

CAP 33 est une opération initiée par le Département de la Gironde...

...en partenariat avec : votre Commune ou Communauté de Communes, leurs associations, le Comité départemental olympique et sportif (CDOS), et les Comités sportifs départementaux.

CAP33 et les Comités Sportifs Départementaux

Les centres CAP33 vous proposent de nombreuses animations gratuites en partenariat avec les comités sportifs départementaux d'Athlétisme, Aviron, Badminton, Char à voile, Course d'orientation, Cyclisme, Escrime, Football, Handball, Handisport, Hockey sur Gazon, Lutte, Natation, Pelote Basque, Roller et Skateboard, Rugby, Savate Boxe française, Sport adapté, Surf, Tennis, Volley Ball et Drop de Béton.

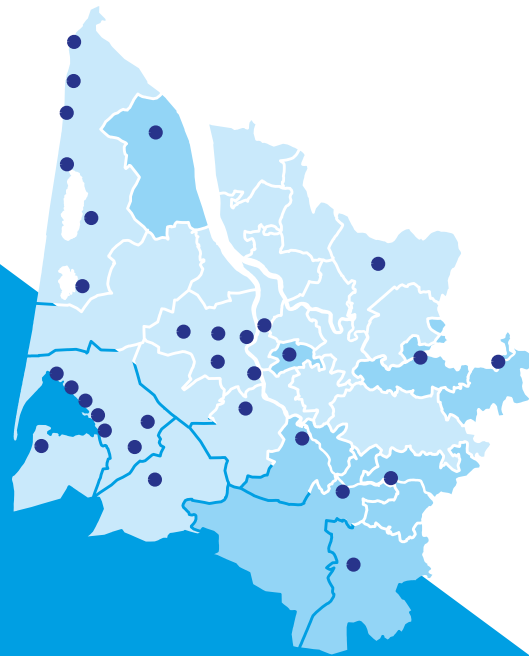
Plus de 100 disciplines sportives en juillet / août

Du sport sous toutes ses formes : nautique, de raquette, de sable, remise en forme ou encore des activités artistiques et de découverte de l'environnement.

En famille ou individuellement à partir de 15 ans.

C'est aussi 31 centres en 2021

Andernos-les-Bains 05 56 82 02 47	Eysines 06 33 83 59 77	Mios 05 57 17 07 92
Arès 06 73 68 61 06	Grayan-et-l'Hôpital 06 70 30 17 62	Pays Foyen* 07 75 26 07 33
Audenge 06 14 47 29 54	Hourtin 06 75 28 86 61	Réolais en Sud Gironde* 06 17 35 41 77
Bassens 06 37 60 92 67	La Teste-de-Buch 06 40 41 27 91	Saint-Médard-en-Jalles 05 56 05 71 14
Bazadais* 06 46 31 59 28	Lacanau 05 56 03 21 01	Salles 05 56 88 38 87
Bègles 05 56 85 86 39	Lanton 06 07 31 18 81	Soulac-sur-Mer 06 80 48 82 74
Biganos 06 73 27 22 95	Léognan 06 20 96 05 98	Sud Gironde* 06 82 14 54 14
Bruges 06 89 54 57 39	Les Coteaux Bordelais* 06 23 76 64 42	Vendays Montalivet 06 81 66 36 07
Carcans 06 45 47 52 55	Marcheprime 06 07 63 80 36	
Castillon Pujols* 05 57 40 08 74	Mérignac 05 56 12 87 35	* CDC = Communauté de Communes
Convergence Garonne* 07 76 11 41 07	Médoc Coeur de Presqu'île* 06 32 21 21 84	
Coutras 06 43 41 19 56		



● Centres □ Communautés de communes (CDC) pouvant proposer plusieurs lieux d'activités

Les animations CAP33 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

Communauté de Communes du Bazadais

Du lundi au vendredi 9h-12h et 14h-17h

📞 06 46 31 59 28

www.cdcdubazadais.fr

📍 CAP33 Bazadais 📷 cdcdubazadais

3 formules sont à votre disposition :

LES DÉCOUVERTES GRATUITES

Organisées toute la semaine, elles offrent la possibilité de pratiquer un grand nombre de disciplines sportives. *Elles sont gratuites et sans inscription.*

LES SÉANCES D'APPROFONDISSEMENT

Elles permettent, sur plusieurs séances, de s'initier ou de se perfectionner dans certaines disciplines. *Elles sont gratuites ou à tarif modéré, indications 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.*

Toutes les activités sont mises en œuvre dans le respect des règles sanitaires.

