

# PROGRAMME

SEMAINE du 25 au 29 Juillet

Cap Armor 2011



Communauté de Communes  
Lanvallon Plouha

Gommenec'h  
Goudelin/Lannebert  
Lanvallon/  
Le Faouët/Le Merzer  
Pléguien/Plouha  
Pludual/Pommerit-  
le-Vicomte/  
Saint-Gilles-les-Bois  
Tréguidel/Tréméven  
Tressignaux/  
Trévrec

**INSCRIPTION OBLIGATOIRE AVANT CHAQUE ACTIVITE  
LE MATERIEL EST FOURNI POUR CHAQUE ACTIVITE .**

**Lundi 25** Tennis à Plouha de 17h00 à 19h00 - 12 places - 2€  
Tournoi de Foot en salle à Plouha de 20h00 à 22h00 - 2€

**Mardi 26** Randonnée RDV à Plouha, derrière la mairie, 9h15 - gratuit  
Tir à l'arc au stade de foot de Plouha de 10h à 11h et de 11h à 12h - 12 places - 2€  
Badminton à Plouha de 17h30 à 19h30 - 2€  
Tournoi de Tennis de Table à Plouha de 20h00 à 22h00 - 2€

**Mercredi 27** Beach-Volley au Palus à Plouha de 14h à 19h - gratuit  
Tournoi de Badminton à Plouha de 20h00 à 22h00 - 2€

**Jeudi 28** Escalade à Tréméven (St-Jacques) de 10h à 12h - 12 places - 8€  
Tournoi de Pétanque à Tréguidel à partir de 16h - 1€ sur place  
Tournoi de Jeux Vidéo à Plouha, la Fabrik de 17h30 à 19h30 - 1€  
Randonnée à Lanvallon, mairie à 18h - gratuit  
Tournoi de Foot en Salle à Plouha de 20h00 à 22h00 - 2€

**Vendredi 29** Tir à l'arc au stade de foot de Plouha de 10h à 11h et de 11h à 12h - 12 places - 2€  
Tournoi de jeux collectifs à Tréguidel, à partir de 14h, gratuit  
Beach-Volley au Palus à Plouha de 14h à 16h30 - gratuit  
Tennis à Plouha de 17h00 à 19h00 - 12 places - 2€  
Tournoi de Badminton à Plouha de 20h00 à 22h00 - 2€

**LES ACTIVITES SONT RESERVEES AU PLUS DE 10 ANS**

**Rappel Camps d'été :** Des places sont encore disponibles pour le camp ou mini-camps (9-12 ans) suivant:

Du 31 juillet au 5 août dans le finistère (Roscoff, Carantec, Saint-Pol de Léon)

**Tous les jours** > Voile - Kayak de mer au centre nautique (02 96 22 62 66):  
Pass Nautisme 3 points = 10€  
1h00 Kayak simple = 1 point - 1h00 Kayak double = 1 1/2 points - Baptême de voile = 3 points  
**!! 1 carte découverte par personne pour la saison !!**  
> Équitation au centre équestre « Univers Ponies » de Plouha (02 96 20 37 76):  
Ticket découverte 15€ **!! 1 ticket découverte par personne pour la saison !!**  
> Local jeunes à Pommerit-Le Vicomte ouvert de 14h à 19h le lundi  
> Local jeunes à Saint-Gilles Les Bois ouvert de 14h à 19h le mardi  
> Local jeunes à la salle des sports de Goudelin ouvert de 14h à 19h le mercredi  
> Local jeunes la FabriK à Plouha ouvert de 14h à 19h30 le jeudi

**Inscriptions/ Renseignements:**

Club House tennis club de PLOUHA Tel : 02 96 22 48 63 de 9H30 à 12H30  
ou au 06 07 14 04 09 / 06 07 15 60 75

Communauté de Communes : Moulin de Blanchardeau à Lanvallon Tel : 02 96 70 17 04

Site Internet : <http://www.cc-lanvallon-plouha.com>

Blog : <http://cc-lanvallon-plouha.typepad.fr>