

Pour les tout petits (4/6 ans) :  
Ecole des sports lundi, mercredi  
vendredi de 10h à 11h.

Für die Kleinsten (4-6 Jahre) :  
Sportschule am Montag, Mittwoch  
und Freitag von 10 bis 11 Uhr.

For 4 to 6 year olds : Sports school  
Mondays, Wednesdays, Fridays  
from 10am to 11am.



### ➤ Initiations enfants (7/14 ans)

**Schnupperkurse / Kinderprogramm (7-14 Jahre) / Children's Initiation / Events (7 to 14)**

- |  |  |   |
|--|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Basketball</b> : lundi, mercredi, vendredi.</li> <li>• <b>Volley-ball</b> : mardi, jeudi.</li> <li>• <b>Football</b> : lundi, mercredi, vendredi.</li> <li>• <b>Handball</b> : mardi, jeudi.</li> <li>• <b>Tennis de table</b> : mardi, vendredi.</li> <li>• <b>Miniten</b> : lundi, Jeudi.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Basketball</b> : Montag, Mittwoch, Freitag.</li> <li>• <b>Volleyball</b> : Dienstag, Donnerstag.</li> <li>• <b>Fußball</b> : Montag, Mittwoch, Freitag.</li> <li>• <b>Handball</b> : Dienstag, Donnerstag.</li> <li>• <b>Tischtennis</b> : Dienstag, Freitag.</li> <li>• <b>Minitenis</b> : Montag, Donnerstag.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Basketball</b> : Mondays, Wednesdays, Fridays.</li> <li>• <b>Volleyball</b> : Tuesdays, Thursdays.</li> <li>• <b>Football</b> : Mondays, Wednesdays, Fridays.</li> <li>• <b>Handball</b> : Tuesday, Thursdays.</li> <li>• <b>Table-tennis</b> : Tuesdays, Fridays.</li> <li>• <b>Miniten</b> : Mondays, Thursdays.</li> </ul> |
|--|--|---|

Horaires (entre 10h et 13h) et Lieux  
d'activités à vérifier selon les âges.

Zeit (zwischen 10 und 13 Uhr) und Ort  
je nach Alter prüfen.

Timetable (between 10am and  
1pm) and location of activities differ  
according to age, please check.

### ➤ Animations enfants (7/14 ans) / Kinderprogramm (7-14 Jahre) / Children's events (7 to 14)

- |   |  |   |
|---|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Multisports</b> les mardi et jeudi de<br/>10h à 12h (terrain de football).</li> <li>• <b>Uni hockey</b> : lundi, vendredi.</li> <li>• <b>Rugby Flag, Baseball, Football<br/>gaélique (...)</b> : dimanche (10h-13h<br/>ou 17h-20h, terrain de football).</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Verschiedene Sportarten</b> am Dien-<br/>stag und Donnerstag von 10 bis 12<br/>Uhr (Fußballplatz).</li> <li>• <b>Unihockey</b> : Montag, Freitag.</li> <li>• <b>Flag Rugby, Baseball, Gaelic Football<br/>(...)</b> : Sonntag (10-13 Uhr oder 17-20<br/>Uhr, Fußballplatz).</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Multisport</b> on Tuesdays and Thursdays<br/>from 10am to 12pm (football pitch).</li> <li>• <b>Unihockey</b> : Mondays, Fridays.</li> <li>• <b>Tag Rugby, Baseball, Gaelic football<br/>(...)</b> : Sundays (10am to 1pm or 5pm<br/>to 8pm, football pitch).</li> </ul> |
|---|--|---|

Tournois adultes et enfants :  
voir « rencontres sportives »

Turniere für Erwachsene und Kinder:  
siehe „Sportveranstaltungen“

Tournaments for adults and children:  
refer to "sporting events"



