

# ÉVADEZ-VOUS À EYSINES!

Si l'état d'urgence sanitaire est derrière nous, les animations demeurent encadrées par des protocoles précis. Mais rassurez-vous : l'été eysinais et ses multiples propositions de loisirs ont bien lieu. Sport, culture, séjours ou balades... Le choix est là!

#### **CAP SUR LE PINSAN!**

Notre traditionnel programme d'animations sportives CAP33 s'occupe de votre forme tout l'été. Rendez-vous du lundi au samedi pour des pratiques sportives en plein air, des tournois et des soirées famille très "nature". Programme détaillé en p04.

#### **PRENDRE LE LARGE AVEC LA MÉDIATHÈQUE**

Contexte oblige, les bibliothécaires ont mitonné une sélection spéciale évasion pour vous faire voyager à travers romans, BD, musiques et films. De quoi compléter votre nécessaire de voyage ou accompagner vos tribulations immobiles. Vous cherchez des idées de lecture pour vos tout-petits? Pensez aux ouvrages de la sélection Coups de cœur pour petits lecteurs.

#### **EXPLORER DE NOUVEAUX PAYSAGES**

Voyager sans bouger, ça vous tente ? Plongez donc dans les œuvres du peintre Gilbert Louis Bellan, exposées jusqu'au 6 septembre au centre d'art contemporain château Lescombes ; ou immergez-vous dans l'écran noir du cinéma Jean Renoir (programmation: www.eysines-culture.fr).

#### PIQUER UNE TÊTE À LA PISCINE

Parmi les incontournables de l'été, la piscine du Pinsan arrive en tête! La réservation y est obligatoire, contexte sanitaire oblige. Démarche en ligne sur www.eysines.fr

#### FLÂNER LE LONG DES SENTIERS

Pour vos balades, piochez parmi les 90 ha de parcs et squares, ou les 48 km de voies cyclables de la commune (voir p02-03).

#### CARTE SPORT/CULTURE 2020-2021

CAP33 (domaine du Pinsan).

**(†)** 05 56 16 18 18

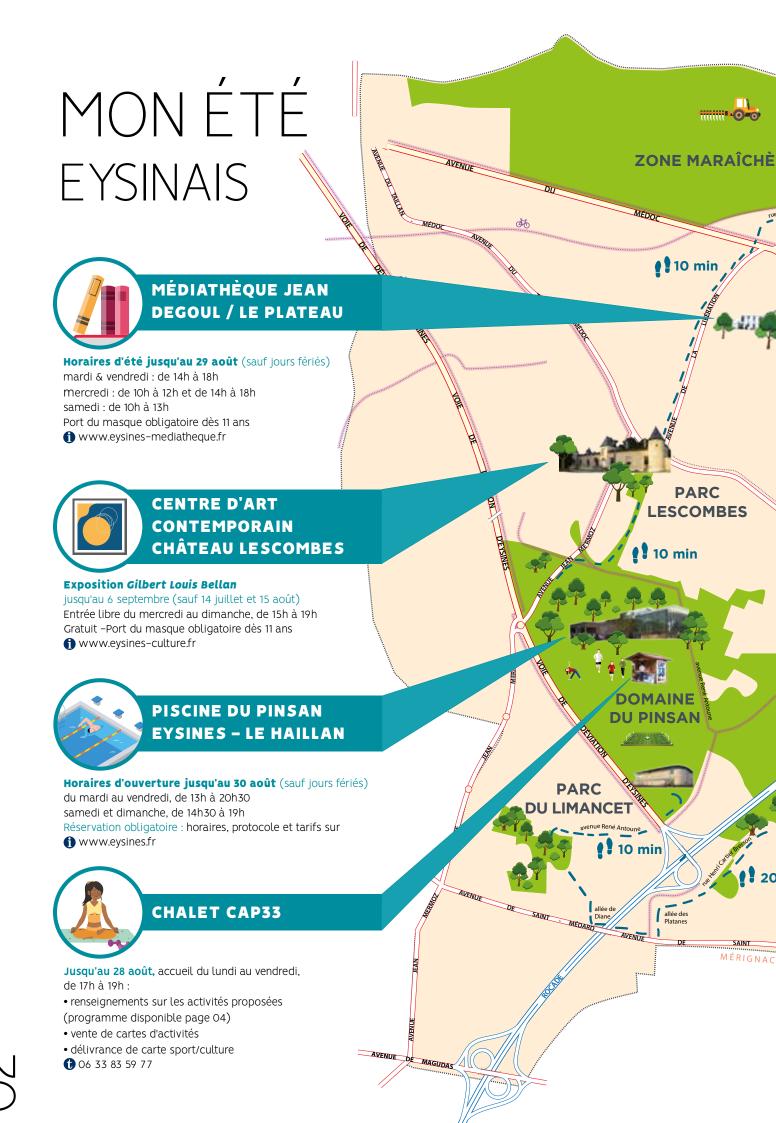
#### GESTES BARRIÈRES : PENSONS-Y!

