

# AGENDA **2025** *ESTIVAL*

sport • loisirs • culture  
DE JUIN À SEPTEMBRE

Saint Jean de Monts



[www.saintjeandemonts.fr](http://www.saintjeandemonts.fr)



Chers Montois, chers vacanciers,

Au nom de la Ville de Saint-Jean-de-Monts et de la SEML Saint Jean Activités, en délégation de service pour la commune, j'ai le plaisir de vous présenter notre agenda estival 2025 qui propose de nombreuses activités de juin à septembre : du sport, des loisirs, de la culture. Des animations tous les jours !

Plutôt tir à l'arc en forêt, yoga sur le sable, catamaran en mer ou marché en centre-ville ? Cet été, profitez-en pour (re)découvrir les espaces naturels montois, des lieux à connaître pour mieux les protéger, mais aussi mieux en profiter. En effet, Saint-Jean-de-Monts c'est 750 hectares de forêt qui nous transportent dans des contrées magnifiques, une superbe plage de 8 kilomètres dont seulement 1,6 kilomètre urbanisé, mais c'est aussi un centre-ville historique rénové qui offre l'accès toute l'année à de nombreux commerces.

Notre ville balnéaire étend son panel d'activités pour tous vous satisfaire, selon 4 perspectives :

- permettre à toutes les familles d'accéder à des activités ;
- avoir une attention particulière envers les enfants afin de répondre à leurs droits d'accès à la culture, aux loisirs et aux sports ;
- présenter une programmation culturelle éclectique et enrichissante ;



- proposer des moments inédits toute la journée pour satisfaire un maximum de personnes.

En septembre, retrouvez l'évènement Caval'Océane, en octobre le festival Ci t'as la Trouille, en novembre le salon Atlantique Zen, en décembre les activités Monts Noël, en avril le festival pour enfants Kid's Folies et en mai Festi'Vagues.

L'Office de Tourisme, situé à Odyssea, est à votre disposition pour vous accompagner dans votre séjour et dans votre vie quotidienne.

Pour un été dynamique et une ville balnéaire qui vit toute l'année !

Véronique Launay  
Maire de Saint-Jean-de-Monts

**CALENDRIER COMPLET**  
de tous les événements page 52



## ODYSSEA FÊTE LE CINÉMA : LES 130 ANS

Comme chaque été, la Ville de Saint-Jean-de-Monts, en partenariat avec la SEML Saint Jean Activités, propose aux résidents et vacanciers une exposition d'envergure au sein du Palais des Congrès Odyssea.

Entrez dans l'univers fascinant du 7<sup>e</sup> art avec une exposition unique retraçant plus de 130 ans d'histoire du cinéma.

Sur 1 000 m<sup>2</sup> d'exposition, plongez dans une fresque passionnante, depuis les premières expérimentations d'images animées au XVIII<sup>e</sup> siècle jusqu'au cinéma argentique.

"Le cinéma s'expose" possède des pièces de collection rares, telles que des caméras anciennes, des photos originales, et de nombreux objets iconiques du monde cinématographique. Ces témoignages précieux permettent de découvrir les

évolutions techniques, artistiques et culturelles qui ont marqué chaque époque du cinéma.

L'exposition, pensée comme un parcours immersif et pédagogique, s'adresse à un large public, curieux ou passionné.

Gratuite, elle offre une occasion inédite d'explorer l'envers du décor, de la lanterne magique et de la pellicule.

Des rencontres avec des professionnels du cinéma – réalisateurs, techniciens, – viendront ponctuer l'exposition pour approfondir les thèmes abordés et partager des anecdotes de tournage ou des réflexions sur l'évolution du métier.

Un véritable voyage à travers le temps et les images, pour (re)découvrir les grandes étapes de l'histoire du cinéma... et peut-être voir les films autrement.

## Les rencontres : « Silence on échange ! »

18h | Information et réservation à l'accueil de l'exposition

- **Jeu**di 31 juillet  
Avec Jean-Charles Gaudin, réalisateur
- **Lundi** 11 août  
Avec Victor Cesca, réalisateur
- **Lundi** 18 août  
Avec Jacques Raffin, compositeur

**Horaires d'ouverture**  
Du 7 juillet au 29 août  
de 10h à 12h30 et  
de 15h à 18h

Fermée les samedis.

**GRATUIT**



## LES PLAGES

Les **8 km de plages** sont surveillés en juillet et août par des sauveteurs-secouristes.

Une signalétique est mise en place pour informer les visiteurs de la qualité de l'eau et les préconisations de baignade.

La pêche de coquillages est autorisée uniquement de jour, entre le lever et le coucher du soleil.

**Handiplage** : retrouvez un tapis de plage et un tiralo pour accéder à la mer.

Plus d'informations sur les plages et les réglementations sur le site de la Ville :

[www.saintjeandemonts.fr](http://www.saintjeandemonts.fr)



## LES MARCHÉS

### Marché du Centre-Ville

*Place Jean Yole*

Halles alimentaires ouvertes tous les jours jusqu'au 28 septembre.

Grands marchés les mercredis et samedis matin.

### Marché des Demoiselles

*Avenue de la Plage*

Tous les lundis et jeudis matin du 3 juillet au 28 août.

### Marché de la Plage

*Avenue des Demoiselles*

Tous les matins du 17 juin au 7 septembre (alimentaire uniquement).

### Marché nocturne

*Avenue des Demoiselles*

Tous les soirs du 1<sup>er</sup> juillet au 31 août.