### ➤ Animations adultes / Erwachsenenprogramm / Adults' events

- |  |   |  |
|--|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Basketball</b> : lundi (adultes)<br/>vendredi (13-17 ans).</li> <li>• <b>Volley-ball</b> : vendredi.</li> <li>• <b>Football</b> : mercredi, vendredi.</li> <li>• <b>Handball</b> : lundi.</li> <li>• <b>Tennis de table</b> : vendredi.</li> <li>• <b>Miniten</b> : lundi.</li> <li>• <b>Natation</b> : compét' les<br/>mardis 12/07, 26/07 et 09/08.</li> <li>• <b>Uni hockey</b> : mardi (tous les 15 jours).</li> <li>• <b>Rugby Flag, Baseball, Football<br/>gaélique (...)</b> : dimanche.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Basketball</b> : Montag (Erwachsene)<br/>Freitag (13-17 Jahre).</li> <li>• <b>Volleyball</b> : Freitag.</li> <li>• <b>Fußball</b> : Mittwoch, Freitag.</li> <li>• <b>Handball</b> : Montag.</li> <li>• <b>Tischtennis</b> : Freitag.</li> <li>• <b>Minitenis</b> : Montag.</li> <li>• <b>Schwimmen</b> : Wettkampf am Dienstag,<br/>den 12/07, 26/07, 09/08.</li> <li>• <b>Unihockey</b> : Dienstag (alle zwei Wochen).</li> <li>• <b>Flag Rugby, Baseball, Gaelic<br/>Football (...)</b> : Sonntag.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Basketball</b> : Mondays (adults), Fridays<br/>(13 to 17 year olds).</li> <li>• <b>Volley-ball</b> : Fridays.</li> <li>• <b>Football</b> : Wednesdays, Fridays.</li> <li>• <b>Handball</b> : Mondays.</li> <li>• <b>Table-tennis</b> : Fridays.</li> <li>• <b>Miniten</b> : Mondays.</li> <li>• <b>Swimming</b> : competitions on Tuesdays<br/>12<sup>th</sup> of July, 26<sup>th</sup> of July and 9<sup>th</sup> of August.</li> <li>• <b>Unihockey</b> : every second Tuesday.</li> <li>• <b>Tag Rugby, Baseball, Gaelic Football (...)</b> :<br/>Sundays.</li> </ul> |
|--|---|--|

Horaires (après-midi) et Lieux d'activités  
à vérifier selon les disciplines.

Zeit (Nachmittag) und Ort je nach  
Disziplin prüfen.

Timetable (afternoons) and location of activities  
differ according to the sport, please check.

## Gym Gymnastik / Aerobics

- Du 19/04 au 01/07 le mardi et le vendredi de 10h00 à 11h00 (participation de 5€ la séance). Du 04/07 au 28/08 sur la plage (gratuit) le lundi et mercredi de 9h15 à 10h et le samedi de 9h30 à 10h15.
- 19/04 bis 01/07 dienstags und freitags von 10 bis 11 Uhr (5€ pro Teilnahme). 04/07 bis 28/08 am Strand (kostenlos) montags und mittwochs von 9.15 bis 10 Uhr und samstags von 9.30 bis 10.15 Uhr.
- From April 19<sup>th</sup> to July 1<sup>st</sup> on Tuesdays and Fridays from 10am to 11am (€5 contribution per session). From July 4<sup>th</sup> to August 28<sup>th</sup> on the beach (free) on Mondays and Wednesdays from 9:15am to 10am and Saturdays from 9:30am to 10:15am.



## Tennis / Tennis / Tennis

- Location des courts du 27/06 au 04/09. Gratuit le reste de l'année.
- Le club house est ouvert tous les jours du dimanche 26/06 au 3/07 de 9h à 13h et de 16h à 20h. Et du 4/07 au 4/09 de 8h à 13h et de 15h à 20h.
- Tournois en semaine (simple, double, double mixte...) Tournois le samedi : double à la mêlée 16h45 (du 09/07 au 03/09).

Evolution tennis vous propose des stages et leçons individuelles tous niveaux à partir de 4 ans avec des moniteurs diplômés d'état et classés en seconde série nationale.

## Travail spécifique abdos, fessiers, taille, cuisses, dos Spezifisches Training für Bauch, Po, Taille, Schenkel, Rücken Specific workouts for abdominal muscles, buttock muscles, waist, thighs and back.

- Du 04/07 au 28/08 (gratuit) le mardi, jeudi et vendredi de 10h à 10h45 et le samedi de 10h30 à 11h15 à côté du terrain de pétanque.
- **Stretching** le mardi de 11h à 12h à côté du terrain de pétanque.
- 04/07 bis 28/08 (kostenlos) Dienstags, Donnerstags und Freitags von 10 bis 10.45 Uhr und Samstags von 10.30 bis 11.15 Uhr neben dem Petanque-Gelände.
- **Stretching** am Dienstag von 11 bis 12 Uhr neben dem Petanque-Gelände.
- From July 4<sup>th</sup> to August 28<sup>th</sup> (free) on Tuesdays, Thursdays and Fridays from 10am to 10:45am and Saturdays from 10:30am to 11:15am next to the petanque court.
- **Stretching** on Tuesdays from 11am to 12pm next to the petanque court.

