

ACTIVITÉS & RENSEIGNEMENTS

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
9h15 à 10h15	Fitness Stretching		Fitness Stretching		Fitness Stretching
10h30 à 12h00	Course d'orientation	Badminton	Kin-ball	Tennis de table	Tir à l'arc
14h00 à 15h30	Sandball	Tchoukball	Escrime	Disc-golf ou Ultimate	Beach tennis
16h00 à 17h30	Beach soccer	Jeu de crosses	Foot-golf	Boxe & pilates	Poull-ball
18h00 à 19h00	Tir à l'arc ou Marche nordique	Tir à l'arc ou Fitness Stretching	Tir à l'arc ou Beach soccer	Tir à l'arc ou Fitness Stretching	18h00 à 20h00 Football
20h30 à 22h30	Tennis de table	Basket	Badminton	Handball	

Renseignements et inscriptions tous les lundis de 10h30 à 12h00

au chalet CAP ARMOR au Val de Landrouët.

Infos 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 jusqu'à 100 ans et plus.

Les activités auront lieu le jeudi 14 juillet & le lundi 15 août.

L'ensemble de l'équipe d'encadrement (Priscille, Clément, Yanis, Gaëtan, Thomas) du centre sportif est diplômé d'Etat et en possession d'une carte professionnelle.

Où se déroulent les activités ?

Salle de tennis du Val de Landrouët

Tir à l'arc, beach soccer, sandball, beach tennis, tchoukball, kin-ball, tennis de table, disc-golf, foot-golf, boxe & pilates, poull-ball, jeu de crosses, ultimate, escrime

Chalet d'accueil au Val de Landrouët

Course d'orientation, marche nordique, fitness stretching

Complexe sportif - 40, rue Nationale

Football, handball, basket, badminton

Tarifs

Ticket activité : 3 €

Activité tir à l'arc : 4 €

Carte 10 activités : 25 €

Carte été: 150 €



CAP ARMOR 2022

*Bonheur assuré, lâchez prise, profitez,
passez des journées avec les autres, création de souvenirs...*

VENEZ PASSER UN BEL ÉTÉ AVEC L'ASEC



ACTIVITÉS & RENSEIGNEMENTS

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
9h15 à 10h15	Fitness Stretching		Fitness Stretching		Fitness Stretching
10h30 à 12h00	Course d'orientation	Badminton	Kin-ball	Tennis de table	Tir à l'arc
14h00 à 15h30	Sandball	Tchoukball	Escrime	Disc-golf ou Ultimate	Beach tennis
16h00 à 17h30	Beach soccer	Jeu de crosses	Foot-golf	Boxe & pilates	Poull-ball
18h00 à 19h00	Tir à l'arc ou Marche nordique	Tir à l'arc ou Fitness Stretching	Tir à l'arc ou Beach soccer	Tir à l'arc ou Fitness Stretching	18h00 à 20h00 Football
20h30 à 22h30	Tennis de table	Basket	Badminton	Handball	

Renseignements et inscriptions tous les lundis de 10h30 à 12h00

au chalet CAP ARMOR au Val de Landrouët.

Infos 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 jusqu'à 100 ans et plus.

Les activités auront lieu le jeudi 14 juillet & le lundi 15 août.

L'ensemble de l'équipe d'encadrement (Priscille, Clément, Yanis, Gaëtan, Thomas) du centre sportif est diplômé d'Etat et en possession d'une carte professionnelle.

Où se déroulent les activités ?

Salle de tennis du Val de Landrouët

Tir à l'arc, beach soccer, sandball, beach tennis, tchoukball, kin-ball, tennis de table, disc-golf, foot-golf, boxe & pilates, poull-ball, jeu de crosses, ultimate, escrime

Chalet d'accueil au Val de Landrouët

Course d'orientation, marche nordique, fitness stretching

Complexe sportif - 40, rue Nationale

Football, handball, basket, badminton

Tarifs

Ticket activité : 3 €
 Activité tir à l'arc : 4 €
 Carte 10 activités : 25 €
 Carte été: 150 €



CAP ARMOR 2022

*Bonheur assuré, lâchez prise, profitez,
 passez des journées avec les autres, création de souvenirs...*

VENEZ PASSER UN BEL ÉTÉ AVEC L'ASEC

