



est une opération
initée 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.

C'est 31 centres en 2025

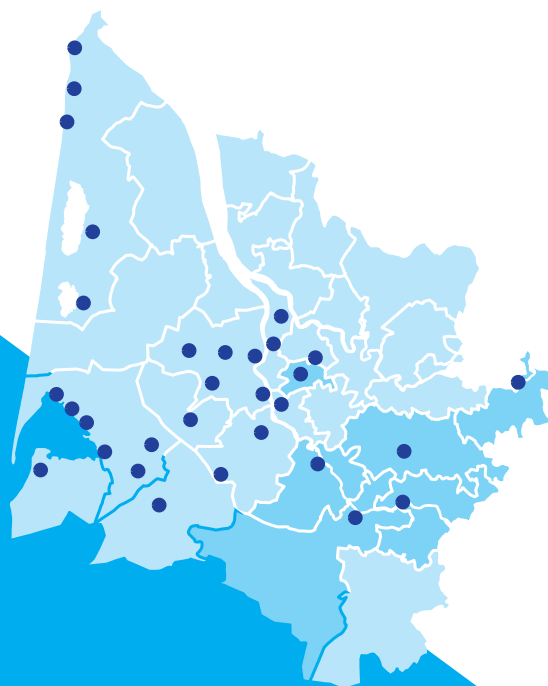
Ambarès- et-Lagrave 06 62 52 20 28	Pays Foyen * 07 75 26 07 33	
Andernos- les-Bains 06 42 51 54 61	Cdc Du Réolais En Sud Gironde 06 17 35 41 77	Lacanau 05 56 03 21 01
Ares 06 73 68 61 06	Sud Gironde * 06 82 14 54 14	Lanton 06 07 31 18 86
Bassens 06 17 02 21 32	Les Coteaux Bordelais * 06 23 76 64 42	Leognan 06 20 96 05 98
Bègles 07 64 58 10 42	Rurales de l'Entre-Deux- Mers * 07 57 60 43 10	Marcheprime 06 07 63 80 36
Belin-Beliet 05 56 88 38 86		Mérignac 05 56 18 80 12
Biganos 06 73 27 22 95	Eysines 06 33 83 59 77	Mios 06 77 53 64 77
Bruges 06 89 54 57 39	Floirac 05 57 80 87 00	Saint-Médard- en-Jalles 05 56 05 71 14
Carcans 05 56 03 90 28	Grayan-et- l'Hôpital 06 70 30 17 62	Salles 05 56 88 38 86
Cenon 06 12 55 48 96	La Teste- de-Buch 06 40 41 27 91	Soulac-Sur-Mer 06 80 48 82 74
Cestas 07 88 15 01 40		Vendays- Montalivet 06 81 66 36 07
Convergence Garonne * 06 27 55 18 12		

* CDC = Communauté de Communes

À propos des animations

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. Concernant la pratique individuelle des mineurs, la collectivité est en responsabilité le temps de l'acte pédagogique.



Renseignements et inscriptions

Communauté de Communes du Pays Foyen
Plage des Bardoulets
33220 Port-Sainte-Foy-et-Ponchapt

Du lundi au samedi 14h-18h30

📞 Chef de centre CAP33 : 07 75 26 07 33

📞 Office de tourisme : 05 57 46 03 00

www.paysfoyen.fr

Plus de 100 disciplines sportives

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.**

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.*

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

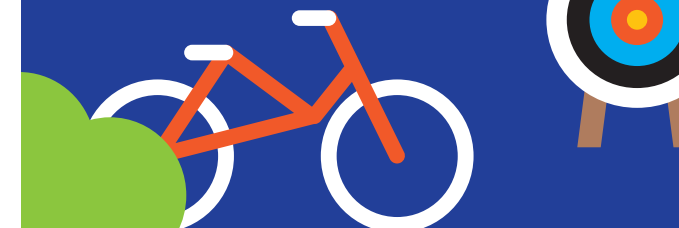
Organisés en après-midi ou en soirée, ils permettent de combiner sport et convivialité individuellement ou par équipes. *Au-delà de ces 3 formules, chaque centre propose également diverses animations.*

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



CAP 33

100
disciplines
sport
& culture
à découvrir !