## Samedi 7 juin

### CHALLENGE DÉPARTEMENTAL DE BEACH SOCCER

Le samedi 7 juin, le National Beach Soccer revient à Saint Jean de Monts pour son étape départementale. Avec ses matchs rythmés et son intensité de jeu, ce football à 5 sur sable, joué sur un terrain réduit, s'impose depuis 20 ans comme une discipline fun et accessible.

**Challenge masculin & féminin**  
**Catégories U16 à seniors**

**Venez assister au spectacle sportif dès 9h30 sur la plage des Oiseaux !**



*Un événement co-organisé par le District de Vendée de Football et la Ville de Saint-Jean-de-Monts.*

## Samedi 14 juin

### FOOT OCÉANE

Plage de Saint-Jean-de-Monts

**Matchs de 11h30 à 14h00**

**Figure finale à 14h30**

**Foot Océane - 18<sup>e</sup> édition**

La plage de Saint-Jean-de-Monts vibrera au rythme du plus grand rassemblement mondial de jeunes footballeurs sur sable.

Organisé par le district de la Vendée et la Ville de Saint-Jean-de-Monts, cet événement biennal fêtera sa **18<sup>e</sup> édition**.

Le temps d'une marée basse, près de **5 000** enfants âgés de **7 à 8 ans** fouleront les **220** terrains installés pour disputer environ **1 200** matchs. L'ambiance sera festive, sportive et conviviale.

La journée se clôturera par une figure finale réunissant tous les participants : un moment fort et inoubliable.



Samedi 21 juin • Centre-ville

# FÊTE DE LA MUSIQUE

BRADERIE « MUSIQUE » • 10h à 17h

Vente de CD, magazines et livres sur la musique.  
À la Médiathèque-Espace Culturel

PLACE DE L'ÉGLISE

ÉCOLE DE MUSIQUE VIBRATO - 19H

LAYLA DUO BLUES - 20H

L'ESSENTIEL BALAVOINE - 21H



# RÉVEILLONS-NOUS !

Le Festival « Réveillons-nous ! » propose des concerts sur les 5 communes du territoire Océan Marais de Monts. Sa programmation, intimiste et éclectique, rassemble des artistes reconnus et des jeunes talents.

Mercredi 16 juillet • RDV à 5h30 - Début du concert à 5h45

**CLARA YSÉ**

Plage de Saint-Jean-de-Monts (Base Nautique)

Clara Ysé dévoile avec *Océano Nox* un premier album intense et audacieux, mêlant tradition et modernité. Portée par une voix puissante et singulière, elle entre dans la chanson française comme une force libre, lumineuse et inoubliable.

Se réveiller en musique dès l'aube sur une plage de sable fin : ça vous tente ? Profitez de ce moment unique sur la plage de Saint-Jean-de-Monts.

Tarif plein : 30€ - Tarif réduit : 20€

Réservation et programmation complète du festival :  
[www.festivalreveillonsnous.com](http://www.festivalreveillonsnous.com)

Samedi 28 et dimanche 29 juin

## TRIATHLON INTERNATIONAL 40<sup>E</sup> ÉDITION

Plage des Oiseaux & Esplanade de la Mer

Chaque année, la Ville et le Saint-Jean-de-Monts Vendée Triathlon vous donnent rendez-vous pour le Triathlon International sur l'esplanade de la mer. Natation, vélo et course à pied seront une nouvelle fois à l'honneur avec des parcours entre plage, esplanade et forêt.

Pour ses 40 ans, le Triathlon International revient à ses origines avec un départ de la course M le dimanche 29 juin à 14h45 au pied de l'estacade.



SAMEDI 28 JUIN

Courses enfants, XS et relais entreprises

- Enfants 6/7 ans : 14h
- Enfants 8/9 ans : 14h30
- Enfants 10/11 ans : 15h
- XS benjamins/minimes : 16h15
- XS tout public : 17h30
- Tri Relais entreprises : 17h55

DIMANCHE 29 JUIN

Courses S et M (individuel et relais)

- Triathlon S en individuel ou en relais : 10h
- Triathlon M en individuel ou en relais : 14h45

Organisé par le Saint-Jean-de-Monts Vendée Triathlon Athlétisme, en partenariat avec la SEML Saint Jean Activités et la Ville de Saint-Jean-de-Monts.





Lundi 14 juillet • 23h

Vendredi 15 août • 22h30

Plage des Oiseaux

## FEUX D'ARTIFICE

Par Jacques Couturier



Jusqu'au 28 septembre

## LA GRANDE ROUE PANORAMIQUE

Place des Oiseaux

Ouverte tous les jours de 10h à minuit (juillet & août).

Tarif : 6€

Tarif réduit : 5€ (enfants de 3 à 11 ans et personne en situation de handicap)  
Gratuit pour les moins de 3 ans



Samedi 27 et dimanche 28 septembre

## CAVAL'OCÉANE

Le temps d'une marée basse, Caval'Océane vous donne rendez-vous pour découvrir tout un programme de compétitions, de démonstrations et d'animations équestres. Un rendez-vous incontournable pour tous les passionnés d'équitation !

27 &  
28  
SEPT.

FESTIVAL  
ÉQUESTRE  
SUR  
LA PLAGE

# CAVAL'OCÉANE

Saint-Jean-de-Montis



[www.cavaloceane.fr](http://www.cavaloceane.fr)



### Au programme :

- 6 épreuves de concours de saut d'obstacles
- des spectacles présentés par des compagnies professionnelles
- des démonstrations et compétitions équestres
- des initiations ouvertes à tous : baptêmes à poney, balades à cheval, balades en calèche...