## Pétanque / Petanque / Petanque

Renseignements et inscriptions au Chalet de la pétanque (terrain à côté de la salle TV), ouvert tous les jours à partir de 16h. Nombreux tournois (frais de participation).

- **Samedi 9 juillet** : concours CHM
- **Mardi 26 juillet** : concours Naturolympiades
- **Samedi 30 juillet** : concours NACA
- **Samedi 6 août** : concours Famille
- **Jeudi 18 août** : concours NACA
- **Samedi 20 août** : concours Lecocq

Auskunft und Anmeldung am Petanque-Chalet (Gelände neben dem Fernsehraum), täglich ab 16 Uhr geöffnet. Zahlreiche Turniere (Teilnahmegebühr).

- **Samstag, 9. Juli** : CHM-Wettbewerb
- **Dienstag, 26. Juli** : Wettbewerb im Rahmen der Naturolympiade
- **Samstag, 30. Juli** : NACA-Wettbewerb
- **Samstag, 6. August** : Familienwettbewerb
- **Donnerstag, 18. August** : NACA-Wettbewerb
- **Samstag, 20. August** : Lecocq-Wettbewerb

Information and enrollment at the Chalet de la pétanque (court next to the TV room), open every day from 4pm onwards. Several tournaments (contribution to costs).

- **Saturday, 9<sup>th</sup> July** : CHM contest
- **Tuesday, 26<sup>th</sup> July** : contest in the frame of the Naturolympiades
- **Saturday, 30<sup>th</sup> July** : NACA contest
- **Saturday, 6<sup>th</sup> August** : Family contest
- **Thursday, 18<sup>th</sup> August** : NACA contest
- **Saturday, 20<sup>th</sup> August** : Lecocq contest



## Tir à l'arc / Bogenschießen / Archery

Tous les jours sauf le dimanche : renseignements et inscriptions au pas de tir (des Pins). Participation aux frais.

Täglich außer Sonntags : Auskunft und Anmeldung am Schießstand „Les Pins“. Teilnahmegebühr.

Every day except on Sundays : information and enrollment at the archery area "Les Pins". Contribution to costs.



**Réservation**  
Jérôme Dousset 06 73 89 43 39  
contact@evolution-tennis.com  
Les inscriptions stages doivent se faire au plus tard le dimanche avant 14h au Clubhouse tennis.

- **Tennisplatzvermietung vom 27/06. bis 4/09** Das restliche Jahr über kostenlos.
- **Das Clubhaus ist ab Sonntag, den 26/06, bis 3/07** täglich von 9 bis 13 Uhr und von 16 bis 20 Uhr geöffnet. Vom 4/07 bis 4/09 dann von 8 bis 13 Uhr und von 15 bis 20 Uhr.
- **Turniere unter der Woche (Einzel, Doppel, gemischtes Doppel...)**. Turniere am Samstag : Zufallsdoppel um 16.45 Uhr (09/07 bis 03/09).

Evolution Tennis veranstaltet Kurse und Einzelunterricht für alle Niveaus und Teilnehmer ab 4 Jahren. Staatlich geprüfte Tennislehrer, die in der zweiten Nationalliga spielen.

**Reservierung**  
Jérôme Dousset 06 73 89 43 39  
contact@evolution-tennis.com  
Anmeldung zu den Kursen spätestens am Sonntag vor 14 Uhr im Tennis-Clubhaus.

- Court rentals from June 27<sup>th</sup> to September 4<sup>th</sup>. Free the rest of the year.
- The club house is open every day from Sundays 26<sup>th</sup>. June to July 3<sup>rd</sup> from 9am to 1pm and from 4pm to 8pm And from July 4<sup>th</sup> to September 4<sup>th</sup> from 8am to 1pm and from 3pm to 8pm.
- Tournaments during the week (simple, double, mixed doubles...) Tournaments on Saturday : double meele 4:45pm (from July 9<sup>th</sup> to September 3<sup>rd</sup>).

Evolution tennis offers courses and individual lessons for all levels (4 years +) with instructors holders of the state diploma and in the second national rating programme.