PROGRAMME ÉTÉ 2025
CDC* DU PAYS FOYEN



PROGRAMME ÉTÉ 2025 - COMMUNAUTÉ DE COMMUNES DU PAYS FOYEN

En famille ou individuellement à partir de 15 ans.

du 1^{er} juillet au 31 août

LIEUX DES ACTIVITÉS : (Pour CAP33 et CAP33 Juniors)
Plage des Bardoulets - Port Sainte-Foy-et-Ponchapt
(sauf si un autre lieu de pratique est indiqué sur le programme)

Lundi

LES DÉCOUVERTES GRATUITES

- ▶ **Beach Volley 14h30-18h30**
- ▶ **Beach Golf** (sauf 11 et 18/08) **14h30-18h30**
- ▶ **Savate, Boxe française «Initiation»** (juillet)
19h15-20h45 ▶ Port-Sainte-Foy-et-Ponchapt
«La Salle», 10 Av d'Angoulême

LES SÉANCES D'APPROFONDISSEMENT*

- ▶ **Jeux et course d'orientation 14h30-18h30**

Mardi

LES DÉCOUVERTES GRATUITES

- ▶ **Batterie «Initiation»** (5/08) **15h-18h**
- ▶ **Boule lyonnaise «Initiation» 14h-18h** ▶ Pineuilh,
2 rue de la Gare
- ▶ **Canoë Kayak** (sauf 1^{er}/07, 12 et 19/08) **14h30-18h**
▶ (6 ans minimum sous conditions et
accompagné d'un parent participant)
- ▶ **Beach Tennis 14h30-18h30**
- ▶ **Beach Rugby «Initiation»** (8, 15 et 22/07) **15h-18h**

LES TOURNIS

- ▶ **Volley-Ball 20h-22h** ▶ Port Sainte-Foy,
Gymnase de Mézières

Mercredi

LES DÉCOUVERTES GRATUITES

- ▶ **Escrime «Initiation»** (9/07 au 23/07) **10h-11h30**
▶ (Public famille)
- ▶ **Stand-up Paddle «Initiation»** (sauf 2/07, 13
et 20/08) **10h30-12h** ▶ (8 ans minimum,
sous conditions et accompagné d'un parent
participant)
- ▶ **Jeux et course d'orientation 14h30-18h30**
- ▶ **Batterie «Initiation»** (23, 30/07) **15h-18h**
- ▶ **Sensibilisation sécurité routière et ateliers vélo**
(30/07) **15h-18h**

LES SÉANCES D'APPROFONDISSEMENT*

- ▶ **Slackline et Ninja Line 14h30-18h30**

LES TOURNIS

- ▶ **Futsal** (30/07 et 6/08) **20h-22h**
▶ Port Sainte-Foy, Gymnase de Mézières

Jeudi

LES DÉCOUVERTES GRATUITES

- ▶ **Randonnée pédestre** (17/07) **8h30-12h**
▶ Saint-Seurin de Prats
(visite de «Savonnerie en Douce Heure»,
sur réservation au 07 75 26 07 33)
- ▶ **Randonnée pédestre** (14/08) **8h30-12h**
▶ Port-Sainte-Foy (du «Musée de la Batellerie»,
sur réservation au 07 75 26 07 33)

- ▶ **Pilates «Initiation»** (10/07 au 28/08,
sauf 3 et 24/07) **11h-12h**
- ▶ **Tir à l'arc** (sauf 14 et 21/08) **14h30-18h**
- ▶ **Speedminton** (14 et 21/08) **14h30-18h30**
- ▶ **Baseball** (17, 31/07 et 14/08) **15h-18h**
- LES SÉANCES D'APPROFONDISSEMENT***
- ▶ **Pétanque «À la mée» 14h30-18h**
▶ Port-Sainte-Foy (1€ la partie)

LES TOURNIS

- ▶ **Badminton 20h-22h** ▶ Pellegrue, Gymnase

Vendredi

LES DÉCOUVERTES GRATUITES

- ▶ **Boule lyonnaise «Initiation» 14h-18h** ▶ Pineuilh,
2 rue de la Gare
- ▶ **Pétanque 14h30-16h30**
- ▶ **Beach Golf** (sauf 15 et 22/08) **14h30-18h30**
- ▶ **Volige équestre «Initiation»** (25/07 et 8/08)
15h-18h
- ▶ **Initiation «Graff»** (08/08) **15h-18h**
- ▶ **Test de Forme 16h30-18h30**

LES SÉANCES D'APPROFONDISSEMENT*

- ▶ **Disc Golf 14h30-18h30**

Samedi

LES DÉCOUVERTES GRATUITES

- ▶ **Slackline/Mölkky/Cornhole 14h30-18h30**
- ▶ **Graff «Initiation»** (9/08) **15h-18h**
- LES SÉANCES D'APPROFONDISSEMENT***
- ▶ **Planeur «Initiation» 10h-18h** ▶ Fougueyrolles,
Aérodrome (tarif préférentiel 100€)
- ▶ **Beach Volley** (sauf 16 et 23/08) **14h30-18h30**

LES TOURNIS

- ▶ **Beach Tennis** (5/07) **14h30-18h30**
- ▶ **Beach Tennis 16h-18h30**

Dimanche

LES SÉANCES D'APPROFONDISSEMENT*

- ▶ **Planeur «Initiation» 10h-18h** ▶ Fougueyrolles,
Aérodrome (tarif préférentiel 100€)

