

MONTA
SPORTS

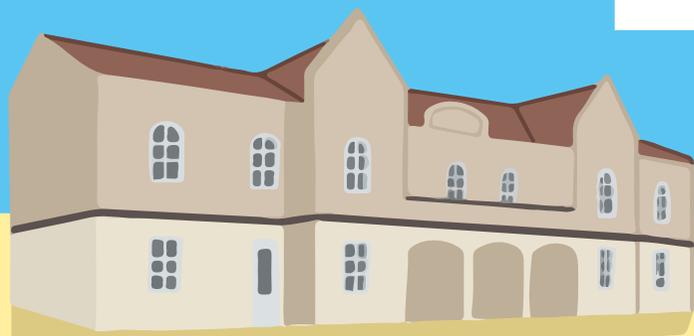
VENDAYS
MONTALIVET

2025

MONTA
SPORTS

2025

VENDAYS
MONTALIVET



PROGRAMME SPORTIF

Du 1er Juillet au 31 Août

06 81 66 36 07

Toutes les activités proposées
sont gratuites

VENDAYS
MONTALIVET
PÔLE SPORT

MONTA
SPORTS

VENDAYS
MONTALIVET

Gironde
LE DÉPARTEMENT

GRATUIT

Toutes les activités proposées sont **GRATUITES**

Toutes les activités incluent le prêt gratuit du matériel

FREE

All offered activities are **FREE**

Bouteilles d'eau et serviettes recommandées pour l'ensemble des activités

FREI

Alle angebotenen Aktivitäten sind **KOSTENLOS**

Lundi

LA REMISE EN FORME

- **Renforcement musculaire 10h-11h** Complexe sportif
- **Gym douce sur chaise 11h-12h** Complexe sportif

LES INITIATIONS

- **Beach-Volley 2x2 15h-16h** Plage nord
- **Surf 16h-18h** Plage nord (sur inscription)
- **Ateliers artisanaux 17h-19h** Salle Polyvalente de Montalivet (sur inscription)

LES TOURNIS

- **Beach-Volley 2x2 16h** Plage nord
- **Badminton simple 20h** Complexe sportif

Mardi

LA REMISE EN FORME

- **Remise en forme 8h-9h** Complexe sportif
- **Zumba 10h-11h** Complexe sportif
- **Étirements 11h-12h** Complexe sportif
- **Gym Ball 13h30-14h30** Dojo de Montalivet *prévoir Swiss Ball*

LES INITIATIONS

- **Surfcasting 8h-11h** Plage nord
- **Skateboard 10h-12h** Skate-park de Montalivet (sur inscription)
- **Beach Tennis 15h-16h** Plage nord
- **Ateliers artisanaux 17h-19h** Salle Polyvalente de Montalivet (sur inscription)

LES TOURNIS

- **Beach Tennis 16h** Plage nord
- **Basket-Ball 3x3 20h** Complexe sportif

Mercredi

LA REMISE EN FORME

- **Étirements 9h-9h45** Plage nord
- **Renforcement musculaire 10h-11h** Complexe sportif
- **Pilates 11h-12h** Complexe sportif
- **Forme équilibre 16h30-17h30** Salle de danse de Vendays (sur inscription)
- **Cross training 17h30-18h30** Salle de danse de Vendays (sur inscription)

LES INITIATIONS

- **Baby-Éveil 9h-9h45 ou 10h-10h45** Dojo de Montalivet (de 10 mois à 3 ans sur inscription)
- **Land Art 10h-11h30** Dojo de Montalivet (de 3 à 7 ans sur inscription)
- **Beach-Volley 3x3 15h-16h** Plage nord
- **Ateliers artisanaux 17h-19h** Salle Polyvalente de Montalivet (sur inscription)
- **Marche nordique 17h-19h** Départ Pont de la Brède

LES TOURNIS

- **Beach-Volley 3x3 16h** Plage nord
- **Tennis de Table 20h** Complexe sportif

Jeudi

LA REMISE EN FORME

- **Zumba 10h-11h** Complexe sportif
- **Étirements 11h-12h** Complexe sportif

LES INITIATIONS

- **Surfcasting 8h-11h** Plage nord
- **Skateboard 10h-12h** Skate-park de Montalivet (sur inscription)
- **Astronomie 10h30-11h30** Aérodrome de Montalivet
- **Beach Tennis 15h-16h** Plage nord
- **Tir à l'arc 15h-18h** Complexe sportif (sur inscription)
- **Surf 16h30-18h30** Plage nord (sur inscription)
- **Ateliers artisanaux 17h-19h** Salle Polyvalente de Montalivet (sur inscription)

LES TOURNIS

- **Beach Tennis 16h** Plage nord
- **Football 17h** Complexe sportif
- **Belote 20h** Maison des Jeunes

Vendredi

LA REMISE EN FORME

- **Renforcement musculaire 10h-11h** Complexe sportif
- **Circuit training 11h-12h** Complexe sportif

