

Plus de 80 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 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.

Département de la Gironde - DiCom - CID - imprim'verte® - novembre 2020

Renseignements et inscriptions

Office de tourisme

Du lundi au samedi
De 9h à 12h30 et de 14h à 17H
☎ 05 56 82 02 95

Centre CAP33

☎ 05 56 82 02 47
cap33@andernos-les-bains.com
Cap33andernos

Réglementation COVID-19 *

Seules les activités sportives individuelles pratiquées en extérieur sont autorisées.

Les activités sportives impliquant ou favorisant les contacts entre les personnes ne sont pas autorisées.

Distanciation

Il convient de prévoir entre deux personnes un espace sans contact au-delà de 1 m :

- ▶ 10 m pour la pratique du vélo et de la course à pied
- ▶ 5 m pour la marche rapide
- ▶ 1,5 m en latéral entre deux personnes
- ▶ pour les autres activités, un espace de 4 m² est prévu pour chaque participant

Règles sanitaires de pratique d'une activité CAP33

- ▶ Lavage fréquent des mains avec du savon ou du gel hydro-alcoolique
- ▶ Les collations et l'hydratation doivent être gérées individuellement (bouteilles personnalisées, ...)
- ▶ L'échange ou le partage d'effets personnels (serviette, ...) doit être proscrit
- ▶ L'utilisation de matériels personnels est privilégiée, à défaut, le matériel commun sera nettoyé et désinfecté avant et après chaque utilisation
- ▶ Le port du masque rend difficile la pratique d'un grand nombre de disciplines sportives. Il se justifie cependant dans certaines situations où les mesures de distanciation ne pourraient pas être strictement respectées.

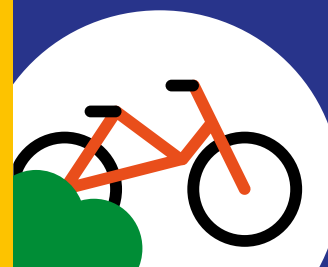
Pour les personnes ayant contracté le Covid-19 et/ou symptomatologie évocatrice d'une atteinte par le Covid-19 une consultation médicale est nécessaire pour toute reprise. Le Département de la Gironde et le centre CAP33 organisateur de l'activité dégagent leur responsabilité en cas de non-respect de cette obligation.

*source : GUIDE D'ACCOMPAGNEMENT DE REPRISE DES ACTIVITÉS SPORTIVES- Post-confinement lié à l'épidémie de Covid-19, Ministère des sports, mai 2020



CAP 33

80 disciplines
sport & culture
à découvrir !



PROGRAMME HIVER 2021
VILLE D'ANDERNOS-LES-BAINS

Lundi 8 février et 15 février

LES DÉCOUVERTES GRATUITES

- ▶ Initiation Tir à l'arc **10h30-12h** ▶ Centre CAP33, 52 Avenue des Colonies
- ▶ Marche Nordique **15h-16h** ▶ Centre CAP33, 52 Avenue des Colonies
- ▶ Thèque/Tchoukball **15h-16h15** ▶ Plateau sportif Collège A. Lahaye
- ▶ Tchoukball **16h15-17h30** ▶ Plateau sportif Collège A. Lahaye

Mardi 9 février et 16 février

LES DÉCOUVERTES GRATUITES

- ▶ Running **10h30-11h30** ▶ Centre CAP33, 52 Avenue des Colonies
- ▶ Golf practice **10h30-12h** ▶ Terrain de Foot, Complexe sportif J. Rosazza
- ▶ Ultimate **15h-16h15** ▶ Plateau sportif Collège A. Lahaye
- ▶ Baseball **16h15-17h30** ▶ Plateau sportif Collège A. Lahaye

Mercredi 10 février et 17 février

LES DÉCOUVERTES GRATUITES

- ▶ Parcours d'orientation en VTT **10h30-12h** ▶ Centre CAP33, 52 Avenue des Colonies
- ▶ Sophrologie **11h-12h** ▶ Centre CAP33, 52 Avenue des Colonies
- ▶ Beach Tennis **15h-16h15** ▶ Plage du Betye
- ▶ Pétanque **15h-16h30** ▶ Boulodrome du Broustic
- ▶ Beach Volley **16h15-17h30** ▶ Plage du Betye

Jeudi 11 février et 18 février

LES DÉCOUVERTES GRATUITES

- ▶ Initiation Tir à l'arc **10h30-12h** ▶ Centre CAP33, 52 Avenue des Colonies
- ▶ Thèque/Tchoukball **15h-16h15** ▶ Plateau sportif Collège A. Lahaye
- ▶ Tchoukball **16h15-17h30** ▶ Plateau sportif Collège A. Lahaye
- ▶ Running **16h30-17h30** ▶ Centre CAP33, 52 Avenue des Colonies

Vendredi 12 février et 19 février

LES DÉCOUVERTES GRATUITES

- ▶ Golf practice **10h30-12h** ▶ Terrain de Foot, Complexe sportif J. Rosazza
- ▶ Marche Nordique **15h-16h** ▶ Centre CAP33, 52 Avenue des Colonies
- ▶ Ultimate **15h-16h15** ▶ Plateau sportif Collège A. Lahaye
- ▶ Baseball **16h15-17h30** ▶ Plateau sportif Collège A. Lahaye

Informations pratiques

- ▶ Le Programme d'animation est ouvert aux familles et aux individuels à partir de 12 ans
- ▶ Les jeunes peuvent venir seuls mais restent sous la responsabilité des parents

Consignes pour la pratique

- ▶ Toutes les activités se font en plein air
- ▶ Lavage des mains avec liquide hydro alcoolique avant et après chaque activité
- ▶ Port du masque obligatoire en dehors des pratiques sportives à forte intensité
- ▶ Enregistrement des personnes fréquentant les activités
- ▶ Privilégier l'usage du matériel personnel

Une initiative du 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.

Des animations pendant les petites vacances scolaires

Chaque année, près d'une 30^{aine} de Centres Cap33 vous proposent également des animations tout l'été !

29 centres en 2020

Andernos-les-Bains

05 56 82 02 47

Arès

06 73 68 61 06

Audenge

06 14 47 29 54

Bassens

06 82 67 15 57

Bègles

06 16 16 17 19

06 48 06 25 41

Bazadais*

06 46 31 59 28

Biganos

06 73 27 22 95

Bruges

05 56 16 48 70

Carcans

06 15 41 67 61

Castillon Pujols*

05 57 56 08 74

Convergence

07 76 11 41 07

Eysines

06 33 83 59 77

Grayan-et-l'Hôpital

06 60 97 57 88

La Teste-de-Buch

06 40 41 27 91

Lacau

05 56 26 03 08

Lanton

05 56 03 31 28

Léognan

07 80 30 67 55

Les Coteaux

Bordelais*

06 52 47 97 54

Marcheprime

07 87 61 53 27

Martignas-sur-Jalle

06 82 01 84 00

Médoc Coeur de

Presqu'île*

06 32 21 21 84

Mios

05 57 17 07 95

Pays Foyen*

07 75 26 07 33

Réolais en Sud

Gironde*

05 56 71 71 55

Saint-Médard-

en-Jalles

05 56 05 71 14

Salles

06 08 06 15 68

Soulac-sur-Mer

06 80 48 82 74

Sud Gironde*

06 82 14 54 14

Vendays

Montalivet

06 81 66 36 07

* CDC = Communauté de Communes
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.