www.eysines.fr

#### **RESPECTONS NOTRE VOISINAGE**

bricolage ou de jardinage à votre domicile, à l'aide d'outils bruyants ?

- ·lun > ven : 8h30-12h30 / 14h30-19h30
- · dim & jours fériés : 10h-12h







#### **LES LUNDIS**

**18h**: hatha yoga – chalet CAP33 **19h**: L.I.A – chalet CAP33 **20h**: stretching – chalet CAP33 **20h**: zumba (sauf 13/07 et 10/08)

18h: zumba enfants - chalet CAP33

chalet CAP33

**20h** : tournoi de volley sur herbe 3x3

chalet CAP33

#### LES MARDIS (sauf 14/07)

10h : gym bien vieillir\* - chalet CAP33 10h : gym douce\*\* - chalet CAP33 11h : pilates - chalet CAP33 ⊙

12h15 : aquagym – piscine du Pinsan 2 12h30 : cuisses abdos fessiers – chalet

CAP33

17h30 : disc-golf - chalet CAP33 18h : pilates - chalet CAP33 19h : zumba - chalet CAP33

19h15 : aquabike – piscine du Pinsan 20h : yoga dynamique – chalet CAP33 20h30 : circuit training en plein air

chalet CAP33

**20h** : tournoi de pétanque en doublette

terrain stabilisé du Pinsan

#### **LES MERCREDIS**

12h15 : aquabike – piscine du Pinsan (S) 12h30 : pilates – chalet CAP33 (S) 17h : street jazz enfants (sauf 22 et

29/07) - chalet CAP33

18h : street jazz (sauf 22 et 29/07)

chalet CAP33

18h : cuisses abdos fessiers

chalet CAP33

**19h** : strong HIIT - chalet CAP33 **19h** : zumba (sauf 15/07 et 12/08)

chalet CAP33

19h15 : aquagym - piscine du Pinsan 20h : tournoi de badminton en double

COSEC

#### **LES JEUDIS**

12h15 : aquagym – piscine du Pinsan (S)
12h30 : stretching – chalet CAP33
18h : stretching – chalet CAP33
18h : initiation padel tennis\* (S)

tennis club du Pinsan

18h30 : country line-dance (sauf 27/08)

salle de réception du Pinsan 19h : zumba - chalet CAP33

19h : body-savate - salle omnisports 19h : bâton philippin\* - salle omnisports

19h15 : aquatraining – piscine du Pinsan S 20h : renforcement musculaire corps

entier - chalet CAP33

**20h** : tournoi de tennis de table

salle omnisports

#### **LES VENDREDIS**

12h15: aquatraining – piscine du Pinsan 18h: yoga-danse – chalet CAP33
18h: danse urbaine – chalet CAP33
19h: cuisses abdos fessiers (sauf 24/07

et 07/08) - chalet CAP33

19h: mieux vivre avec son dos (sauf 21 et 28/08) – chalet CAP33 きいかい 19h15: aquagym – piscine du Pinsan (s

