



LES PLAGES

- | | |
|--------------------------|---------------------------|
| A LA TAMARISSIÈRE | G RICHELIEU CENTRE |
| B LE GRAU D'AGDE | H RICHELIEU EST |
| C SAINT-VINCENT | I LA PLAGETTE |
| D LES BATTUTS | J LA GRANDE CONQUE |
| E ROCHELONGUE | K LE MÔLE |
| F RICHELIEU OUEST | L LA ROQUILLE |



LES TOURNÉES D'ÉTÉ SUR LA PLAGE DU MAIL DE ROCHELONGUE

MARDI 30 JUILLET

> Montpellier Hérault Sport Club Summer Tour. De 13h00 à 18h00
Le club assure des activités et animations pour adultes et enfants autour de compétences footballistiques avec un DJ, des jeux concours et distribution de goodies.

VENDREDI 9 ET SAMEDI 10 AOÛT

> Tournée de la Fédération Française de Football. De 10h00 à 17h00
Multiples animations gratuites d'accès, ouvertes à toutes et tous, hommes et femmes, petits et grands, licenciés ou non, sont au programme... Avec un mot d'ordre, le jeu et le plaisir.

Cet été, vivez des vacances résolument sportives grâce aux nombreux rendez-vous que vous propose la Direction des Sports de la Ville d'Agde.

Du 8 juillet au 23 août, sur les plages de la commune, du Cap d'Agde au Grau d'Agde, venez vous initier, vous détendre ou encore participer aux tournois d'été !

La balle est dans votre camp !

Renseignements,
Direction des Sports
Palais des Sports
Boulevard des Hellènes
34300 Agde
Tél. 04 67 94 65 60
De 7h30 à 14h00

sports@ville-agde.fr



ACTIVITÉS PAYANTES

● TIR À L'ARC

10 € les 5 séances

À partir de 9 ans. Pas d'accueil de groupe.
Inscriptions sur place

> Du lundi au vendredi séance d'une heure
au choix de 9h00 à 10h00, de 10h00 à 11h00
ou de 11h00 à 12h00

Domaine Saint-Martin
Route du Cap à Agde
GPS 43.292667, 3.498746

ACTIVITÉS GRATUITES

● SUMMER FIT - NOUVEAU POUR SE MAINTENIR EN FORME !

À partir de 18 ans
Inscriptions au Palais des Sports

> De 9h à 10h : intensité moyenne +

> De 10h à 11h : Intensité moyenne

> Du lundi au vendredi séance d'une heure
Au Pôle de perfectionnement Physique
et Sportif, boulevard du Saint-Christ, Agde.

Renforcement musculaire,
circuit training, cardio training boxe
dans une structure de qualité.

Inscriptions obligatoires au Palais des Sports
en direct ou par téléphone
au **04 67 94 65 60**, la veille au plus tard.
10 personnes maximum par séance.

Document requis : un document sera
à compléter et signer sur place
(ne précisant aucune contre-indication),
et/ou une licence sportive, et/ou un certificat médical.

ACTIVITÉS GRATUITES

● GYM BIEN-ÊTRE SUR LA PLAGES

Du lundi au vendredi de 8h00 à 9h00
Inscriptions sur place. À partir de 18 ans

Lundi

Front de Mer, Le Grau d'Agde
GPS 43.282803, 3.449554

Mardi

Mail de Rochelongue, Le Cap d'Agde
GPS 43.275050, 3.485561

Mercredi

Môle, Le Cap d'Agde
GPS 43.282235, 3.520256

Jeudi

Mail de Rochelongue, Le Cap d'Agde
GPS 43.275050, 3.485561

Vendredi

Front de Mer, Le Grau d'Agde
GPS 43.282803, 3.449554

● FITNESS TBC SUR LA PLAGES (TOTAL BODY CONDITIONING)

Du lundi au vendredi de 9h00 à 10h00
Inscriptions sur place. À partir de 18 ans

Lundi

Front de Mer, Le Grau d'Agde
GPS 43.282803, 3.449554

Mardi

Mail de Rochelongue, Le Cap d'Agde
GPS 43.275050, 3.485561

Mercredi

Môle, Le Cap d'Agde
GPS 43.282235, 3.520256

Jeudi

Mail de Rochelongue, Le Cap d'Agde
GPS 43.275050, 3.485561

Vendredi

Front de Mer, Le Grau d'Agde
GPS 43.282803, 3.449554

● YOGA À LA PLAGES

Le mardi et le jeudi de 19h00 à 20h00
Inscriptions sur place.

Mail de Rochelongue, Le Cap d'Agde
GPS 43.275050, 3.485561

ANIMATIONS D'ÉTÉ SUR LES PLAGES

● TOURNOIS ADOS/ADULTES

Inscriptions à 16h30
Mail de Rochelongue, Le Cap d'Agde
GPS 43.275050, 3.485561

Lundi

Beach Tennis

Mardi

Découverte Ultimate/découverte Spikeball

Mercredi

Beach Volley

Jeudi

Beach Tennis

Vendredi

Beach Volley

● TOURNOIS NOCTURNES

Du 9 juillet au 22 août. Inscriptions à 20h00

Front de Mer, Le Grau d'Agde
GPS 43.282803, 3.449554

Mardi

Tournoi Beach Tennis

Jeudi

Tournoi Beach Volley

● VÉLO GRAVEL

Les mercredis du 10 juillet au 21 août

Départ à 8h30 du Palais des Sports,
Boulevard des Hellènes à Agde.
Parcours d'environ 50km

