



est une opération  
initée 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.

## CAP33 et les Comités Sportifs Départementaux

Les centres CAP33 vous proposent de nombreuses  
animations gratuites en partenariat avec les comités  
sportifs départementaux d'Athlétisme, Aviron,  
Badminton, Char à voile, Course d'orientation,  
Cyclisme, Escrime, Football, Handball, Handisport,  
Hockey sur Gazon, Lutte, Natation, Pelote Basque,  
Roller et Skateboard, Rugby, Savate Boxe française,  
Sport adapté, Surf, Tennis et Volley Ball.



## Renseignements et inscriptions

Communauté de communes du Bazadais  
Du lundi au vendredi 9h-12h et 14h-17h  
📞 06 46 31 59 28 - [www.cdcdubazadais.fr](http://www.cdcdubazadais.fr)

Sport en Bazadais  
 sportenbazadais

## C'est 33 centres en 2024

Ambarès- et-Lagrave 06 62 52 20 28	Castillon-Pujols * 06 72 30 36 06	Lacanau 05 56 03 21 01
Andernos- les-Bains 05 56 82 02 47	Bazadais * 06 46 31 59 28	Lanton 06 07 31 18 86
Arès 06 73 68 61 06	Pays foyen * 07 75 26 07 33	Léognan 06 20 96 05 98
Bassens 06 17 02 21 32	Réolais en Sud Gironde * 06 17 35 41 77	Marcheprime 06 07 63 80 36
Bègles 07 64 58 10 42	Sud Gironde * 06 82 14 54 14	Mérignac 05 56 18 80 12
Belin-Beliet 05 56 88 38 86	Les Coteaux Bordelais * 06 23 76 64 42	Mios 05 57 17 07 92
Biganos 06 73 27 22 95	Coutras 06 43 41 96 60	Saint-Médard- en-Jalles 05 56 05 71 14
Bruges 06 89 54 57 39	Eysines 06 33 83 59 77	Salles 05 56 88 38 86
Cenon 06 12 55 48 96	Floirac 05 57 80 87 00	Soulac-sur-Mer 06 80 48 82 74
Cestas 07 88 15 01 40	Grayan- et-l'Hôpital 06 70 30 17 62	Vendays- Montalivet 06 81 66 36 07
Convergence Garonne * 06 27 55 18 12	La Teste- de-Buch 06 40 41 27 91	Villenave d'Ornon 05 57 30 78 76

\* 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.

Département de la Gironde - DirCom - CID - Imprim'vert - juin 2024

## Plus de 100 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.*

Une activité physique régulière associée à des  
habitudes alimentaires saines contribuent à une bonne  
santé.

Toutes les activités sont mises en œuvre dans le  
respect des règles sanitaires.

Retrouvez toutes les activités CAP33  
de tous les centres sur [gironde.fr/sorties](http://gironde.fr/sorties)

[gironde.fr/sorties](http://gironde.fr/sorties)



# CAP 33

100  
disciplines  
sport  
& culture  
à découvrir !



PROGRAMME ÉTÉ 2024  
COMMUNAUTÉ DE COMMUNES  
DU BAZADAIS



## Lundi

### LES DÉCOUVERTES GRATUITES

- ▶ **Beach Tennis/Volleyball 14h-17h** ▶ Captieux, Lac de Taste
- ▶ **Canoë 14h-17h** ▶ Captieux, Lac de Taste
- ▶ **Course d'orientation 14h-17h** ▶ Captieux, Lac de Taste,

### LES SÉANCES D'APPROFONDISSEMENT

- ▶ **Équitation débutant (15/07 au 12/08) 11h-12h** ▶ Bazas, Poney club de Bazas (13 €, avec préparation, découverte et promenade à poney, sur réservation auprès du CAP33 : 06 46 31 59 28)

## Mardi

### LES DÉCOUVERTES GRATUITES

- ▶ **Tennis 10h-12h** ▶ Bazas, Terrain de Tennis
- ▶ **Basket-Ball 10h-12h** ▶ Bazas, City-stade,
- ▶ **Pala 10h-12h** ▶ Bazas, Fronton
- ▶ **Défi "AquaFun" 15h-16h30** ▶ Bazas, Piscine municipale (tarif entrée piscine)
- ▶ **Trottinette/Roller/Skate 17h-18h** ▶ Bazas, skate-park (apportez votre propre matériel avec les protections)
- ▶ **Volley-Ball sur herbe 17h-18h** ▶ Bazas, Stade rugby Castagnoles