Sur la plage, entre l'estacade et la cale 5.

### Renseignements :

Office de Tourisme  
Tel : 02 72 78 80 80

[www.cavaloceane.fr](http://www.cavaloceane.fr)



# BASE NAUTIQUE

Passionnée toute l'année, la Base Nautique de Saint-Jean-de-Monts propose un large panel d'activités pour tous.

Initiez-vous au maniement d'aile pour ensuite faire le plein de sensations fortes en kite surf, partez à l'aventure en char à voile, prenez du plaisir dans les vagues en surf ou développez votre équilibre en stand up paddle ! Pourquoi ne pas vous essayer à la voile ? En optimist, catamaran ou planche à voile, il y en a pour tout le monde et tous les niveaux !

En stage, à la séance ou à la location, la Base Nautique s'adapte à vos envies.

À l'année, de la découverte du milieu nautique, au monitorat, les moniteurs diplômés d'État de la Base Nautique vous aident tout au long de votre progression.

Le Bar de la Base Nautique offre une superbe vue sur l'Océan Atlantique et les activités nautiques. Situé en face de l'Île d'Yeu, détendez-vous et dégustez un rafraîchissement en terrasse.

Quoi de mieux que de s'équiper dans notre **Surf Shop** ? Nos moniteurs vous conseillent pour trouver les meilleurs articles pour votre activité.



## Contact

Base Nautique - 11, avenue de l'Estacade  
02 51 58 00 75  
nautisme@saint-jean-de-monts.com  
[www.labasenautique.fr](http://www.labasenautique.fr)



## ► De mai à juin

### Catamaran

- Les 24 et 25 mai en séance unique matin ou après-midi
- Du 29 au 31 mai en séance unique ou stage
- Les 7 et 8 juin en séance unique matin ou après-midi
- Les samedis 14, 21 et 28 juin en séance unique matin ou après-midi

### Surf

- Les 24 et 25 mai en séance unique l'après-midi
- Du 29 mai au 1<sup>er</sup> juin en séance unique ou stage
- Les 7 et 8 juin en séance unique l'après-midi
- Les 21 et 22 juin en séance unique l'après-midi

## ► À partir du 7 juillet

### Surf

- Dès 8 ans
- Stage de 3 ou 5 jours
- À la séance

### Voile

- Dès 5 ans
- Stage de 3 ou 5 jours
- À la séance

### Trimaran

- Dès 5 ans
- À la séance



## Char à voile

- Dès 8 ans
- Stage de 3 jours ou à la séance

## Kitesurf/Wing/Wingfoil Kayak ou Paddle

- Dès 14 ans
- À la séance

## Marche aquatique

- Dès 12 ans
- À la séance
- Tous les mardis, mercredis et jeudis à partir de 11h

## SUP Fitness

- Dès 12 ans
- À la séance
- Tous les mardis, mercredis et jeudis à partir de 11h

## Wingskate

- Dès 10 ans
- Stage de 3 jours à marée basse

## Nouveauté de l'été

- **Cours de fitness** • Dès 14 ans
- Les week-ends :  
du 14 au 28 juin.  
En semaine :  
du 7 juillet au 29 août.

## Retrouvez l'ensemble des activités et réservez

directement à la Base Nautique, par téléphone au 02 51 58 00 75 ou sur [www.labasenautique.fr](http://www.labasenautique.fr)



**Sun Océan**  
APÉRO-CONCERTS  
EN BORD DE MER

Tout public • Gratuit **BASE NAUTIQUE**

► Vendredi 18 juillet • 19h

## Concert SERGENT PEPPER

Tout public • Gratuit

Le Sgt Pepper s'attaque au répertoire des Beatles en offrant une redécouverte totale des plus grands succès du groupe de Liverpool et en s'appuyant sur des instruments acoustiques et des harmonies vocales à 3 voix.



► Vendredi 25 juillet • 19h

## Concert HARVEST FOLK

Tout public • Gratuit

Le DUO acoustique «HARVEST», Michaël Mieux & Ronan Le Huludut s'approprient par leurs arrangements typiques certains morceaux de Neil Young, Crosby Steel Nash, Johnny Cash, Rory Gallagher, etc. Ils composent des morceaux taillés dans le mythe des années Folk songs 70's.

Chaleur dans le son et la présence, humour et partage avec le public, talentueux mais sans prétention, expérimentés et sincères : voilà quelques-uns de leurs attributs.



► Vendredi 1<sup>er</sup> août • 19h

## Concert GROUPE COCKTAIL

Tout public • Gratuit

Sensualité du jazz, chaleur de la bossa nova, swing, blues et soul : le groupe Cocktail réunit tous ces éléments pour vous offrir un moment musical inoubliable. C'est un groupe de musique professionnel qui se compose d'une chanteuse, d'un pianiste et d'un saxophoniste. En formation quartet, ils sont rejoints par un trompettiste, complétant ainsi une section musicale riche et variée.



► Vendredi 8 août • 19h

## Concert CHANSON D'OCCASION

Tout public • Gratuit

Chanson d'occasion recycle avec malice les pépites de la chanson populaire, re-

lookées façon swing manouche.

Nouveau spectacle et nouvelle équipe, François (guitare, chant) et Manolo (contrebasse) ont été rejoints par Jean (guitare, chant).

Une nouvelle dynamique pour le groupe qui repart enflammer les scènes avec ses reprises arrangées en version jazz et avec une nouvelle touche électro. De quoi redécouvrir des tubes culte de manière inattendue et inoubliable !