Retrouvez toutes les activités CAP33 de tous les centres sur gironde.fr/sorties



CAP 33

100 disciplines sport & culture à découvrir !



PROGRAMME ÉTÉ 2021 BAZADAIS*



Lundi

LES DÉCOUVERTES GRATUITES

- ▶ **Beach Tennis/Volleyball 14h-17h30** ▶ Captieux, Lac de Taste
- ▶ **Canoë 14h-17h30** ▶ Captieux, Lac de Taste
- ▶ **Paddle 14h-17h30** ▶ Captieux, Lac de Taste
- ▶ **Roundnet (Spikeball) 14h-17h30** ▶ Captieux, Lac de Taste
- ▶ **Aviron (12, 19/07 et 9/08) 14h-17h** ▶ Captieux, Lac de Taste - Animé par le "Club d'Aviron et Sauveteurs Réolais"

LES SÉANCES D'APPROFONDISSEMENT*

- ▶ **Équitation débutant (12/07 au 16/08) 15h-16h**
 - ▶ Bazas, Poney club de Bazas (10€) Préparation, découverte et promenade à poney - sur réservation auprès du CAP33
- ▶ **Ju-jitsu 19h-21h (12/07, 16/08)** ▶ Bazas, Stade de rugby Castagnoles - Animé par "Ju-jitsu Traditionnel"

LES TOURNOIS (À PARTIR DU 12/07)

- ▶ **Basket Ball 19h-21h** ▶ Bazas, Terrain de Basket Ball au Stade de rugby Castagnoles - Animé par "USB Basket Ball"

Mardi

LES DÉCOUVERTES GRATUITES

- ▶ **Tennis 10h-12h** ▶ Bazas, Terrain de Tennis
- ▶ **Basket Ball 10h-12h** ▶ Bazas, City-stade
- ▶ **Pala 10h-12h** ▶ Bazas, Fronton
- ▶ **Running tout niveau 10h-12h** ▶ Bazas, devant la piscine municipale (Départ 10h15 et 11h15)
- ▶ **Escrime (20/07 et 10/08) 10h-12h** ▶ Bazas, devant la piscine municipale
- ▶ **Défi "Koh Lanta" (tarif entrée piscine) 15h-16h** ▶ Bazas, Piscine municipale
- ▶ **Tir à l'arc 17h-18h30** ▶ Bazas, Terrain de la Vigne (à côté de la piscine)
- ▶ **Golf 17h-18h30** ▶ Bazas, Terrain de la Vigne (à côté de la piscine)
- ▶ **Boomerang 17h-18h30** ▶ Bazas, Terrain de la Vigne (à côté de la piscine)
- ▶ **Handball à 4 17h-18h30 (13/07 au 10/08)** ▶ Bazas, Terrain de la Vigne (à côté de la piscine) - Animé par "USB Handball"

LES SÉANCES D'APPROFONDISSEMENT*

- ▶ **Ju-jitsu 19h-20h** (enfant de 5 à 14 ans), **20h-21h** (14 ans et plus) ▶ Grignols, Salle des fêtes - Animé par "Ju-jitsu Traditionnel"

Mercredi

LES DÉCOUVERTES GRATUITES

- ▶ **Paddle 10h30-12h/14h-17h** ▶ Bernos-Beaulac, Halte nautique
- ▶ **Kayak-polo 10h30-12h/14h-17h** ▶ Bernos-Beaulac, Halte nautique - Animé par "Club Canoë Kayak de Bernos-Beaulac"
- ▶ **Tir à l'arc 10h30-12h/14h-17h** ▶ Bernos-Beaulac, Halte nautique
- ▶ **Course d'orientation 10h30-12h/14h-17h** ▶ Bernos-Beaulac, Halte nautique
- ▶ **Slackline 10h30-12h/14h-17h** ▶ Bernos-Beaulac, Halte nautique
- ▶ **Mölkky 10h30-12h/14h-17h** ▶ Bernos-Beaulac, Halte nautique
- ▶ **Rugby (août) 10h30-12h** ▶ Bazas, stade de rugby Castagnoles - Animé par "USB Rugby"

LES SÉANCES D'APPROFONDISSEMENT*

- ▶ **Ju-jitsu 19h-20h** (enfant de 5 à 14 ans), **20h-21h** (14 ans et plus) ▶ Captieux, Centre culturel - Animé par "Ju-jitsu Traditionnel"
- ▶ **Équitation (21/07 et 25/08) 9h30-10h30/11h-12h**
 - ▶ Bernos-Beaulac, Ecuries de Libet (10€) Galop 4 minimum, visite du domaine et découverte des activités à cheval - 10€, sur réservation auprès du CAP33

