



Des animations tout l'été  
adaptées à vos enfants !

POUR LES 8/14 ANS

#### Début des activités du 13 juillet au 22 août

→ Pensez à remplir la fiche de renseignements de l'enfant au premier jour de participation aux activités (elle servira de lien en cas de problème)

#### Lundi

##### LES DÉCOUVERTES GRATUITES

- ▶ Thèque 15h-16h30
- ▶ Disc Golf 17h-18h30

#### Mardi

##### LES DÉCOUVERTES GRATUITES

- ▶ Speedminton 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'APPROFONDISSEMENTS

- ▶ Cross Training 17h-18h30

#### Vendredi

##### LES SÉANCES D'APPROFONDISSEMENTS

- ▶ Tir à l'arc 15h-16h → (places limitées)

##### LES TOURNIS

- ▶ Beach Tennis 16h30-18h30

#### Samedi

##### LES DÉCOUVERTES GRATUITES

- ▶ Rugby Flag 15h-16h30

##### LES SÉANCES D'APPROFONDISSEMENTS

- ▶ Beach Golf 17h-18h30

## 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.

**Plus de 100 activités sportives et culturelles, accessibles dès 15 ans, en famille ou seul.**

### 3 façons de participer

#### ▶ DÉCOUVERTES GRATUITES

Testez librement de nombreuses activités toute la semaine.

#### ▶ APPROFONDISSEMENT

Initiez-vous ou progressez sur plusieurs séances (gratuit ou tarif modéré).

#### ▶ TOURNIS

Participez à des moments conviviaux, en individuel ou en équipe.

### Renseignements et inscriptions :

Communauté de Communes du Pays Foyen  
22 Av de Verdun  
33220 Sainte-Foy-la-Grande

Du lundi au samedi de 14h30 à 19h

Chef de centre CAP 33

☎ 07 75 26 07 33

Office de tourisme

☎ 05 57 46 03 00

www.paysfoyen.fr

\* CDC = Communauté de Communes

Retrouvez les activités CAP33  
de chaque centre sur [gironde.fr/sorties](http://gironde.fr/sorties)



Département de la Gironde - DirCom - Imprimerie du Département de la Gironde - Imprim'Vert - ne pas jeter sur la voie publique - mai 2026

# CAP 33

100 disciplines  
sport & culture  
à découvrir !



PROGRAMME ÉTÉ 2026  
CDC\* DU PAYS FOYEN



## Lundi

### LES DÉCOUVERTES GRATUITES

- ▶ **Beach Volley** (sauf 20/07) 14h30-18h30
- ▶ **Beach Golf** (sauf 20/07 et 10, 17/08) 14h30-18h30
- ▶ **Journée « Sport Ensemble, Sensibilisation au Para-sport »** (20/07) 15h30-18h → Port Sainte Foy et Ponchapt, Mézières
- **Initiation « Voltige équestre »** (13/07) 15h-18h
- ▶ **Initiation Savate Boxe Française** (juillet) 19h15-20h45 → Port Sainte Foy et Ponchapt, « La Salle » 10 Av. d'Angoulême

### LES SÉANCES D'APPROFONDISSEMENTS

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

## Mardi

### LES DÉCOUVERTES GRATUITES

- ▶ **Canoë Kayak** (sauf 11 et 18/08) 14h30-18h → 6 ans minimum sous conditions et accompagné d'un parent sur l'eau
- ▶ **Beach Tennis** 14h30-18h30
- **Initiation Batterie** (7/07 et 18/08) 15h-18h
- ▶ **Boules Lyonnaises** (7/07 au 11/08) 14h30-17h30 → Pineuilh, 2 rue de la gare

### LES TOURNOIS

- ▶ **Volley Ball** 20h-22h → Mézières, Gymnase Orange

## Mercredi

### LES DÉCOUVERTES GRATUITES

- ▶ **Initiation Stand Up Paddle** (sauf 01/07 et 12, 18/08) 10h30-12h → 8 ans minimum sous conditions et accompagné d'un parent sur l'eau
- ▶ **Défis Famille Stand Up Paddle** (29/07 et 26/08) 14h30-18h
- ▶ **Slackline et Ninja Line** (sauf 12 et 18/08) 14h30-18h30
- **Initiation Batterie** (6/08) 15h-18h
- ▶ **Parcours sensibilisation sécurité routière** (29/07) 15h-18h
- **Initiation « Voltige équestre »** (8/07) 15h-18h
- ▶ **« City Stade Tour » Football** 15h30-17h Pineuilh, City Stade