**Renseignements :**  
La Base Nautique  
Tél. : 02 51 58 00 75  
[www.labasenautique.fr](http://www.labasenautique.fr)



# la Déferlante

GRATUIT

FESTIVAL MUSIQUE &  
ARTS DE LA RUE  
32<sup>ÈME</sup> ÉDITION

## JUILLET AOÛT



► Mardi 8 juillet • 18h30

Théâtre de rue

**LOUP Y ES-TU ?**

CIE ROYALES MARIONNETTES

Place de l'église

Tout public • Gratuit

Un nouveau maieur a été élu à l'unanimité. Il a juré, promis, craché : « Plus de Grand-Méchant-Loup chez nous ! » Résultat ? Il a interdit l'accès au bois et armé le chasseur d'un bazooka. Rien que ça !

Tout le monde se sent hors de danger et tant pis si, pour mettre le nez dehors, il faut montrer son passeport.

La fillette au capuchon rouge commence à râler : « Comment je fais pour aller voir mère-grand sans me faire épingleur ? Elle n'a ni Wi-Fi, ni réseau, juste son vieux poste radio ! Et puis ce Grand-Méchant-Loup, qui l'a déjà croisé ?

Le spectacle à mi-chemin entre fable moderne et conte burlesque, peint avec subtilité la manière dont certains « seigneurs » prennent le pouvoir en utilisant nos peurs collectives.

Le conte du Petit Chaperon Rouge revisité !



www.ladeferlante.com

► Jeudi 17 juillet • 21h30

Théâtre de rue • Cirque

**BACKSTAGE**

CIE LA MAIN S'AFFAIRE

Square Albert Pommier

Tout public • Gratuit



Un duo de portés acrobatiques arrive en loges 1 heure avant le début du spectacle.

Moments de suspens entre une voltigeuse et son porteur, 2 individus qui n'ont pas l'air sur la même longueur d'onde mais dont les planètes s'alignent comme par enchantement.

Une mise en abyme où le public a la sensation grisante d'être tombé à un endroit auquel il n'a pas accès en temps normal.



www.ladeferlante.com

► Mardi 22 juillet • 21h30

Théâtre de rue • Cirque

**MORT OU VIF**

CIE SILEMBLOC

Square Albert Pommier

Tout public • Gratuit

Sous le reflet d'une faux luisante, ils sont cinq, égarés entre la vie et la mort.

Regards obliques ; fixant un noeud coulant qui tente de rester à flot ; grincements d'un fauteur à bascule ; gorges sèches, etc.

Qui sera le prochain ?

Animé par une batterie puissante, vestige d'un Sound system poussiéreux où les guitares chuintent.

Ici, un cirque fringant distille son ambiance.



► **Mardi 29 juillet • 21h30**  
**Théâtre de rue • Cirque**  
**VIRILS**

CIE LES BARJES

**Square Albert Pommier**

Tout public • Gratuit • Durée 1h

Deux frères, que tout oppose en apparence, partagent le même rêve : offrir un spectacle pour rendre hommage à leur père.

Mêlant exploits, goûts du risque et prouesses techniques, leur histoire se raconte au travers de leur héritage patrilial.

Un tendre mélange de performances ratées et de défis boîteux.

Virils, c'est une fresque burlesque, une ode à l'échec, l'histoire d'une fratrie joyeuse et dramatique.

Interprétation : Barthélémy Guéret et Jérémy Chopin (Alec Somoza : remplaçant).



► **Mardi 5 août • 21h30**

**Concert**

**EN PASSANT**

**Place de l'Europe**

Tout public • Gratuit • Durée 2h

Un Spectacle 100% Goldman retraçant la grande période Pop Rock des années 80-90 avec *Encore un matin*, *Envole moi*, *Quand la musique est bonne*, *Je te donne*, etc. Deux heures de show époustouflant où vous vibrez au « Son » Goldman avec Christophe Nègre, Jean Claude Givone, Jeff Gautier, Maxence Crouzard, Olivier Gann & Daniel Clifford.



► **Judi 7 août • 21h**  
**Théâtre de rue • Cirque**  
**GAGARINE IS NOT DEAD**

CIE LES SANGLÉS &  
 CIE EN CORPS EN L'AIR

**Place de l'Europe**

Tout public • Gratuit • Durée 1h

Sur le pas de tir, quatre cosmonautes peu communs s'apprentent à écrire une nouvelle page de la conquête spatiale. L'émotion est palpable. En hommage à celui qui les a tant inspirés, ils vont le faire ! Un dernier aurevoir pour un premier vol amateur. Destination, les étoiles... Les planètes sont alignées, les trajectoires validées, pourvu que les soudures tiennent !



► **Mardi 12 août • 21h30**

**Concert**

**ROSAWAY**

**Square Albert Pommier**

Tout public • Gratuit

Rosaway est un duo Pop Groove. Fusionnant de façon subtile grooves rétro, musique électronique et couleurs disco, le duo crée un son unique et haut en couleurs. Composé de la flûtiste et chanteuse Rachel et du batteur Stéphane, le duo a su, depuis quelques années, se démarquer sur la scène musicale internationale.

En 2024, Rosaway s'est produit dans sept pays (France, USA, Angleterre, Belgique, Allemagne, Croatie, Slovénie) conquérant les programmeurs par l'originalité de sa musique.

Leur album GIRL(S), sorti en mars 2024,



[www.ladeferlante.com](http://www.ladeferlante.com)

leur a valu une pré-nomination aux Grammy Awards 2025 dans 5 catégories dont « Best Alternative Pop Album » et « Best Alternative Pop Performance ».