Jeudi (à partir du 8/07)

LES DÉCOUVERTES GRATUITES

- ▶ **Boomerang 10h-12h** ▶ Grignols, Stade de rugby
- ▶ **Tennis 10h-12h** ▶ Grignols, Terrain de tennis
- ▶ **Tennis-ballon 10h-12h** ▶ Grignols, Terrain de tennis
- ▶ **Tir à l'arc 10h-12h** ▶ Grignols, Stade de rugby
- ▶ **Course d'orientation 10h-12h** ▶ Grignols, Stade de rugby
- ▶ **Jeux traditionnels (juillet) 10h-12h** ▶ Grignols, Stade de rugby - Animé par "Solidarité Sud Gironde"
- ▶ **Water-polo (tarif entrée piscine) 15h-17h** ▶ Bazas, Piscine municipale
- ▶ **Jeux aquatiques (tarif entrée piscine) 15h-17h** ▶ Bazas, Piscine municipale (tout âge, sauvetage, relais, défis...)

Vendredi (à partir du 9/07)

LES DÉCOUVERTES GRATUITES

- ▶ **Tennis 10h-12h** ▶ Captieux, Terrain de tennis
- ▶ **Padel 10h-12h** ▶ Captieux, Terrain de padel
- ▶ **VTT 10h-12h** ▶ Captieux, Stade de rugby Animé par le "Cyclo Club de Captieux"
- ▶ **Running tout niveau 10h-12h** ▶ Captieux, Stade de rugby (Départ 10h15 et 11h15)
- ▶ **Tir à l'arc 10h-12h** ▶ Captieux, Stade de rugby
- ▶ **Canoë 14h-17h** ▶ Captieux, Lac de Taste
- ▶ **Kayak 14h-17h** ▶ Captieux, Lac de Taste
- ▶ **Course d'orientation 14h-17h** ▶ Captieux, Lac de Taste
- ▶ **Jeu du Kubb 14h-17h** ▶ Captieux, Lac de Taste
- ▶ **Jeux traditionnels 16h-18h (16/07 au 30/07)**
 - ▶ Bazas, Polyèdre (dames, échecs et scrabble)

LES SÉANCES D'APPROFONDISSEMENT*

- ▶ **Équitation (6/10 ans) 10h-12h** ▶ Sillas, Ferme équestre "La Palombière" (10€, 1h avec préparation, soins et initiation)

LES TOURNOIS

- ▶ **Pétanque 19h-21h (16/07 et 13/08)** ▶ Bazas, Boulodrome
- ▶ **Pelote basque 19h-21h (23/07)** ▶ Bazas, Fronton

Samedi

LES DÉCOUVERTES GRATUITES

- ▶ **Baby Zic' 10h30-11h30 (17, 31/07 et 14/08)** ▶ Bazas, Polyèdre - Eveil des sens par les musiques du monde (6 à 12 mois) - Animé par "La Bazadaise"
- ▶ **Bébés-lecteurs 10h30-11h/11h15-11h45 (24/07, 07/08)**
 - ▶ Bazas, Polyèdre - Animé par le "Polyèdre"
- ▶ **Marche, VTT (inscription 9h30), Canoë, Paddle, Beach Tennis/Volley 10h-12h30 (24/07)** ▶ Captieux, Lac de Taste - Animé par le Comité des fêtes de Captieux et le CAP33

Challenge "Familles du Bazadais" - Gratuit

Venez défier les familles du territoire et les animateurs du CAP33 !!! Du 15/07 au 14/08, 4 épreuves : Corde à sauter, Course d'orientation, Parcours du combattant et Jeu de précision (Classement mis à jour au quotidien et récompenses pour les gagnants).

Challenge "Familles Sud Gironde" - Gratuit

Venez-vous confronter aux familles sur les 4 territoires du Sud Gironde. 4 épreuves sportives : Tir à l'arc, Jeu du Kubb, Course d'orientation et défi surprise.
23/07 15h30-18h30 Saint Macaire, aux remparts
28/07 14h-17h Bernos-Beaulac, Halte nautique
3/08 15h-18h La Réole, Stade de football Lévite
10/08 14h-17h Cadillac, Stade de rugby

Concours "Capture ton CAP" - Gratuit

Concours des plus belles photos en action lors des activités du CAP33, délibération faite par un jury, du 15/07 au 14/08 Récompenses pour les gagnants.

