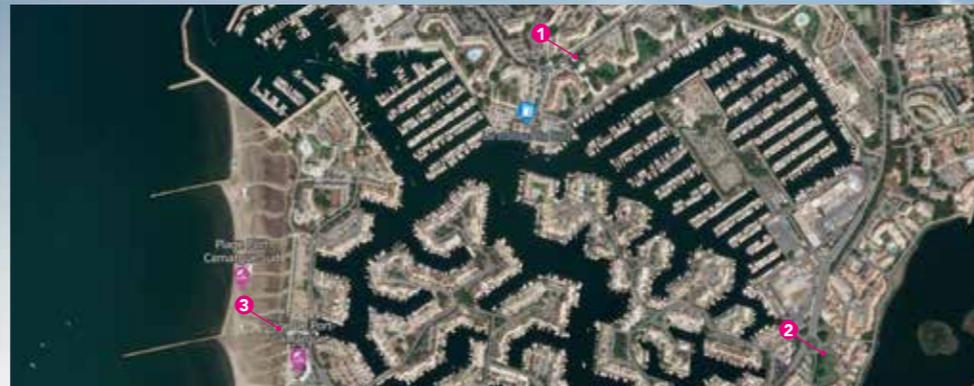


PLAN DES ACTIVITÉS



- 1 Palais des Sports et de la Culture
- 2 Tennis - Avenue de Dossenheim
- 3 Plage face à la Mairie - accès n°33
- 4 Plages des Mouettes - accès n°38
- 5 Plage Nord - accès n°47
- 6 Tennis - Route des Marines
- 7 Base nautique du Vidourle
- 8 Plage du Boucanet - accès n°12
- 9 Château d'eau - Rue des Oursins

PLAN DES ACTIVITÉS



- 1 Jardin des Sculptures - Avenue Jean Lasserre
- 2 Aire de jeux du Trident - Avenue des Coquillages
- 3 Plage Sud - accès n°66

Manifestations sportives de l'été

La Team Tennis :

TOURNOIS GALAXIE : 8 à 10 ans, les vendredis à 13h

TMC : 11 à 14 ans, lundi et mardi, juillet-août

Tennis Club du Grau du Roi

TMC : du 3 juillet au 25 août

Manifestations diverses :

VILLAGE COUPE DU MONDE DE RUGBY :

11 juillet de 10h à 18h, *pelouses avenue Frédéric-Mistral*

TOURNÉE MINI SAUVETEUR SNSM de 7 à 12 ans :

6 juillet de 15h à 18h30, *plage Centre Ville*

TOURNOI DE BEACH-VOLLEY :

14 juillet et 15 août à 9h30, *Plage des Mouettes*

LIDL BEACH HAND TOUR 2023 :

19 juillet, *Plage Rive Gauche Avenue Frédéric-Mistral*

LES BOUCLES DE SALONIQUE :

20 juillet et 17 août à 19h, *Étang de Salonique*

FÊTE DE LA MER ET DU LITTORAL :

21 et 22 juillet de 11h à 17h, *Plage du Boucanet*

FFF TOUR 2023 :

15 et 16 août, de 10h à 12h30 et de 14h à 18h,

Plage Sud Port Camargue

comduponant.fr / Papier PEFC / Imprim'Vert /



Du 10 juillet au 26 août 2023

Sauf le 14 juillet et le 15 août

Sportez-vous Bien

16 activités gratuites et 1 payante
Activités handisport, en groupe...

Séniors, adultes, adolescents
et enfants accompagnés (à partir de 8 ans)



Accueil et information : 04 66 73 93 79
www.ville-legrauduroi.fr

Lundi

VTT 30 à 40 kms : 8h à 12h

Palais des Sport, sortie en Petite Camargue

Éveil Musculaire : 8h30 à 10h30 (2 x 60 min.)

Plage face à la Mairie accès n°33

Sandball Handfit : 10h à 11h30

Plage du Boucanet accès n°12

Marche dans l'eau : 10h30 à 11h30

Plage face à la Mairie accès n°33.

Fitness Zumba : 12h à 13h15

Palais des Sports.

Tennis : 16h à 17h

Tennis Club, avenue de Dossenheim, matériel fourni

Kayak / Aviron : 16h à 18h (découverte 30min)

Base Nautique du Vidourle / 10 personnes maximum

Beach volley : 17h à 18h

Plage des Mouettes accès n°38

Mardi

Musculation : 8h à 13h15 (3,50€)

Palais des Sports

Badminton / Tennis de table : 8h à 13h15

Palais des Sports.

Éveil Musculaire : 8h30 à 10h30 (2 x 60 min.)

Plage du Boucanet accès n°12

Yoga : 9h à 10h30

Plage Nord Port Camargue accès n°47

Qi Gong : 9h à 10h

Plage face à la Mairie accès n°33.

Tennis : 16h à 17h

Tennis Club, avenue de Dossenheim, matériel fourni

Mercredi

Randonnée : 8h à 11h

Château d'eau Boucanet.

Badminton / Tennis de table : 8h à 13h15

Palais des Sports.

Éveil Musculaire : 8h30 à 10h30 (2 x 60 min.)

Plage face à la Mairie accès n°33

Yoga : 9h à 10h30

Plage face à la Mairie accès n°33

Sandball handfit : 10h à 11h30

Plage du Boucanet accès n°12

Marche dans l'eau : 10h30 à 11h30

Plage face à la Mairie accès n°33

Tennis : 11h à 12h

Raquette Club, Port Camargue, matériel fourni,

20 personnes maximum

Pilâte : 11h à 12h

Jardin des Sculptures, Port Camargue

Fitness Body sculpt : 12h à 13h15

Palais des Sports

Pickleball : 16h à 17h

Raquette Club, Port Camargue, matériel fourni,

20 personnes maximum

Kick boxing / Full contact : 19h à 20h30

Aire de jeux du Trident, Port Camargue

Jeudi

Musculation : 8h à 13h15 (3,50€)

Palais des Sports

Badminton / Tennis de table : 8h00 à 13h15

Palais des Sports

Éveil Musculaire : 8h30 à 10h30 (2 x 60 min.)

Plage du Boucanet accès n°12

Pilâtes / Yoga : 9h à 10h30

Plage Sud Port Camargue accès n°66

Qi Gong : 9h à 10h

Plage du Boucanet accès n°12

Tennis : 11h à 12h

Raquette Club, Port Camargue, matériel fourni,

20 personnes maximum

Beach volley : 17h à 18h

Plage des Mouettes accès n°38

Vendredi

VTT 40 à 50 kms : 8h à 12h

Palais des Sports, sortie en Petite Camargue

Éveil Musculaire : 8h30 à 10h30 (2 x 60 min.)

Plage face à la mairie accès n°33

Yoga : 9h à 10h30

Plage du Boucanet accès n°12

Marche dans l'eau : 10h30 à 11h30

Plage face à la Mairie accès n°33

Fitness Stretching : 12h à 13h15

Palais des Sports

Samedi

Éveil Musculaire : 8h30 à 10h30 (2 x 60 min.)

Plage face à la mairie accès n°33

Marche dans l'eau : 10h30 à 11h30

Plage face à la Mairie accès n°33