

PROGRAMME ÉTÉ 2025 - CDC LES COTEAUX BORDELAIS

En famille ou individuellement à partir de 15 ans.

du 7 juillet au 28 août

Lundi

LES DÉCOUVERTES GRATUITES

- ▶ **Flu Flu 16h30-17h45** ▶ Bonnetan, Parc de la mairie
- ▶ **Tir à l'arc 17h45-19h** ▶ Bonnetan, Parc de la mairie (à partir de 10 ans)

LES SÉANCES D'APPROFONDISSEMENT

- ▶ **Badminton 19h30-21h30** ▶ Carignan, Gymnase (Chaussures de salle obligatoire)

Mardi

LES DÉCOUVERTES GRATUITES (sauf 6/08)

- ▶ **Foot 16h-17h** ▶ Tresses, Place Fuenmayor
- ▶ **Hockey 17h-18h** ▶ Tresses, Place Fuenmayor
- ▶ **Poterie** (8, 22/07, 5 et 26/08) **17h-19h** ▶ Tresses, Place Fuenmayor avec "Atelier Poterie Tresses"
- ▶ **Basket Shoot** (concours) **17h-19h** ▶ Tresses, Place Fuenmayor
- ▶ **Basket** (19 et 26/08) **18h-19h** ▶ Tresses, Place Fuenmayor avec « AS Basket Tresses »
- ▶ **Tennis** (Juillet) **18h30-19h30** ▶ Tresses, Place Fuenmayor avec « Tennis club de Tresses »
- ▶ **Yoga 19h-20h** ▶ Tresses, Place Fuenmayor avec "Yoga Tresses"
- ▶ **PPG 19h30-20h30** ▶ Tresses, Place Fuenmayor avec "Tresses Running"

Repli à la salle des sports et Adema en cas d'intempéries

LES TOURNOIS (2€/équipe)

- ▶ **Pétanque 19h30-22h** ▶ Tresses, Place Fuenmayor (limite d'inscription 19h15). Venez avec votre cochonnet, places limitées, parties au temps.

Mercredi

LES DÉCOUVERTES GRATUITES

- ▶ **Practice Baseball** (défoule toi à la batte !) **16h-17h** ▶ Pompignac, Gymnase
- ▶ **Touch Tennis 17h-18h** ▶ Pompignac, Gymnase
- ▶ **Pala 18h-19h** ▶ Pompignac, Gymnase
- ▶ **Foot en marchant 18h-19h** ▶ Pompignac, Stade Foot avec « Football Club Rive Droite 33 »

LES TOURNOIS

- ▶ **Foot Salle** (sauf 13/08) **19h-21h** ▶ Pompignac Gymnase
- ▶ **Basket Fluo** (23/07) **20h-22h** ▶ Tresses, Gymnase
- ▶ **Foot Salle Fluo** (13/08) **19h-22h** ▶ Tresses, Gymnase

Jeudi

LES TOURNOIS

- ▶ **Inter-villages des Coteaux 18h-21h** ▶ Constituez une équipe de 5 participants minimum qui représente votre commune. Chaque jeudi un classement sera effectué et lors de la dernière étape le classement final sera donné. Programme dans l'encart spécifique

Vendredi

LES DÉCOUVERTES GRATUITES

- ▶ **Entretien Corporel 9h45-10h45/11h-12h** ▶ Pompignac, Dojo
- ▶ **Multi Activités 16h-19h** ▶ Salleboeuf, Bourg
- ▶ **Animations grands jeux en bois 17h-18h** ▶ Salleboeuf, Bourg avec la "Ludothèque Terres de Jeu"

LES TOURNOIS

- ▶ **Tennis de Table Fluo** (1/08 et 22/08) ▶ Salle de spectacle Rosa Bonheur de Salleboeuf avec « TAM TAM »

Samedi

LES DÉCOUVERTES GRATUITES

- ▶ **Randonnées :**
 - ▶ **9h** ▶ Rendez-vous devant les églises avec « Rando Tresses » (distance 8 km)
 - ▶ **12/07** ▶ Fargues Saint-Hilaire
 - ▶ **19/07** ▶ Croignon
 - ▶ **27/07** ▶ Salleboeuf
 - ▶ **2/08** ▶ Fargues Saint-Hilaire
 - ▶ **9/08** ▶ Salleboeuf
 - ▶ **16/08** ▶ Bonnetan
 - ▶ **23/08** ▶ Croignon

Pour chacune de ces dates, chaque randonneur doit posséder un équipement adapté à la marche (chaussures de promenade et petite randonnée au minimum, vêtements adaptés à la température et aux conditions météo, boissons en quantités suffisantes). Le randonneur est tenu de se conformer strictement aux consignes de l'animateur. Les animaux de compagnie ne sont pas acceptés.

INTER-VILLAGES DES COTEAUX :

L'inscription aux jeux inter-villages est gratuite et ouverte à tous les habitants des communes de la CDC des Coteaux Bordelais ainsi que leurs proches et leurs amis. Sous forme de championnat tous les jeudis à partir du 10 juillet.

« Constituez votre équipe de 5 personnes minimum pour chaque rencontre et donnez un nom à votre équipe pour défendre vos couleurs en vous amusant ! »

Les équipes s'affronteront autour de diverses épreuves accessibles à tous, telles que tir à la corde, course de brouette ou encore course en sac.

10/07 - Camarsac en association avec Bonnetan et Croignon ▶ City-Stade avec « Les Princes Noirs »

17/07 - Salleboeuf ▶ Centre Bourg avec la participation de l'association « TAM TAM »

24/07 - Tresses ▶ Centre Bourg avec la participation de l'association « Tresses Running »

31/07 - Pompignac ▶ Centre Bourg

7/08 - Carignan ▶ Centre Culturel l'Odyssée

28/08 ▶ « Clôture de CAP33 et des inter-villages édition 2025 : remise des trophées et vin d'honneur offert par la CDC dans la commune victorieuse »

Informations pratiques :

- ▶ La venue d'un groupe sur une activité est conditionnée par une prise de contact et une validation en amont par le chef de centre : Vincent PEYROT 06 23 76 64 42.
- ▶ Activités accessibles aux personnes en situation de handicap contactez : Vincent PEYROT 06 23 76 64 42.
- ▶ Programme prévisionnel, sous réserve de modifications.
- ▶ **Gymnase de Carignan** une paire de chaussures propres adaptées sera nécessaire pour la pratique des activités en salle.
- ▶ **Pas d'animation le 14 juillet et 15 août.**

● Activités culturelles

CET ÉTÉ, À LA CDC LES COTEAUX BORDELAIS

Frayse Toch'
Du 17 au 19/07

Festi-Marché
Vendredi 1/08 ▶ Salleboeuf, Centre Bourg

Nuit des étoiles
Lundi 16/08 - 18h30-23h59 ▶ Rdv au Domaine de la Frayse (tout public)

Associations partenaires de CAP33

CDC les Coteaux Bordelais : FC Rive Droite 33 ; Ludothèque Terres de jeu ; UFCV ; Salleboeuf ; Tam-Tam ; Tresses ; Yoga Tresses ; Tresses Running ; Atelier Poterie Tresses ; Rando Tresses ; AS Basket Tresses, Tennis Tresses ; Pompignac : Pala Pompignacaise ; ES Pompignac Basket