

CAP33



C'est une opération initiée par le Conseil Général de la Gironde en partenariat avec :

Votre Commune ou Communauté de Communes, ses associations, le Comité départemental olympique et Sportif (CDOS) et les Comités Sportifs Départementaux.



20 Centres d'Animation Permanent CAP 33 :

ANDERNOS LES BAINS.....	05 56 82 02 95
ARÈS.....	05 57 17 47 54
AUDENGE.....	06 14 47 29 54
BIGANOS.....	06 89 02 88 21
BOURG-EN-GIRONDE CDC.....	06 26 45 35 63
CARCANS.....	05 56 03 48 78
CDC CANTON BLAYE.....	05 57 42 82 71
CDC CENTRE-MEDOC.....	05 56 39 60 38
CDC CANTON ST-SAVIN.....	05 57 42 57 30
CDC RÉOLAIS-ET-MONSEGURAIS.....	05 56 71 71 55
EYSINES.....	05 56 16 18 13
GRAYAN ET L'HOPITAL.....	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
SOULAC-SUR-MER.....	06 80 48 82 74
ST-MÉDARD-EN-JALLES.....	05 56 05 71 14
VENDAYS-MONTALIVET.....	05 56 09 38 39

LES TOURNÉES DES COMITÉS SPORTIFS

Les comités départementaux de Rugby et de Volleyball vous proposent une série de tournois, aux dates et dans les centres CAP 33 suivants :

► RUGBY A LA PLAGES :

08 juillet : Saint-Médard-en-Jalles
16-25 juillet : La Teste-de-Buch Petit Nice
17 juillet : Biganos
22 juillet : Lanton
29 juillet : Audenge
30 et 31 juillet : Soulac-sur-Mer
03 août : Le Porge
04 août : La Réole Fontet
07 août : Andernos-les-Bains
09-10-11 août : Vendays-Montalivet
12 août : Lacanau

► BEACH VOLLEY (2x2) :

18 juillet : Andernos-les-Bains
25-26 juillet : Vendays-Montalivet
31 juillet : Carcans
01 août : Arès
02 août : La Teste-de-Buch Petit Nice
08 août : Grayan-et-l'Hôpital
09 août : Le Porge
14 août : Biganos
15 août : Soulac-sur-Mer

Les centres CAP 33 vous proposent de nombreuses animations en partenariat avec les comités sportifs départementaux d'Aviron, Badminton, Base-ball, Boxe anglaise, Course d'orientation, Cyclisme, Escrime, Football, Handball, Jeux d'échecs, Natation, Roller, Rugby et Drop de béton, Sports sous-marins, Tennis, Volley-ball.



CAP33



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

Les 20 centres CAP 33 proposent tout au long de l'été, aux plus de 15 ans et aux familles, pas moins 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 l'une des 80 disciplines. **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, en jouant par équipes.

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

Les animations CAP 33 sont couvertes en responsabilité civile par la commune ou la communauté de communes auprès d'une société d'assurance. Afin de parer à toute éventualité, il est toutefois souhaitable que les utilisateurs soient eux-mêmes titulaires d'une assurance individuelle complémentaire.



Renseignements et inscriptions :

Programmes des activités disponibles dans les lieux suivants :

Les commerçants du Centre Médoc

Les syndicats d'initiatives des communes du Centre Médoc

La Maison du tourisme et du vin à Pauillac vous accueille pour plus d'informations sur les activités

Renseignements et Inscriptions par téléphone Hervé DABIS
06 32 21 21 84 - Sport.clsh@cccetremedoc.fr

Secrétariat Communauté de Communes Centre Médoc
05 56 73 27 46 - centremedoc@wanadoo.fr

pendant tout l'été...

CAP33



Venez en famille ou individuellement à partir de 15 ans



► Programme été 2009

Communauté de Communes
Centre Médoc

DÉCOUVERTES GRATUITES

Lundi

10h-12h : **Tennis** - Stade de St Laurent
Tir à l'arc itinérant sur l'ensemble des communes
 (détail des lieux sur les affiches)
 17h30-19h30 : **Remise en forme** - Cissac

Mardi

10h-12h : **Canoë - Kayak***
 17h-19h : **Badminton** - Cosec de St Laurent
 17h30-19h30 : **Remise en forme** - Saint Estèphe

Mercredi

10h-12h : **Tir à l'arc** - Plaine de La Garosse
Tennis - Stade de Pauillac
 17h-19h : **Tennis de table** - Cosec de St Laurent
 17h30-19h30 : **Remise en forme** - Cosec de Pauillac

