Rdv Espace des arcades Cross Training Meet us arcades 11h30 Spécial Gainage Rdv Espace des arcades Strengthen Meet us arcades	9h30 Cardio training Rdv Place de la Bravade Cardio training Meet us place of bravade 10h00 Molkky Jeu de quilles finlandaises Rdv place du belvédère Tournament Molkky Meet us place of belvedere 10h30 Zumba Rdv Espace des arcades Zumba Meet us arcades 11h30 Stretching Rdv Espace des arcades Stretching Meet us arcades	9h30 Renforcement musculaire Rdv Place de la Bravade Muscles reinforcement Meet us place of bravade 10h00 Tournoi de Volleyball Rdv terrains multisports Tournament Volleyball Meet us multi-sport ground 10h30 Trampo'Fit RÉSERVATION GRATUITEMENT À LA RÉCEPTION Rdv Espace des arcades Trampo Fit Meet us arcades 11h30 Spécial gainage Rdv Espace des arcades Strengthen 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 Basketball Rdv terrains multisports Tournament Basketball Meet us multi-sport ground 10h30 Step Rdv Espace des arcades Step Meet us arcades 11h30 Abdos Flash Rdv Espace des Arcades Abdos flash Meet us Arcades	9h30 Renforcement musculaire Rdv Place de la Bravade Muscles reinforcement Meet us place of bravade 10h00 Tournoi de Football Rdv terrains multisports Tournament Football Meet us multi-sport ground 10h30 Zumba Rdv Espace des arcades Zumba Meet us arcades 11h30 Stretching Rdv Espace des arcades Stretching Meet us arcades
16h00 Chasse aux œufs Rdv place de la bravade Egg hunt Meet us place of bravade 18h00 Anim' info Rdv place de la bravade Anim info Meet us place of bravade	Départ 15h00 Randonnée « Tour du Dramont » 6km – 2h Rdv place de la bravade Riding to the Dramont Meet us place of bravade 16h00 Tennis de table Rdv Espace des arcades Tennis table Meet us Arcades	15h00 Tournoi de Basketball Rdv terrains multisports Tournament Basketball Meet us multi-sport ground 16h00 Tournoi de Handball Rdv terrains multisports Tournament handball Meet us multi-sport ground	A partir de 16h00 Marché Provençal Place de la Bravade Provençal market Meet us place of bravade 16h00 Tournoi de Pétanque Rdv place du belvédère Tournament Petanque Meet us place of belvedere	Départ 15h00 Randonnée « Les Balcons de l'Esterel » 4km – 1h30 Rdv place de la bravade Riding to the Esterel Meet us place of bravade 17h00 Tournoi de Handball Rdv terrains multisports Tournament handball Meet us multi-sport ground	15h00 Tennis de table Rdv Espace des arcades Tennis table Meet us Arcades 17h00 Molkky Jeu de quilles finlandaises Rdv place du belvédère Tournament Molkky Meet us place of belvedere



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.