### LES SÉANCES D'APPROFONDISSEMENT

- ▶ **Ju-jitsu 19h-20h** ▶ Grignols, Salle des fêtes, animé par "Ju-jitsu Traditionnel"

### LES TOURNOIS (20h-22h)

- ▶ **Handball (16/07 et 6/08)**
- ▶ **Futsal (30/07 et 20/08)**
- ▶ **Basket-Ball (23/07)**
- ▶ **Volley-Ball (13/08)** ▶ Bazas, Gymnase Sainte-Cluque (Chaussures sportives indoor obligatoires)

## Mercredi

### LES DÉCOUVERTES GRATUITES

- ▶ **Initiation randonnée 8h40** ▶ Bazas, RDV parking Ausone. Petite boucle de marche dans la campagne bazadaise, tout niveau et tout public, parcours ajustable, animé par "Caminots d'Aqui"
- ▶ **Kayak-polo (sauf 10/7) 10h30-12h/14h-17h** ▶ Bernos-Beaulac, Halte nautique
- ▶ **Canoë/Tir à l'arc/Course d'orientation/Mölkky (sauf 10/7) 10h30-12h/14h-17h** ▶ Bernos-Beaulac, Halte nautique

### LES SÉANCES D'APPROFONDISSEMENT

- ▶ **Ju-jitsu 19h-20h** ▶ Captieux, Centre culturel, animé par "Ju-jitsu Traditionnel"
- ▶ **Aquagym 19h-20h** ▶ Bazas, Piscine municipale (6 € dossier d'inscription obligatoire à remplir auprès de la mairie de Bazas)

### LES TOURNOIS (20h-22h)

- ▶ **Basket-Ball (7/08 au 28/08) 19h30-21h30** Bazas, gymnase Sainte-Cluque (Chaussures sportives indoor obligatoires)

## Jeudi

### LES DÉCOUVERTES GRATUITES

- ▶ **Tennis/Tir à l'arc/Course d'orientation/Foot golf 10h-12h** ▶ Grignols, Stade de rugby
- ▶ **Parcours aquatiques 15h-16h30** ▶ Bazas, Piscine municipale (tarif entrée piscine, fil rouge sur l'été, record à battre avec lots à remporter)

### LES TOURNOIS (20h-22h)

- ▶ **Badminton (18/07 et 8 et 22/08)**
- ▶ **Volley-Ball (25/7)**
- ▶ **Dodgeball (1/08)** ▶ Bazas, Gymnase Sainte-Cluque (Chaussures sportives indoor obligatoires)

## Vendredi

### LES DÉCOUVERTES GRATUITES

- ▶ **Baby-gym (12/07 au 2/08) (3/4 ans) 10h-10h45 (5/6 ans) 11h-11h45** ▶ Bazas, Salle de gymnastique (Sur réservation auprès du CAP33 : 06 46 31 59 28)
- ▶ **Tir à l'arc/Tennis/Padel 10h-12h** ▶ Captieux, Stade de rugby
- ▶ **VTT 10h-12h** ▶ Captieux, Stade de rugby (apportez votre vélo et casque) Animé par "Cyclo Club de Captieux"
- ▶ **Canoë 14h-17h** ▶ Captieux, Lac de Taste
- ▶ **Beach Tennis/Volley-Ball 14h-17h** ▶ Captieux, Lac de Taste
- ▶ **Course d'orientation 14h-17h** ▶ Captieux, Lac de Taste

### LES TOURNOIS

- ▶ **Pétanque (26/07) 18h-20h** ▶ Bazas, Boulodrome

## Samedi

### LES DÉCOUVERTES GRATUITES

- ▶ **Bébés-lecteurs (13, 27/07 et 10/08) 10h30-11h/11h15-11h45** ▶ Bazas, Polyèdre, animé par le "Polyèdre ville de Bazas"
- ▶ **Echecs (6/07, 20/07, 10/08 et 24/08) 10h30-12h** ▶ Bazas, Polyèdre, (à partir de 7 ans) animé par le "Polyèdre ville de Bazas"