Jeudi

10h-12h : **Découverte VTT**
 Château d'Osmond à Cissac. Lecture du paysage
 dégustation de vin. VTT fournis. Enfants à partir
 de 10 ans. Inscription obligatoire.
 Possibilité de pique-nique au Château.
 10h-12h : **Roller** - Skate Parc de Cissac
 17h-19h : **Badminton** - Cosec de St Laurent
 17h30-19h30 : **Remise en forme**
 Salle de Saint Sauveur

Vendredi

10h-12h : **Tennis de table** - Cosec de St Laurent
Baseball - Stade de St Sauveur
 17h30-19h30 : **Remise en forme**
 Cosec de Saint Laurent

*Détail des lieux sur les affiches et au 06.32.21.21.84

MINI STAGES

Inscriptions obligatoires auprès
 de Hervé DABIS au
06.32.21.21.84
 sports.clish@cccentremedoc.fr

Aviation loisirs

Vol de découverte de 30 mn.
 Pré-inscription obligatoire.
 Les vendredis à partir de 17h
 Aérodrome de Saint Laurent Médoc.
 25 € individuel ou Forfait famille : 70 € pour 3.

canoë-kayak*

Pré-inscription obligatoire.
 Mardi - 10h-12h : Découvertes gratuites - Etang de la
 Charité Saint-Sauveur
 Mercredi et vendredi - 14h-17h :
 Sortie à la ½ Journée. 2 € par personne.
 *Détail des lieux sur les affiches et au 06.32.21.21.84

Plongée subaquatique

Baptême de plongée à la Piscine de Pauillac
 Pré-inscription obligatoire.
 5 € par personne pour 1 Baptême.
 Les samedis 4 et 25 juillet, 8 et 22 août.

Programme sous réserve de modifications

TOURNOIS

Inscriptions sur place auprès des animateurs.
 CAP 33 est une opération de loisirs et de détente. Afin de conserver
 cet esprit, le respect des règles et d'autrui est indispensable.



Lundi

20h **Futsal** - Cosec de Pauillac. 1 €.



Mardi

20h **Badminton** - Cosec de St Laurent. 1 €.

Mercredi

20h **Foot à 6** - Stade de Cissac. 1 €.
Tennis de table - Cosec de St Laurent. 1 €.

Jeudi

20h **Handball** - Cosec de Pauillac. 1 €.
Badminton - Cosec de St Laurent. 1 €.



› LES MAIRIES DU CENTRE MÉDOC

Pauillac ; Saint Laurent du Médoc ;
 Saint-Estèphe ; Cissac ; Saint-Sauveur ;
 Saint-Julien ; Beychevelle ;
 Saint-Seurin de Cadourne ; Vertheuil

› LES PARTENAIRES

La cocarde Omnisport St Laurent ; La Société athlétique cissacaise
 gym et danse ; L'aéroclub de Saint Laurent Médoc ; SPIC Omnisport
 Pauillac ; Comités départementaux de Voile, Volley Ball, Cyclisme,
 de Sports sous-marins ; Ligue d'Aquitaine du sport en milieu rural.

ÇA SE PASSE CET ÉTÉ !

Jeux de la Communauté de communes Centre Médoc

13 juillet : Rencontres et défis Sportifs inter communaux
 Plaine des Sports de La Garosse

Voilier

Du 13 au 16 juillet et du 27 juillet au 13 août
 Pré-inscription obligatoire. Départ du port de Pauillac.
Lundi - 19h30-21h : Découvertes gratuites.
Mardi et jeudi - 14h-17h : Sorties à la ½ Journée. 5 € / pers.
Mercredi : Sorties à la journée sur l'Île Nouvelle.
 10 € / pers. (25 € / famille de 3 pers.). Prévoir un pique nique.

Aïkido

Les jeudis 9 juillet et 20 août - 18h-20h :
 Découverte gratuite - Cosec de Pauillac

Jeux traditionnels

Venez découvrir des jeux de tradition :
 Jeux de plateaux, de palets, de toupies, de quilles, de boules...
13 juillet - Plaine des Sports de la Garosse
19 juillet à partir de 14h - Fête du battage à Cissac
27 juillet à partir de 15h - Mairie de St Sauveur

Découvertes par les Comités départementaux

Volley Ball : voir détail sur les affiches
BMX : 15 juillet sur les quais de Pauillac