Avec une énergie débordante et une présence scénique remarquable, Rosaway continue de conquérir le cœur du public à travers des performances envoûtantes et des compositions originales.



► **Mardi 19 août • 21h30**

**Spectacle • Danse**

## LÉVITATION

CIE AU-DELÀ DU BLEU

**Place de l'Europe**

**Tout public • Gratuit • Durée 55 minutes**

« Lévitación », cette quête de perdre la notion de pesanteur pour trouver la suspension dans l'envol.

Spectacle jouant à 360°, la danse et l'écriture visuelle ont été pensées dans les 3 dimensions, un défi car il a fallu composer dans un espace multidirectionnel facilitant la perte des repères.

Le duo de danseurs se veut délicat et brut, amenant la gestuelle chorégraphique à faire partenaire avec le mouvement cinématographique.

D'une précision extrême, ce spectacle a été imaginé comme un élan rythmé, semé de respirations et de tensions.



[www.ladeferlante.com](http://www.ladeferlante.com)

► **Mardi 26 août • 21h30**

**Théâtre de rue**

## LA SYMPHONIE DES CHAUVES-SOURIS

CIE MYCÉLIUM

**Square Albert Pommier**

**Tout public • Gratuit • Durée 50 minutes**

La compagnie Mycélium propose de rentrer en communication, plus précisément d'échanger des signes, avec les chauves-souris à travers un dispositif innovant de détecteur d'ultrasons permettant de chanter et de faire de la musique avec elles.

Entre science joyeuse, textes poétiques et musique électronique, La Symphonie des chauves-souris est à la fois une veillée initiatique et une

expérience réelle de contact avec d'autres espèces, qui nous invite à prendre conscience de la beauté d'autres manières d'exister.

L'équipe dispose d'une bat-box (un micro récepteur) qui transforme les ultrasons émis par les chauves souris en sons audibles pour l'oreille humaine, et un système qui transforme les paroles, les chants et la musique en ultrasons pour les chauves souris.

Un récepteur, un émetteur, des fréquences de part et d'autres : le dialogue peut s'instaurer, la symphonie commencer.

**Renseignements :**  
Office de Tourisme  
Tel : 02 72 78 80 80  
[www.ladeferlante.com](http://www.ladeferlante.com)



En partenariat avec :



DU 2 JUILLET  
AU 29 AOÛT

ACTIVITÉS  
POUR  
TOUS !

Venez vite découvrir Planète Beach, un programme d'animations pour toute la famille, des activités sportives ou relaxantes, des démonstrations de haut niveau... Tout est réuni pour passer un été inoubliable !

## Minis Baby

et leur famille

0/3  
ans

- **Mercredis 16 juillet et 20 août**
- de 10h à 10h45

### Éveil des sens

En famille, venez explorer vos cinq sens et ceux de votre bébé à travers une expérience sensorielle adaptée aux tout-petits. Aux côtés d'Anais, diététicienne-nutritionniste, vous pourrez toucher, sentir, écouter et goûter une variété d'aliments et d'objets du quotidien.

Cette séance interactive sera l'occasion d'éveiller la curiosité des tout-petits mais également d'échanger autour de l'alimentation des jeunes enfants et de découvrir quelques astuces pour encourager une alimentation variée dès le plus jeune âge.

- **Mercredi 23 juillet**
- à partir de 10h

### Éveil musical

Accompagnés par l'association « La Joie de Grandir », venez vivre un moment de partage en famille, une occasion rêvée de plonger dans l'univers des sons et des berceuses et d'apprendre des chansons et des comptines adaptées à chaque étape de l'éveil de votre enfant.

**Atelier « chanter avec bébé » pour les 0/1 an de 10h à 10h30.**

**Atelier « musique en famille » pour les 1/3 ans de 11h à 11h45.**



- **Mercredis 30 juillet et 13 août**
- de 10h à 11h

### Motricité libre

Dans un espace aménagé en toute sécurité, les tout-petits sont invités à explorer librement leur environnement. Ramper, rouler, grimper, se redresser, marcher, etc. Avec la motricité libre, ils se développent à leur rythme, sans contraintes ni stimulations dirigées. Accompagnés par leurs parents, ils gagnent rapidement en confiance et en autonomie, découvrent leurs capacités physiques et affinent leur coordination. Ce moment de partage et d'observation permet aux parents de découvrir comment soutenir le développement naturel de leur enfant, tout en respectant les étapes.

- **Mercredi 6 août**
- à partir de 10h

### Danse avec bébé

L'association « Danse Mama Nantes » vous propose des séances uniques alliant mouvements libres, danse et renforcement du lien parental. Ces moments privilégiés sont l'occasion de partager une complicité avec votre bébé, tout en explorant les bienfaits du mouvement et de la danse dans une ambiance chaleureuse et apaisante.

**Séance pour les 0/1 an de 10h à 10h45.**

**Séance pour les 1/3 ans de 11h à 11h45**



## Instants Baby

3/5  
ans

- **Mercredi 2 juillet et mardi 12 août**
- à partir de 10h

### Instant Baby Gym

Sur un parcours aménagé pour l'occasion, tu découvriras tous les secrets pour faire des roulades, marcher en équilibre sur une poutre, sauter sur un trampoline et relever de nombreux défis.