Informations pratiques

- ▶ Il est fortement recommandé de venir avec son masque, son gel hydro alcoolique et son propre matériel (raquettes, casque de vélo, tapis de gym ...)
- ▶ En cas d'intempéries, le CAP33 se réserve le droit d'annuler les activités pour des raisons liées à la sécurité des participants.

Cet été, CAP33 vous propose des activités culturelles !

Nouveauté ! En complément des activités sportives et de loisirs, de nombreux ateliers de pratique culturelle vous sont proposés sur plusieurs rendez-vous pendant l'été.

● Activités culturelles

Associations/partenaires de CAP33

Bazas Culture Cinéma ; le Polyèdre ; le Saki Noir ; la Bazadaise ; les Archers d'Auros ; Dan Tian ; Club Canoë Kayak de Bernos-Beaulac ; USB Omnisport (Sections Basketball, Tennis, Rugby, Handball, Pelote Basque) ; Tennis Club Grignols-Aillas ; Libre Vue ; Solidarité Sud Gironde ; Pétanque Bazadaise ; Cyclo Club de Captieux ; Ju-jitsu Traditionnel ; Les Instants Photographiques ; Ferme Equestre "la Palombière" ; Lotus Flowers ; Poney Club de Bazas ; Caminots d'Aqui ; Le comité des fêtes de Captieux ; Les écuries de Libet ; Aviron et Sauveteurs Réolais

Avec la participation des communes

Bazas, Captieux, Grignols, Bernos-Beaulac

Taï Chi

Découverte de la pratique, pour tout âge et tout niveau.

Mardi 6/07 18h30-20h ▶ Bazas, la Brèche (sous la cathédrale, à côté de l'ALSH) - Animé par "Dan Tian"

Initiation Randonnée

Découverte avec lecture de carte et boussole, petite boucle de marche dans la campagne bazadaise.

Jeudi 8, 22/07, 5 et 19/08 10h-12h ▶ Bazas, devant le Hall polyvalent - Animé par "Caminots d'Aqui"

Lecture sur cour

Vendredi 9, 16 et 23/07 19h30 ▶ Bazas, devant le Polyèdre (Rdv 19h, gratuit) Lecture chez l'habitant par des comédiens, à partir de 14 ans - Sur réservation auprès du Polyèdre

Falun Dafa

Méditation avec des exercices énergétiques aux mouvements lents et souples

Vendredi 9, 23/07 et 13/08 10h-12h ▶ Bazas, la Brèche (sous la cathédrale, à côté de l'ALSH) - Animé par "Lotus Flowers"

Escrime

20/07 et 10/08 10h-12h ▶ Bazas, devant la piscine municipale Animé par le comité départemental d'Escrime

Voyage musical acoustique et relaxation

Mélange de concert intimiste, méditation, relaxation et massage sonore

Jeudi 22/07 11h-12h ▶ Grignols, Stade de rugby
Mercredi 28/07 14h-15h30 ▶ Bernos-Beaulac, Halte nautique
Lundi 2/08 14h-15h30 ▶ Captieux, Lac de Taste
Vendredi 6/08 16h-17h30 ▶ Bazas, Polyèdre, Animé par le "Saki Noir"

Jeux vidéo

Vendredi 23/07 et 6/08 16h-18h ▶ Bazas, Polyèdre, Animé par le Polyèdre

Jeu de piste "Le chef d'orchestre a disparu"

Venez aider les musiciens à mener l'enquête à travers différentes épreuves et énigmes

Mercredi 28/07 et 11/08 14h/15h/16h ▶ Bernos-Beaulac, Halte nautique, A partir de 6 ans, durée 45 minutes, 3 départs - Animé par "La Bazadaise"

Jeux de société

Mercredi 28/07 et 11/08 15h-17h ▶ Bazas, Polyèdre, Animé par le Polyèdre

Atelier cinéma

Visite du cinéma et ses coulisses, activités ludiques sur place

Jeudi 29/07, 5 et 19/08 10h30-12h ▶ Bazas, Cinéma

Animé par "Bazas Culture Cinéma"

Atelier Photo

Apprendre, réglages et capturer ses souvenirs de vacances (conseillé d'amener son propre matériel)

21 juillet, 4 et 11 août 14h-16h ▶ Bernos-Beaulac, Halte nautique Animé par les "Instants Photographiques"

Atelier autoportrait / Exposition "Combatives" (Engagement des femmes dans le sport)

Faites réaliser votre autoportrait sportif dans un miroir par une professionnelle

21 juillet 14h-17h ▶ Bernos-Beaulac, Halte nautique

Animé par "Libre Vue"