LES INITIATIONS

- **Sandball 15h-16h** Plage nord
- **Ateliers artisanaux 17h-19h** Salle Polyvalente de Montalivet (sur inscription)

LES TOURNIS

- **Sandball 16h** Plage nord
- **Badminton double 20h** Complexe sportif

Samedi

LA REMISE EN FORME

- **Gym douce 10h-11h** Complexe sportif
- **Cardio 11h-12h** Complexe sportif

LES INITIATIONS

- **Surf 9h-12h** Plage nord (sur inscription)
- **Danse electro 10h30-12h** Dojo de Montalivet (sur inscription)
- **Beach-Volley 4x4 15h-16h** Plage nord
- **Ateliers artisanaux 17h-19h** Salle Polyvalente de Montalivet (sur inscription)

LES TOURNIS

- **Beach-Volley 4x4 16h** Plage nord

Dimanche

LA REMISE EN FORME

- **Yoga 8h45-9h45** Plage nord

LES INITIATIONS

- **Marche Nordique 10h-12h** Départ Complexe sportif
- **Beach Tennis 15h-16h** Plage nord
- **Tir à l'arc 15h-18h** Complexe sportif (sur inscription)

LES TOURNIS

- **Beach Tennis 16h** Plage nord

CAP 33 Juniors

Des animations adaptées tout l'été à vos enfants !

Pour les 7/14 ans*

*Sous la responsabilité des tuteurs légaux

Toutes les activités sont sous forme de tournoi sauf les Ateliers artisanaux.

Les tournois CAP33 JUNIORS incluent une explication des règles ainsi qu'une initiation à l'activité.

Lundi

- **Handball 10h-12h** Complexe sportif
- **Ateliers artisanaux 10h-12h** Salle Polyvalente de Montalivet (sur inscription)
- **Badminton simple 15h-17h** Complexe sportif

Mardi

- **Beach-Volley 10h-12h** Plage nord
- **Basket-Ball 15h-17h** Complexe sportif

Mercredi

- **Beach-Flag 10h-12h** Plage nord
- **Ateliers artisanaux 10h-12h** Salle Polyvalente de Montalivet (sur inscription)
- **Tennis de Table simple 15h-17h** Complexe sportif

Jeudi

- **Beach-Tennis 10h-12h** Plage nord
- **Football 15h-17h** Complexe sportif

Vendredi

- **Sandball 10h-12h** Plage nord
- **Badminton double 15h-17h** Complexe sportif

Samedi

- **Ateliers artisanaux 10h-12h** Salle Polyvalente de Montalivet (sur inscription)
- **Tennis de Table double 15h-17h** Complexe sportif

Dimanche

- **Beach-Soccer 10h-12h** Plage nord
- **Spike Ball 15h-17h** Plage nord

LES ÉVÈNEMENTS DE L'ÉTÉ

- **17 Juillet Beach-Lutte Animations tout public 10h-12h / 15h-17h** Plage nord
- **21 au 25 Juillet Atelier théâtre (sur inscription) Pour juniors et adultes** Dojo de Montalivet
- **28 Juillet au 1er Août Atelier théâtre (sur inscription) Pour juniors et adultes** Dojo de Montalivet
- **30 Juillet Beach-Soccer Animations tout public 15h30-19h30** Plage nord
- **02 Août Beach-Volley Grand chelem Beach-Volley À partir de 10h** Plage nord
- **17 Août Beach Tennis Grand chelem Beach Tennis À partir de 15h30** Plage nord
- **20 Août Beach-Soccer Animations tout public 15h30-19h30** Plage nord

MONTA SPORTS



Complexe sportif

Portes ouvertes

De 15h à 20h

Badminton / Tennis de Table / Basket-Ball / Green-Volley / Green Tennis / & jeux divers...

Port de chaussures fermées obligatoire

Avenue de l'Europe
33930 Vendays-Montalivet

Plage nord

Portes ouvertes

De 10h à 20h30

Beach-Volley / Beach-Tennis / Beach-Soccer / Sandball / Slackline / & jeux divers...

Point d'informations

Plage nord
33930 Vendays-Montalivet

JOUER AU PADEL TENNIS* À VENDAYS-MONTALIVET ?

2 terrains de Padel Tennis sont proposés par la Ville de Vendays-Montalivet. Pour y accéder ? Il suffit de contacter l'équipe Monta Sports par téléphone au 06 81 66 36 07 et de réserver un créneau de 1h30.

La pratique est **GRATUITE** et le matériel est fourni.

*Fonctionnement identique pour les 2 terrains de tennis

ASSOCIATIONS PARTENAIRES

Astronomie Club Médocain Planchons Nammù
Amicale des Pêcheurs de Lancer en Mer (APLM)
Santé Forme Arc'Aventure
Bleu Pétrole Kokoloco Surf School
Camille Hudel Mer'veille Marine Gautier

ACCUEIL & RÉSERVATIONS

MONTA _ SPORTS

MONTA _ SPORTS

06 81 66 36 07

montasports@vendays-montalivet.fr

Tous les pratiquants doivent souscrire à une assurance de responsabilité civile