

Lundi 10

Mardi 11

Mercredi 12

Jeudi 13

Vendredi 14

Samedi 15

Inscriptions

REMISE EN FORME 9h - 10h / 10h - 11h 3€ HUILES ESSENTIELLES Atelier sommeil 10h - 10h45 15€ SOPHROLOGIE Parents - Enfants 10h - 11h 10€ BABY GYM 10h - 11h 3€ QI GONG - TAICHI Au Rocher du Voleur 11h - 12h 11€ CITY FOOT 10h - 11h 3€ PERMANENCE 10h - 12h30 COURSE D'ORIENTATION GÉANTE à PORT BLANC Rendez-vous Parking Bd de la Mer 15h - 17h 4€ PERMANENCE 17h - 18h REMISE EN FORME 17h - 18h 3€ AQUAGYM EN MER Plage des Dunes 17h - 17h45 11€ STRETCHING ET ALIGNEMENT POSTURAL 18h - 19h 9€ TOURNOI DE BADMINTON EN DOUBLE 19h - 22h30 3€	REMISE EN FORME 9h - 10h / 10h - 11h 3€ TIR A L'ARC - 12 ans 9h - 10h 8€ TIR A L'ARC + 12 ans 10h - 11h 8€ HUILES ESSENTIELLES Atelier stress 10h - 10h45 15€ QI GONG - TAICHI Au Rocher du Voleur 11h - 12h 11€ HATHA YOGA 11h - 12h15 11€ TOURNOI MULTISPORTS Football - Handball - Rugby - Ultimate 10h - 12h 3€ PERMANENCE 11h30 - 12h30 SURF / PADDLE à la plage de Trestel 13h - 15h 17€ COURS DE MAGIE A partir de 10 ans 14h - 15h 4€ CLUB ADO 10 - 15 ANS 14h - 16h30 adhésion été 5€ JUST DANCE 15h - 16h 3€ TOURNOI TENNIS DE TABLE 16h - 18h 3€ PERMANENCE 17h - 18h REMISE EN FORME 17h - 18h 3€ PILATES avec Patricia 18h - 19h 9€ AQUAGYM EN MER Plage des Dunes 18h30 - 19h15 11€ TOURNOI FIVE sur herbe ÉQUIPE DE 5 19h - 22h30 3€	REMISE EN FORME 9h - 10h / 10h - 11h 3€ MOBILITE et STRETCHING 9h - 10h 9€ TIR A L'ARC - 12 ans 9h - 10h 8€ TIR A L'ARC + 12 ans 10h - 11h 8€ HUILES ESSENTIELLES Atelier bobo quotidien 10h - 10h45 15€ YOGA 10h30 - 11h45 10€ PERMANENCE 11h30 - 12h30 HIP HOP - 7 ans 15h - 16h 10€ DO'JEUX Viens faire des jeux au Dojo Balle aux prisonniers, Balle assise, ... 15h - 16h 3€ PERMANENCE 17h - 18h REMISE EN FORME 17h - 18h 3€ DANSES BRETONNES 17h - 18h 2€ PILATES avec Corinne 18h - 19h 9€ AQUAGYM EN MER Plage des Dunes 18h30 - 19h15 11€ JUDO 19h - 20h30 2€ BALADE CONTÉE Rdv Parking Bd de la mer à Port Blanc Départ 20h30 -6 ans gratuit / 6 - 12 ans 7€ / +12 ans 11€	REMISE EN FORME 9h - 10h / 10h - 11h 3€ QI GONG Sur l'île aux Femmes 9h30 - 10h30 11€ BABY CIRQUE 10h - 11h 3€ HUILES ESSENTIELLES Atelier douleurs musculaires 10h - 10h45 15€ POP GRAFFITI 10h - 11h30 16€ AIKIDO 11h - 12h 2€ COURS DE MAGIE A partir de 10 ans 11h - 12h 4€ PAS DE PERMANENCE CLUB ADO 10 - 15 ANS 14h - 16h30 adhésion été 5€ ESCALADE RDV 15 min avant à Pors Scaff 13h - 14h30 10€ ESCALADE RDV 15 min avant à Pors Scaff 14h30 - 16h 10€ HIP HOP 8 - 11 ans 15h - 16h 10€ REMISE EN FORME 17h - 18h 3€ PILATES petit matériel 18h - 19h 9€ CATAMARAN RDV 15 min avant au Centre Nautique de Port-Blanc 18h - 20h 16€ AQUAGYM EN MER Plage des Dunes 18h45 - 19h30 11€ SURF / PADDLE à la plage de Trestel 19h - 21h 17€	REMISE EN FORME 9h - 10h / 10h - 11h 3€ QI GONG Sur l'île aux Femmes 9h30 - 10h30 11€ PILATES avec Corinne 10h - 11h 9€ PILATES avec Corinne 11h - 12h 9€ PAS DE PERMANENCE HIP HOP 12 ans et + 15h - 16h 10€ BREIZH KOH LANTA Qui remportera le totem ? PERMANENCE 17h - 18h AQUAGYM EN MER Plage des Dunes 19h30 - 20h15 11€ BONNES VACANCES À TOUS !!! L'équipe CAP ARMOR 2026 <3	Camille Mathieu Arthur Malo   Retrouver toute l'actualité de la commune sur IntraMuros	Permanences CAP ARMOR LUNDI : 10h - 12h30 et 17h - 18h au Complexe Sportif de Penvenan Du MARDI au VENDREDI : 11h30 - 12h30 et 17h - 18h au Complexe Sportif de Penvenan SAMEDI : 10h - 12h30 Marché Penvenan PAS DE PERMANENCES JEUDI ET VENDREDI 06 33 11 85 97 caparmor.penvenan@gmail.com Les enfants de moins de 6 ans et les personnes hétéronomes doivent être accompagnés d'un adolescent ou d'un adulte inscrit à l'activité Une activité peut être annulée pour des raisons climatiques, par manque de participants, ou en cas de force majeure SAISON 2026 Du 6 juillet au 14 août 2026 DE 4 à 12 ANS INSCRIVEZ-VOUS du lundi au vendredi Accueil 9h00 / 9h30 et 13h30 / 14h00 Départ 17h00 / 18h00 7 rue de roch gwen - Port Blanc - 22710 Penvenan Jeux sportifs & activités culturelles Transport gratuit - Château portif - Piscine 10€ la demi-journée, 18€ la journée avec repas et ESF le samedi Membres CAP ARMOR 2026 jusqu'à 1000€2 Financement : 10, 20, 20, 20 et 30% (total 100%) Inscriptions avant le 15 août 2026 à 18h00 (hors 10€) Chers participants, veuillez noter que toute inscription à notre activité est non remboursable MERCI À VOUS ! <3
ANIMATION SUR LA COMMUNE						
Marché de Buguelles à partir de 19h Breizh Banne à Penvenan à partir de 19h Don du sang - Salle des Fêtes de Penvenan 12h - 16h30			Marché à Port Blanc Jeudi matin		Marché de Penvenan Samedi matin	