- **Mardi 8 juillet**
- à partir de 10h

### Instant Baby Athlé

Tu aimes sauter, courir, lancer ? Alors cette séance d'initiation à l'athlétisme est faite pour toi ! À travers des ateliers ludiques et adaptés à ton âge, tu apprendras les bases de cette discipline tout en t'amusant.

- **Mardis 15 juillet et 19 août**  
• à partir de 15h

## Instant Baby Roller

Avec Pierre, membre de l'équipe Rool, viens faire tes premiers pas sur des rollers, l'occasion de découvrir la sensation de glisse et d'apprendre à te déplacer en toute sécurité. Attention, cette activité est accessible uniquement aux enfants chaussant du 28 et plus ou possédant leurs propres rollers.

- **Mardi 22 juillet**  
• à partir de 15h30

## Instant Baby Poneys

Le club hippique Havre de Vie t'invite à découvrir l'équitation. Après avoir fait connaissance avec ton poney, tu partiras en balade accompagné par tes parents.

- **Mardi 29 juillet**  
• à partir de 15h

## Instant Baby Trottinette

Encadré par Antoine, spécialiste de la trottinette, viens faire tes premiers pas (ou plutôt tes premières glisses !) sur un parcours spécialement aménagé pour les tout-petits.

- **Mardi 5 août**  
• à partir de 15h

## Instant Baby Cirque

Grosse boule, assiette chinoise, acrobaties... Avec la compagnie Esprit Cirk, tu apprendras à trouver ton équilibre, à jongler, à t'amuser et à devenir un véritable petit artiste de cirque.



- **Mardi 26 août**  
• à partir de 10h

## Instant Baby Accrobranche

Rejoins-nous à Explora Parc pour une aventure ludique et pleine de sensations. Amuse-toi sur les parcours d'accrobranche spécialement conçus pour les petits aventuriers puis direction le trampo'filet, pour plonger et sauter dans une piscine géante à balles.

## Kid's Activités 6/12 ans

- **Mercredi 2 juillet**  
• à partir de 14h30

## Kid's Activité Gym

Tu as envie d'apprendre à faire des roulades et la roue ? Tu aimes jouer à l'équilibriste et sauter sur un trampoline ? Rejoins-nous et découvre tous les secrets pour devenir un véritable petit gymnaste.

- **Mercredi 9 juillet**  
• à partir de 14h30

## Kid's Activité Cirque

Fil, boule d'équilibre, rouleau américain... Que tu sois déjà un petit acrobate ou si tu souhaites simplement découvrir une nouvelle activité, viens vite nous retrouver pour t'initier au cirque en t'amusant.

- **Mercredis 16 juillet et 20 août**  
• à partir de 14h30

## Kid's Activité Roller

Pierre, membre de l'équipe Rool, te propose de le rejoindre pour une séance d'initiation ou de perfectionnement au roller. Pendant une heure, tu apprendras à rouler, à t'arrêter ou à aller plus vite.

- **Mercredi 23 juillet**  
• à partir de 14h30

## Kid's Activité Parkour

Viens t'initier au parkour, une activité sportive créée par les « Yamakasi », qui consiste à courir, sauter, grimper et franchir des obstacles.

- **Mercredi 30 juillet**  
• à partir de 14h30

## Kid's Activité Trottinette

Antoine t'invite à plonger dans l'univers de la trottinette freestyle ! Avec lui, tu apprendras les bases de cette discipline puis tu pourras tester tes premières figures : « Barspin », « tailwhips », « no foot » n'auront bientôt plus de secrets pour toi.

- **Mercredi 6 août**  
• à partir de 14h30

## Kid's Activité Parcours du combattant

Tu aimes relever des défis ? Viens te mesurer à notre parcours du combattant sur la plage : amas de pneus à franchir, poutre d'équilibre, toile d'araignée géante... Qui sera le plus rapide pour terminer ce parcours semé d'embûches ?

- **Mercredi 13 août**  
• à partir de 15h

## Kid's Activité Poneys

Après avoir fait connaissance avec ton poney, tu partiras en balade accompagné par tes parents, une belle expérience pour tous les amoureux des animaux.

6/8 ans



- **Mercredi 13 août**  
• à partir de 14h30

8/12 ans

## Kid's Activité BMX

Viens nous rejoindre pour une initiation au BMX, l'occasion de découvrir les bases de ce sport et d'apprendre à franchir tes premiers modules. Débutant ou déjà initié, cette séance te permettra d'expérimenter de nouvelles techniques et de relever les défis proposés !



- **Mercredi 27 août**  
• à partir de 10h

## Kid's Activité Accrobranche

Nous te donnons rendez-vous à Explora Parc pour t'amuser sur les tyroliennes, ponts de singe, filets de corde... Une activité parfaite pour les petits et grands aventuriers en quête de sensations fortes !

## Ateliers

- **Les lundis du 7 juillet au 18 août**  
• de 10h à 10h45

3/5 ans

## Baby cuisine

Encadrés par des diététiciennes, ces ateliers, spécialement conçus pour les tout-petits seront l'occasion de partir pour un voyage gustatif dans le monde des fruits et légumes. Choisir, mélanger ou encore couper n'auront bientôt plus de secrets pour nos petits chefs en herbe.

- **Les lundis du 7 juillet au 18 août**  
• de 11h à 12h30

6/12 ans

## Ateliers cuisine

Tous les lundis, nos diététiciennes te donnent rendez-vous pour apprendre à confectionner de délicieuses recettes salées et sucrées, saines et équilibrées.