**Bookings**  
Jérôme Dousset 06 73 89 43 39  
contact@evolution-tennis.com  
Enrolments for courses must be made at the latest by 2pm on the Sunday before, at the tennis clubhouse.

## > Juillet / Juli / July

04/07	Tournois du jour :	• Jorkyball (foot), Miniten.
05/07	Animation famille :	• Concours de châteaux de sable (plage).
06/07	Course et tournoi du jour :	• La course des Berbères (plage), Basket 3x3.
07/07	Animation famille :	• Rencontre Animateurs-Vacanciers (plage).
08/07	Tournois du jour :	• Tennis de Table.
10/07	Course à pied :	• Aquathlon.



11/07	Tournois du jour :	• Jorkyball (foot), Beach Volley Nocturne, Miniten.
12/07	Animation famille :	• Jeux Nautiques, Anim'Soirée : Uni hockey.
13/07	Course et tournoi du jour :	• La Montalivoise, Basket 5x5.
14/07	Animation famille :	• Les Travaux du CHM.
15/07	Tournois du jour :	• Handball 5x5, Tennis de Table.
17/07	Course à pied :	• La Médocaine (bike and run).

18/07	Tournois du jour :	• Foot 5x5, Beach volley nocturne, Trophée W. Poulain (Miniten simple).
19/07	Animation Famille :	• Concours de châteaux de sable (plage), Anim'Soirée : Baby Foot Géant.
20/07	Course et tournoi du jour :	• La course des Berbères (plage), Journée Basket.
21/07	Animation famille :	• Beach Ball (Sports sur plage).
22/07	Tournois du jour :	• Trophée J-P.ETCHEVERRY (Handball 7x7), Tennis de Table.
24/07	Course à pied :	• Semi Marathon (individuel et par équipes).

25/07	Tournois du jour :	• Coupe du Monde Football, Beach Volley Nocturne, Tournoi des 3 Raquettes.
26/07	Animation Famille :	• Naturolympiades : « tenue naturiste » obligatoire.
27/07	Course du jour :	• Run Arc (Course + tir à l'arc).
28/07	Animation famille :	• Chasse au Trésor.
29/07	Tournois du jour :	• Tournoi des 4 Ballons, Tennis de Table.
31/07	Course à pied :	• Triathlon (individuel et par équipes).

Toutes les informations complémentaires sont données à l'accueil animation.

Ausführliche Informationen erhalten Sie am Empfang der Animation.

Further information is available at the events reception.



## > Août / August / August

01/08	Tournois du jour :	• Foot 5x5, Trophée W.POULAIN Double (Miniten).
	Trophée A.LECOCQ :	• (volley 6x6 et beach) « tenue naturiste » obligatoire.
02/08	Animation famille :	• Concours Châteaux de Sable (plage), Anim'Soirée : Baby Foot Géant.
03/08	Course et tournoi du jour :	• Marathon Des 100, (100 relais pour parcourir 42,195kms), Journée Basket.
04/08	Animation Famille :	• Beach Ball.
05/08	Tournois du jour :	• Handball 7x7, Tennis de Table.
07/08	Course à pied :	• Marathon (individuel et par équipes).

08/08	Tournois du jour :	• Coupe du Monde Football, Beach volley nocturne, Tournoi des 3 Raquettes.
09/08	Animation famille :	• Jeux Nautiques, Anim'Soirée : Uni hockey.
10/08	Course du jour :	• La Féminine.
11/08	Animation famille :	• Chasse au Trésor.
12/08	Tournois du jour :	• Tennis de Table, Tournoi des 4 Ballons.
14/08	Course à pied :	• La Médocaine (Bike and Run).

15/08	Tournois du jour :	• Foot 5x5, Miniten, Beach volley nocturne.
16/08	Animation famille :	• Concours de Châteaux de Sable, Anim'Soirée : Baby Foot Géant.
17/08	Course et tournoi du jour :	• La Montalivoise, Basket 3x3.
18/08	Animation famille :	• Rencontre Animateurs-Vacanciers (plage).
19/08	Tournois du jour :	• Tennis de Table, Hand 5x5.
21/08	Course à pied :	• La Course des Berbères.

22/08	Tournoi du jour :	• Jorkyball (foot).
23/08	Tournoi du jour :	• Tennis de Table.
24/08	Tournoi du jour :	• Unihockey.
25/08	Tournoi du jour :	• Miniten.
26/08	Tournoi du jour :	• Basket.