Associations/partenaires de CAP33

Azul Bangor ; Centre-Socio-Culturel du Pays Foyen ; Collab'art ; Les Batteurs rient ; Badminton Pellegrue ; Cercle Vélivole Foyen ; GALO CK ; Pays Foyen Escrime ; Pineuilh Accueil ; Pitcher's ; Savate Pays Foyen ; SCAP Volley Ball ; Sharks Futsal ; SO'Pil Hate ; Sport Boules Foyen ; Stade Foyen Rugby ; Tennis Club Pays Foyen ; UFOLEP Pétanque ; Médiathèque de Pellegrue ; Ludothèque R' de Jeux ; Cycles et Partage ; Avec la participation des services communautaires : Office de Tourisme ; Service Enfance Jeunesse ; Services Techniques municipaux

● Activités culturelles

Informations pratiques

- ▶ En cas d'aléas climatiques, les activités seront susceptibles d'être modifiées ou annulées
- ▶ Plage surveillée en milieu naturel, 11h45-19h du lundi au dimanche
- ▶ CAP33 JUNIORS : Pensez à remplir la fiche de renseignement de l'enfant au premier jour de participation aux activités. Elle nous servira de lien en cas de problème
- ▶ La CDC du Pays Foyen vous propose un service de transports permettant d'accéder à la plage des Bardoulets : De la location de Vélo à Assistance électrique tout l'été et un Transport d'Utilité Sociale si tu habites le Pays Foyen à l'année (Renseignements : 06 58 85 15 11)

Consignes pour la pratique

- ▶ Une paire de chaussures de sport indoor propre est demandée pour participer aux tournois de volley et de badminton dans les gymnases
- ▶ Pour les initiations Pilates pensez, si possible, à amener vos tapis !
- ▶ Pour les activités Kayak et Paddle tout mineur entre 6 et 14 ans devra obligatoirement être accompagné d'un adulte sur l'eau. Pour les 15-17 ans, la présentation d'une attestation de «Savoir Nager» sera obligatoire pour une pratique solo

CET ÉTÉ, EN PAYS FOYEN

Ouverture du CAP33 et de la zone de baignade

Mardi 01/07 ▶ Plage des Bardoulets

Tournoi de Tennis avec le «Tennis Club Foyen»

Du dimanche 6 au samedi 23 juillet ▶ Port Sainte-Foy-et-Ponchapt. Avec le «Tennis Club Foyen»
(Renseignements : 06 89 73 74 04))

Ouverture de «La Cabane à lire et à jouer»

Du mardi 08/07 au 29/08 **15h-18h** ▶ Plage des Bardoulets
Avec la Médiathèque de Pellegrue, le CSC et la ludothèque
«R'de Jeu», ouverte du mardi au vendredi

Soirée jeux de société

Vendredi 18/07 et 08/08 **18h30-21h30** ▶ Plage des Bardoulets. Avec le Centre Socioculturel et la ludothèque
«R'de Jeu»

Ouverture du dispositif «Objectif Nage»

Du 21/07 au 01/08 ▶ Plage des Bardoulets
(Renseignements : 06 12 59 79 45)

Randonnée Canoë Kayak / Barbecue

Samedi 26/07 **18h** ▶ (Renseignements : 05 53 24 86 12)
Avec le «Canoë Kayak de Port Sainte-Foy»

Jeux anciens en bois

Mardi 05/08 **15h-18h** ▶ Plage des Bardoulets
avec «Lou Beret»

Ouverture du dispositif «J'apprends à Nager»

Du lundi 18 au vendredi 29/08 ▶ Plage des Bardoulets
(Renseignements 07 75 26 07 33)

**CAP33 vous propose
des activités culturelles !**



**CAP
33
juniors**

**Des animations
tout l'été
adaptées
à vos enfants !**

Pour les 8/14 ans

Début des activités le lundi 7 juillet

Lundi

LES DÉCOUVERTES GRATUITES

Thèque 15h-16h30
Disc Golf 17h-18h30

Mardi

LES DÉCOUVERTES GRATUITES

Speedminton (juillet) **15h-16h30**
Rugby Flag (août) **15h-16h30**
LES TOURNIS
Beach Soccer 17h-18h30

Mercredi

LES DÉCOUVERTES GRATUITES

Beach Tennis 10h30-12h
Tir à l'arc 15h-16h/16h30-17h30 ▶ (places limitées)

Jeudi

LES DÉCOUVERTES GRATUITES

Beach Golf 15h-16h30
LES SÉANCES D'APPROFONDISSEMENT*
Cross Training 17h-18h30

Vendredi

LES SÉANCES D'APPROFONDISSEMENT*

Tir à l'arc 15h-16h ▶ (places limitées)
LES TOURNIS
Beach Tennis 16h30-18h30

Samedi

LES DÉCOUVERTES GRATUITES

Jeux et course d'orientation 15h-16h30
LES SÉANCES D'APPROFONDISSEMENT*
Beach Golf 17h-18h30