- **Mardi 8 et mercredi 9 juillet**  
• de 14h à 16h30

## Ateliers Couture

*Enfants à partir de 8 ans, ados et adultes.*  
Avec Claire, plonge dans l'univers de la couture et profite de vos vacances pour apprendre à utiliser une machine.

Découvrez les points de base et réalisez des accessoires pratiques et personnalisés. Au programme : sac banane le mardi, trousse d'école, trousse de toilette ou porte-monnaie le mercredi. Tout le matériel est inclus : prêt de machine, petit matériel et un large choix de tissus. Il ne vous reste plus qu'à laisser parler votre créativité !

- **Les jeudis du 10 juillet au 21 août**

8/16 ans

- de 10h à 12h

## Ateliers Ti'sauveteurs

Cet été, entre dans la peau d'un sauveteur ! Encadré par les sauveteurs montois, viens t'initier aux techniques de sauvetage en mer, l'occasion d'apprendre à utiliser la bouée tube (la bouée des sauveteurs), le surf rescue et le Nipper Board (planche de sauvetage en mousse pour les enfants).



- **Les vendredis du 11 juillet au 22 août**

- de 10h à 11h pour les 3/5 ans  
• de 14h30 à 16h pour les 6/12 ans

## Ateliers Bricolo'Récup

Chaque vendredi, rejoins-nous à Odyssea pour un atelier créatif et éco-responsable.

Tu pourras fabriquer ton souvenir de vacances en recyclant des objets du quotidien et en utilisant des éléments naturels.

## RDV Familles

### Les activités nautiques

- **Mardis 8 et 22 juillet**  
**Mardis 5 et 19 août**  
• à partir de 14h30

12/16 ans  
et leur famille

## RDV Famille Paddle

Venez découvrir le paddle, une activité nautique ludique qui consiste à ramer debout sur une grande planche. Accessible à tous, cette séance vous permettra de travailler votre équilibre et votre coordination tout en profitant du cadre naturel très agréable du plan d'eau.

- **Mardis 15 et 29 juillet**  
**Mardi 12 août**  
• à partir de 14h30

6/12 ans  
et leur famille

## RDV Famille Kayak

Constituez votre binôme parent/enfant et embarquez à bord d'un kayak pour une séance d'initiation ludique sur le plan d'eau. Cette activité sera l'occasion de partager un moment convivial en famille, avec quelques défis et jeux à relever pour pimenter l'expérience.





## Les activités ludiques

3/5 ans

et leur famille

- **Jeu 17 juillet**  
• de 10h à 11h30

### RDV Famille « Arsène le gros chêne »

Quelqu'un a caché des trésors dans la forêt...

En partant sur les traces d'Arsène, et grâce à vos cinq sens, vous découvrirez qui se cache derrière ce mystérieux chêne !

- **Jeu 24 juillet**  
• de 10h à 11h

### RDV Famille « Cache-cache des animaux »

En famille, partez à la recherche des peluches cachées dans la forêt et apprenez de nombreuses anecdotes sur les animaux qui y vivent.

- **Jeu 31 juillet**  
• de 10h à 11h

### RDV Famille « Chasse aux trésors en forêt »

Réussirez-vous à récolter tous les éléments

de la nature qui sont indiqués sur votre liste ? Partagez un moment ludique en famille et repartez avec votre trésor naturel et sensoriel.

- **Jeu 7 août**  
• de 16h30 à 17h30

### RDV Famille Cirque

Venez rejoindre la compagnie Esprit Cirk pour une initiation au cirque en famille ! Entre rires, découvertes et défis, cette séance vous permettra de partager un moment de complicité en testant différentes activités : jonglage, équilibre et acrobaties.

- **Jeu 14 août**  
• de 10h à 11h

### RDV Famille « Sentier va-nu-pieds »

Des pommes de pin, du sable, de la mousse, des brindilles... Après avoir récolté différents éléments de la nature vous pourrez créer un petit parcours sensoriel que vous testerez pieds nus.

- **Jeu 21 août**  
• de 10h à 11h30

### RDV Famille « Câlin le lapin »

Câlin nous emmène en balade à travers la forêt, à la rencontre des petites bêtes

et des plantes qui y vivent. Qu'est-ce qui pique ? Qui a 6 pattes ? Et cette trace : qui est passé par là ? Une exploration sensorielle et ludique pour éveiller la curiosité des plus petits !

## Les activités ludiques

6/12 ans

et leur famille

- **Jeu 10 juillet**  
• de 14h30 à 16h30

### RDV Famille « Les super-pouvoirs des animaux »

La forêt est pleine de secrets !

En famille, venez découvrir ses trésors en utilisant vos 5 sens à l'image des animaux qui y vivent.

Vous deviendrez alors de véritables explorateurs, capables de sentir comme un renard, d'écouter comme un hibou, de voir comme un chevreuil, de toucher comme un blaireau et de goûter comme une abeille.

- **Jeu 17 juillet**  
• à partir de 14h30

### RDV Famille Parcours du combattant

Amas de pneus, poutre d'équilibre, toile d'araignée géante : quelle équipe sera la plus rapide et la plus agile pour tra-

verser ce parcours rempli d'obstacles ? Préparez-vous à relever le défi !

- **Jeu 24 juillet et 14 août**  
• à partir de 14h30

### RDV Famille Jeu de piste

En famille, partez à l'aventure dans Saint-Jean-de-Monts. Pour progresser, vous devrez résoudre les défis et les énigmes rencontrés sur votre parcours. Vélo ou rosalie ? À vous de choisir votre moyen de locomotion.