### LES SÉANCES D'APPROFONDISSEMENTS

- ▶ **Beach Volley** 14h30-18h30

### LES TOURNOIS

- ▶ **Futsal** (29/07 et 5/08) 20h-22h → Port Sainte Foy et Ponchapt, Mézières

## Jeudi

### LES DÉCOUVERTES GRATUITES

- ▶ **Randonnée pédestre** (16/07) 8h30-12h → Les Lèves et Thoumeyragues (Visite et dégustation à la « Ferme des Mauberts » Sur réservation au 07 75 26 07 33)
- ▶ **Randonnée pédestre** (13/08) 8h30-12h → La Force (Visite du « Musée John Bost » sur réservation au 07 75 26 07 33)
- ▶ **Tir à l'arc** (sauf 13 et 20/08) 15h-18h
- ▶ **Initiation « Beach Rugby »** (30/07) 15h-18h → (avec structure gonflable géante)
- **Initiation « Graff »** (23/07) 15h-18h
- ▶ **« City Stade Tour » : Initiation Basket** 15h30-17h → Sainte Foy la Grande, City Stade, Jardin Public
- ▶ **Corn Hall/Disc Golf** (23/07 et 6/08) 19h-20h30 → avec « Les Jeudis de la Bastide »

### LES SÉANCES D'APPROFONDISSEMENTS

- ▶ **Pilates** (9/07 au 27/08, sauf 16 et 23/07) 11h-12h → (pensez, si possible, à amener vos tapis !)
- ▶ **Pétanque « À la mêlée »** 14h30-18h → Port Sainte Foy et Ponchapt (1€ la partie)

### LES TOURNOIS

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

## Vendredi

### LES DÉCOUVERTES GRATUITES

- ▶ **Volley Assis** (sauf 14 et 21/08) 14h30-18h30
- ▶ **Boules Lyonnaises** (3/07 au 14/08) 14h30-17h30 → Pineuilh, 2 rue de la gare
- ▶ **Initiation Baseball** (17/07) 14h30-18h
- ▶ **Initiation « Beach Rugby »** (24/07) 15h-18h
- **Initiation « Graff »** (24/07) 15h-18h
- ▶ **« City Stade Tour » : Initiation Hockey** 15h30-17h → Saint Avit Saint Nazaire, City Stade

### LES SÉANCES D'APPROFONDISSEMENTS

- ▶ **Beach Golf** 14h30-18h30

## Samedi

### LES DÉCOUVERTES GRATUITES

- ▶ **Initiation Baseball** (11, 25/07) 14h30-18h
- ▶ **Corn Hall/Mölkky/Slackline** 14h30-18h30
- ▶ **Course d'orientation** (juillet)/**Disc Golf** (août) 15h30-17h → Pineuilh, Parc de Bologne

### LES TOURNOIS

- ▶ **Beach Tennis** (sauf 15 et 22/08) 14h30-18h30

## Informations pratiques

→ La CDC du Pays Foyen vous propose un service de transports permettant d'accéder à la plage des Bardoulets, la location de Vélo à Assistance électrique tout l'été et le Transport Solidaire Foyen si résidant du Pays Foyen à l'année.

→ Renseignements : 06 58 85 15 11

### Consignes pour la pratique

→ Activités Kayak et Paddle : accompagnement obligatoire d'un adulte sur l'eau pour les 6/14 ans. Présentation d'une attestation de « Savoir Nager » obligatoire pour une pratique individuelle pour les 15/17 ans.

→ En cas d'aléas climatiques, les activités seront susceptibles d'être modifiées ou annulées.

## CET ÉTÉ EN PAYS FOYEN

### Ouverture CAP33 et Zone de baignade

**Mercredi 1/07** → Plage des Bardoulets

(milieu naturel surveillée de **11h45 à 19h** du lundi au dimanche)

### « Objectif Nage »

**Du 6/07 au 17/07** → Plage des Bardoulets

(renseignements : 06 12 59 79 45)

### « CAP sur les livres et les jeux »

**Du 07/07 au 28/08** du mardi au vendredi **15h-18h**

→ Plage des Bardoulets

## Associations partenaires CAP33

Azul Bangor ; Centre-Socio-Culturel du Pays Foyen ; Les Batteurs rient ; Volant Pellegruen ; GALO CK ; Pineuilh Accueil ; Savate Multi Boxes Pays Foyen ; SCAP Volley Ball ; SO'Pil Hate ; Sport Boules Foyen ; Ludothèque R' de Jeux ; Cycles et Partage ; Stade Foyen Rugby ; Collab'Art ; Pitcher's Pineuilh ; Sharks Futsal ; UFOLEP Pétanque Port Sainte Foy ; Avec la participation des services communautaires : Office de Tourisme ; Service Enfance Jeunesse ; Services Techniques municipaux ; Médiathèque intercommunale du Pays Foyen