## Informations pratiques

- ▶ En cas d'intempéries, le CAP33 se réserve le droit d'annuler les activités pour des raisons liées à la sécurité des participants

## Comités sportifs départementaux

### Animations gratuites :

#### Ouverture des CAP33 en Sud Gironde

#### Le sport ensemble

**Mercredi 10 Juillet** ▶ Podensac, Parc du château Chavat  
**14h-18h** ▶ Tennis, Tennis de Table, Judo, Escrime, Equithérapie, Gymnastique, Football, Athlétisme, Boule Lyonnaise, Sport en milieu rural

**14h-15h30** ▶ Animations destinées au public en situation de handicap

**15h30** ▶ Temps protocolaire et remise des labels « Valides Handicapés » aux nouveaux clubs

**15h30-18h** ▶ Animations tous publics

## Nouveautés !

▶ **Cet été, CAP33 vous propose des activités culturelles en complément des activités sportives et de loisirs.**

▶ De nombreux ateliers de pratique culturelle vous sont proposés sur plusieurs rendez-vous pendant l'été.

### Associations partenaires de CAP33

Bazas Culture Cinéma ; le Polyèdre ville de Bazas ; les Archers d'Auros ; Dan Tian ; Club Canoë Kayak de Bernos-Beaulac ; USB Omnisport (Sections Basket-Ball, Tennis, Handball, Badminton, Volley-Ball, Karaté, Escrime, Gymnastique) ; Tennis Club Grignols-Aillas ; Pétanque Bazadaise ; Cyclo Club de Captieux ; Ju-jitsu Traditionnel ; Lotus Flowers ; Poney Club de Bazas ; Caminots d'Aqui ; Communes : Bazas, Captieux, Grignols, Bernos-Beaulac

▶ **Atelier cinéma** - Visite du cinéma et ses coulisses, découverte de l'exposition des machines du cinéma.  
**Mercredi 10/07 et 21/08** - 10h-12h ▶ Bazas, Cinéma (sur réservation au 06 81 73 37 45) - Animé par "Bazas Culture Cinéma et le Polyèdre ville de Bazas"

#### Falun Dafa

**Jeudi 11/07, 22 et 29/08** - 10h-11h30 ▶ Bazas, la Brèche (sous la cathédrale, à côté de l'ALSH)  
 Méditation avec des exercices énergétiques aux mouvements lents et souples - Animé par "Lotus Flowers"

#### Médiation autour du livre

**Mardi 16/07** - 10h-12h ▶ Bazas, Polyèdre - Venez poser vos questions et découvrir l'univers du livre avec l'autrice "Lalou"

#### Escrime

**Mardi 16/07 et 13/08** - 10h-12h ▶ Bazas, devant la piscine municipale - Animé par "USB Escrime"

#### Jeux vidéo

**Mercredi** - 10h30-12h ▶ Bazas, Polyèdre  
**17/07 et 28/08** (sur grand écran) / **31/07** (VR - Réalité Virtuelle)  
**14/08** (rétro) - Animé par le Polyèdre ville de Bazas

#### Lecture sur cour

(sur réservation auprès du Polyèdre ville de Bazas)  
**Vendredi 19/07 et 26/07** - 18h ▶ Rdv devant le Polyèdre (gratuit, sur réservation auprès du Polyèdre ville de Bazas)  
 Lecture chez l'habitant par des comédiens, à partir de 14 ans

#### Sieste musicale

**Vendredi 02/08** - 16h-17h ▶ Bazas, Polyèdre - Avec l'artiste Mathilde VERVLIET (harpe)

#### Taï Chi

Découverte de la pratique, pour tout âge et tout niveau  
**Mardi 6/08** - 18h30-20h ▶ Bazas, la Brèche (sous la cathédrale, à côté de l'ALSH) - Animé par "Dan Tian"

#### Karaté

**Mardi 20/08** - 10h-12h ▶ Bazas, devant la piscine municipale  
**Mercredi 21/08** - 10h30-12h ▶ Bernos-Beaulac, Halte nautique  
**Jeudi 22/08** - 10h-12h ▶ Grignols, Stade de rugby  
 Animé par "USB Karaté"

#### Animations fêtes de Captieux

Tir à l'arc / Padel / Tennis  
**Samedi 27/07** - 9h-12h ▶ Captieux, Stade de rugby