#### **LES SAMEDIS** (sauf 15/08 et 29/08)

9h30 : marche nordique – chalet CAP33 10h30 : badminton parents/enfants

(jeu libre) - COSEC

**11h** : yoga−gym (sauf 22/08) 🕹 🔮 🐡 🍼

chalet CAP33

12h15 : aquabike – piscine du Pinsan 🕓

## LES SOIRÉES FAMILLE DU VENDREDI

#### > VENDREDI 17 JUILLET

Rando nature parc du Limancet

**19h** : départ chalet CAP33 *Prévoir pique-nique* 

#### > VENDREDI 24 JUILLET

Balade vélo "L'agriculture biodynamique"

**18h** : départ chalet CAP33 *Prévoir pique-nique* 

#### > VENDREDI 31 JUILLET

Balade vélo "L'agriculture biodynamique"

**18h** : départ chalet CAP33 *Prévoir pique-nique* 

#### > VENDREDI 7 AOÛT

Rando nature parc Lamothe-Lescure

**19h** : départ chalet CAP33 *Prévoir pique-nique* 

#### > VENDREDI 21 AOÛT

Soirée sport et ciné plein air

**18h**: initiation air badminton et course d'orientation + ateliers ludo-scientifiques avec *Les P'tits débrouillards* 

**22h** : ciné de plein air Astérix et le secret de la potion magique – Foodtruck sur place

#### > VENDREDI 28 AOÛT

Soirée de clôture

**20h** : repas sur inscription Salle Le préau du Pinsan

#### INFORMATIONS PRATIQUES

 $\underline{*}$  juillet uniquement / \*\* août uniquement

Gratuit

Carte de 12 cases : 10€

1/2 tarif sur justificatif : demandeurs d'emploi, bénéficiaires des minima sociaux (AAH, RSA, ASS...) et de la carte sport-culture 2019-2020

1€ ou 1 case de la carte CAP33

O Inscription obligatoire au 06 33 83 59 77

# VACANCES D'ÉTÉ AVEC L'EYCHO



### Du 6 juillet au 28 août

#### Accueil jeunes (8-17 ans)

Activités libres : baby-foot, pingpong, jeux de société, jeux vidéo...

# Sorties et animations pour les ados et les familles

Ateliers peinture, cerf-volants, bricolage, sorties ciné, Laser Game, sorties plage...

Programme complet sur www.eysines.fr

# Sports vacances (séjours nautiques et stages multisports)

Du 13 juillet au 28 août

### Semaine culture indienne

Du 13 au 18 juillet - Le Vigean

### Semaine graff

Du 20 au 24 juillet - 10h à 12h30

## Pour les 11–17 ans – Maison Guy Queyroi

Semaine multi-activités
Du 27 au 31 juillet - 10h à 17h - La Forêt

 atelier d'écriture, enregistrement d'un morceau de rap, activités variées (paintball, karting, etc.)

#### Eycho skate

Mercredi 19 et jeudi 27 août - 16h à 19h Activités autour du skate À partir de 8 ans - Le Vigean

# Semaine Hip-hop avec l'association Foksabouge

Du 24 au 28 août

## Suivez l'actualité de l'Eycho

f l'Eycho

Actu'Eysines n°48, été 2020 // Directrice de publication : Christine Bost / Rédactrice en cheffe : Véronique Jusot / Rédaction et crédits photos : service communication / Conception graphique : Agence E3 / Impression : KORUS Imprimerie / Tirage : 12 250 ex. – Périodicité : 6 numéros par an ISSN : 2273–5453 / Dépôt Légal : second semestre 2020 Le magazine est imprimé sur un papier certifié PEFC avec des encres végétales.





