

# CAP 33 est une opération initiée 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, Volley Ball et Drop de Béton.

## C'est 31 centres en 2025

|                                        |                                                    |                                          |
|----------------------------------------|----------------------------------------------------|------------------------------------------|
| Ambarès-et-Lagrave<br>06 62 52 20 28   | Pays Foyen*<br>07 75 26 07 33                      |                                          |
| Andernos-les-Bains<br>06 42 51 54 61   | Cdc Du Réolais<br>En Sud Gironde<br>06 17 35 41 77 | Lacanau<br>05 56 03 21 01                |
| Ares<br>06 73 68 61 06                 | Sud Gironde*<br>06 82 14 54 14                     | Lanton<br>06 07 31 18 86                 |
| Bassens<br>06 17 02 21 32              | Les Coteaux Bordelais*<br>06 23 76 64 42           | Leognan<br>06 20 96 05 98                |
| Bègles<br>07 64 58 10 42               | Rurales de l'Entre-Deux-Mers*<br>07 57 60 43 10    | Marcheprie<br>06 07 63 80 36             |
| Belin-Beliet<br>05 56 88 38 86         | Eysines<br>06 33 83 59 77                          | Mérignac<br>05 56 18 80 12               |
| Biganos<br>06 73 27 22 95              | Floirac<br>05 57 80 87 00                          | Mios<br>06 77 53 64 77                   |
| Bruges<br>06 89 54 57 39               | Grayan-et-l'Hôpital<br>06 70 30 17 62              | Saint-Médard-en-Jalles<br>05 56 05 71 14 |
| Carcans<br>05 56 03 90 28              | La Teste-de-Buch<br>06 40 41 27 91                 | Salles<br>05 56 88 38 86                 |
| Cenon<br>06 12 55 48 96                |                                                    | Soulac-Sur-Mer<br>06 80 48 82 74         |
| Cestas<br>07 88 15 01 40               |                                                    | Vendays-Montalivet<br>06 81 66 36 07     |
| Convergence Garonne*<br>06 27 55 18 12 |                                                    |                                          |



## Renseignements et inscriptions :

Pôle Sport Jeunesse  
Du lundi au vendredi  
De 9h à 20h  
☎ 06 20 96 05 98  
sport@mairie-leognan.fr

📱 CAP33Léognan  
📧 CAP33LEOGNAN

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.

## 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

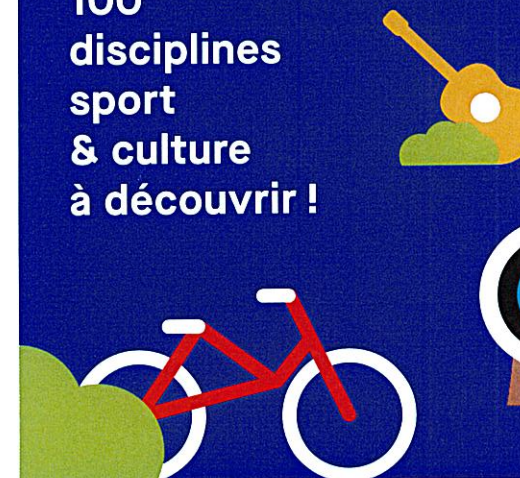
Organisés en après-midi ou en soirée, ils permettent de combiner sport et convivialité individuellement ou par équipes. *Au-delà de ces 3 formules, chaque centre propose également diverses animations.*

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



# CAP 33

100 disciplines sport & culture à découvrir !



PROGRAMME AUTOMNE 2025  
COMMUNE DE LÉOGNAN



## Lundi

### LES DÉCOUVERTES GRATUITES

- **Energym** (sauf le 27/10) 17h-18h  
► Foyer municipal
- **Badminton** (sauf le 27/10) 17h-18h30  
► Halles de Gascogne
- **Energym** (sauf le 27/10) 18h-19h  
► Foyer municipal
- **Fitness Tendance** 20h30-22h  
► Foyer municipal

## Mardi

### LES DÉCOUVERTES GRATUITES

- **Marche rapide et marche moyenne** 9h-11h ► Place du marché
- **Energym** (sauf le 28/10) 10h-11h  
► Foyer municipal
- **Marche rapide et marche moyenne** 14h30-16h30 ► Place du marché
- **Badminton** 18h-20h30  
► Halles de Gascogne

## Mercredi

### LES DÉCOUVERTES GRATUITES

- **Badminton** 17h-20h30  
► Halles de Gascogne

## Jeudi

### LES DÉCOUVERTES GRATUITES

- **Marche rapide et marche moyenne** 9h-11h ► Place du marché
- **Marche rapide et marche moyenne** 14h30-16h30 ► Place du marché
- **Stretching** (sauf 30/10) 17h-18h  
► Foyer municipal
- **Badminton** 17h-18h30  
► Halles de Gascogne
- **Energym** (sauf le 30/10) 18h-19h  
► Foyer municipal
- **Fitness Tendance** 20h30-21h30  
► Foyer municipal

## Vendredi (sauf 31/10)

### LES DÉCOUVERTES GRATUITES

- **Energym** 9h-10h ► Foyer municipal
- **Gym bien-être** 11h-12h  
► Foyer municipal
- **Stretching** 11h15-12h15  
► Salle de danse

## Samedi (18/10)

### LES DÉCOUVERTES GRATUITES

- **Cardio body** 8h30-9h30  
► Stade P. Pozzobon, Dojo N. Dourthe
- **Aïkido** 10h-11h30 ► Stade P. Pozzobon, Dojo N. Dourthe

## Dimanche (sauf 26/10)

### LES DÉCOUVERTES GRATUITES

- **Initiation voiture Télécommandée** 10h-12h30 ► (sur inscription possible, session de 15min)
- **Démonstration entraînement voiture télécommandée** 14h-17h  
► Halles de Gascogne

*Le 18 et 19/10 compétition nationale de RC drift français, le Grip zéro, les pilotes s'affronteront tout au long du week-end. Venez nombreux !*

## Informations pratiques

- Concernant les cours de fitness tendance, Energym, Stretching, Gym bien-être, pas de prêt de matériel (tapis, poids)
- Halle de Gascogne, Foyer municipal, Salle de Danse : une paire de chaussures de sport propre et une tenue adaptée sont nécessaires pour la pratique des activités en salle

## Associations partenaires de CAP33

OMS ; LEOFUN ; LEOGYM ; Marche et Découvertes ; ACL ; Project33 ; Léognan Arts Martiaux



Des animations pendant les vacances pour les 8-14 ans

Accueil des enfants sur les lieux d'activités

## LES DÉCOUVERTES GRATUITES

### Lundi (sauf 27/10)

- Escrime «12-14 ans»** 11h-12h  
► Halles de Gascogne
- Multisports «8-14 ans»** 14h-16h  
► Halles de Gascogne

## Mardi

- Mini-Tennis «8-11 ans»** 10h-12h  
► Halles de Gascogne
- Badminton «12-14 ans»** 14h-16h  
► Halles de Gascogne

## Mercredi

- Battle Archery «8-14 ans»** 10h-12h  
► Halles de Gascogne
- Mini tennis «8-11 ans»** 14h-16h  
► Halles de Gascogne

## Jeudi

- Battle Archery «8-14 ans»** 10h-12h  
► Halles de Gascogne
- Badminton «8-11 ans»** 14h-16h  
► Halles de Gascogne

## Vendredi

- Badminton/Tennis de Table «8-14 ans»** 10h-12h ► Halles de Gascogne
- Multisports «8-14 ans»** (sauf 31/10) 14h-16h ► Halles de Gascogne