

Où se déroulent les activités ?

Salle de Tennis du Val de Landrouët : Tir à l'arc, Escrime, Beach Volley, Beach Soccer, Sandball, Beach-Tennis, Tchoukball, Kinball, Tennis de Table

Chalet d'accueil au Val de Landrouët : Baseball, course d'orientation, sarbacane, fitness, marche nordique

Complexe sportif : Football, handball, basket, badminton, boxe éducative, fitness stretching

Étang de la Hardouinais à Saint Launeuc : Canoë-Kayak, Paddle, Optimist

TARIFS

Ticket activité : 3 €

Activité tir à l'arc : 4 €

Activités nautiques : 5 €

Carte 10 activités : 25 €

Carte 10 activités nautiques : 40 €

Carte été: 150 €

PRATIQUE

Renseignements tous les lundis de 10h30 à 12h00 au chalet CAP ARMOR au Val de Landrouët, sur le site www.asecmerdrignac.fr et sur Facebook.

Ronan DELACROIX : 06 29 05 55 43
DIRECTEUR CAP ARMOR

CAP ARMOR est destiné à tous à partir de 7 ans.

Transport en car au départ de chaque commune du canton (renseignements en mairie ou à l'espace sainte Anne).

Vendredi 13 juillet : Feu d'artifice suivi du bal des pompiers.

Mercredi 15 août : pas d'activités.



LOUDEAC
communauté
BRETAGNE CENTRE



Côtes d'Armor
le Département

PROGRAMME ÉTÉ 2018

Lundi 9 juillet au Vendredi 24 août

Val de Landrouët



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
9h à 10h	Fitness				
10h30 à 12h	Course d'orientation	Badminton	Beach soccer	Tennis de table	Tir à l'arc
14h à 15h30	Sandball	Tchoukball	Escrime	Kinball	Boxe
16h à 17h30	Beach Soccer	Baseball	Beach tennis	Beach volley	Fitness Stretching
18h à 19h	Tir à l'arc / Marche nordique	Sarbacane	Tir à l'arc	Sarbacane	18h Football
20h30 à 22h30	Tennis de table	Basket	Badminton	Handball	20h

Tarifs, lieux et infos pratiques au dos du livret !

PROGRAMME ÉTÉ 2018

Lundi 9 juillet au Vendredi 16 août

Base nautique de la Hardouinais
Saint Launeuc

Tout l'été de nombreuses activités vous
sont proposées
sur la base nautique !



PADDLE MOVE

Venez découvrir une autre façon de faire du
paddle pendant l'été !!!

- **lundi** : paddle découverte de 11h à 12h
- **Mardi**: paddle fitness de 9h30 à 10h30
paddle découverte de 17h30 à 18h30
- **Mercredi**: paddle découverte de 9h30 à 10h30
- **Jeudi**: paddle fitness de 9h30 à 10h30

Inscriptions le lundi à la base nautique de 10h à 11h
ou par tél au **06 29 05 18 21 (Yann MARQUER)**



STAGE DE VOILE

Du mardi au jeudi de 11h à 12h30

Les stages d'optimist s'adressent aux enfants de 8 à 12 ans

Inscriptions par téléphone ou le lundi à la
base nautique à Saint Launeuc

Tarif : 30 € les 3 matinées



APRES MIDI DECOUVERTE NAUTIQUE

Du lundi au jeudi de 14h à 17h00

Canoë-kayak, paddle, location canoë

Deux séances dans l'après-midi

14h15-15h30 et 15h45-17h00

Inscriptions sur place dès 14 h

Tarif : 5 € la séance

**Mardi et jeudi de 14h30 à 16h30
(du 17 juillet au 9 août)**

Découverte Optimist

Inscriptions sur place

Tarif : 10 € l'après-midi



☞ Inscriptions et renseignements tous les lundis de 10h à 11h à la base nautique de Saint Launeuc pour les stages de voile et Paddle Move ou par tél à **Yann MARQUER** au **06 29 05 18 21** ou au **02 96 67 45 40**

☞ Obligation de savoir nager pour pratiquer une activité nautique

☞ Un bus est mis gratuitement à disposition au départ des communes pour vous rendre tous les après-midi à la base nautique (informations auprès des éducateurs sportifs ou mairie de votre commune)