- **Jeu 31 juillet**  
• à partir de 14h30

### RDV Famille Course d'orientation

Après avoir pris connaissance de votre carte, partez à la recherche des balises cachées dans la forêt. Munis de votre sens de l'orientation et de votre esprit d'équipe, cette activité sera l'occasion de vous amuser tout en explorant la nature qui vous entoure. À vous de jouer !

- **Jeu 7 août**  
• à partir de 14h

### RDV Famille Cirque

Avec la compagnie Esprit Cirk, venez découvrir l'univers du cirque en famille. Acrobatie, jonglage, équilibre et de nombreuses autres disciplines seront au programme pour vous permettre de partager une expérience inoubliable.

- ▶ **Judi 21 août**  
• de 14h30 à 16h30

## RDV Famille Fabrication d'un nichoir en forêt

Nous vous donnons rendez-vous pour une balade ludique en forêt au cours de laquelle vous apprendrez à fabriquer votre propre nichoir. Cette activité, à partager en famille, vous permettra de créer un abri pour les oiseaux, que vous pourrez installer dans votre jardin et qui leur offrira un refuge contre le froid, la pluie ou le soleil.

- ▶ **Judi 28 août**  
• à partir de 14h30

## RDV Famille Course d'orientation

Munis de votre carte, partez à la recherche des balises cachées autour du plan d'eau.

### Les soirées

- ▶ **Mardis 22 et 29 juillet**  
**Mardis 12 et 19 août**  
• à partir de 17h

## À la découverte de l'astronomie

Rejoignez-nous pour une soirée originale à la découverte du système solaire ! Confortablement installés dans un planétarium, partez pour un voyage interstellaire à la rencontre des planètes,

de la lune et des étoiles... Une expérience immersive ponctuée de découvertes et d'émerveillement.

- ▶ **Mercredis 9 et 23 juillet**  
• à partir de 20h30  
**Mercredis 6 et 20 août**  
• à partir de 20h



## En forêt au coucher du soleil - balade ludique

Embarquez pour une balade où vos cinq sens seront mis à l'épreuve. Odorat, goût, toucher, ouïe et vue, chaque étape vous réserve des surprises pour éveiller votre curiosité tout en vous amusant. Après une pause goûter bien méritée, une dernière épreuve vous attend : le retour de nuit uniquement éclairé par la lumière des étoiles !

- ▶ **Mercredis 16 et 30 juillet**  
• à partir de 21h  
**Mercredi 13 août**  
• à partir de 20h30



## En forêt au coucher du soleil - loups garous

Plongez dans l'univers de ce célèbre jeu d'ambiance et d'intuition. Tout au long de la soirée, les loups garous complèteront pendant que les villageois chercheront à les démasquer. Suspense, ambiance et fous rires garantis !



## Break Ados 12/16 ans

- ▶ **Vendredi 4 juillet**  
• à partir de 14h

## Break Ados Accrobranche

Viens nous rejoindre à Explora Parc pour découvrir des parcours aériens composés de tyroliennes, ponts de singe, filets de corde et bien plus encore. Des défis ludiques et sportifs qui te permettront de tester ton agilité, ton équilibre et ton courage !

- ▶ **Vendredi 11 juillet**  
• de 12h30 à 14h30

## Break Ados Char à voile

Viens découvrir la sensation de glisse sur le sable lors d'une séance d'initiation au char à voile. Encadré par un professionnel tu apprendras à piloter, freiner et manœuvrer en toute sécurité... l'occasion de profiter d'une bonne dose d'adrénaline et de liberté !

- ▶ **Vendredi 18 juillet**  
• de 13h30 à 15h

## Break Ados Surf

Avec les moniteurs de la Base Nautique, tu pourras t'initier au surf et apprendre toutes les techniques pour réussir à glisser sur tes premières vagues !



- ▶ **Vendredi 25 juillet**  
• de 14h30 à 15h30

## Break Ados Parkour

Nous te donnons rendez-vous pour une séance d'initiation au parkour, une discipline inspirée par les « Yamakasi », qui consiste à se déplacer rapidement et efficacement et à franchir des obstacles.

- ▶ **Vendredi 1<sup>er</sup> août**  
• à partir de 14h30

## Break Ados Trotinette

Rejoins Antoine au skatepark pour apprendre tes premières figures ou progresser avec des tricks plus compliqués. « Finger whip », « bri flips », « 360 », « heel whips » : tu n'as plus qu'à te lancer et tester tes limites dans une ambiance fun et dynamique !

- ▶ **Vendredi 8 août**  
• à partir de 14h

## Break Ados Cirque aérien

La compagnie Esprit Cirk t'invite à découvrir les arts du cirque aériens lors d'une séance ludique et accessible. Trapèze, tissu et cerceau seront au programme pour apprendre à évoluer dans les airs tout en t'amusant !

- **Vendredi 15 août**  
• de 17h30 à 18h30

## Break Ados Laser Tag

Amateur de sensations fortes ou en quête d'un loisir original ?

Viens découvrir le laser tag, une activité ludique, sportive et totalement indolore, dérivée du laser game, qui se pratique en plein cœur de la forêt.

- **Vendredi 22 août**  
• de 15h à 16h

## Break Ados Équitation

Le club hippique Havre de Vie t'invite à découvrir l'équitation lors d'une balade à cheval en pleine nature.



## Les stages

### Les stages sportifs

- **Du mardi 8 au vendredi 11 juillet**  
• de 10h à 12h

8/12 ans

### Gym

Tu as envie d'apprendre à faire des roulades et la roue ? Tu aimes faire des sauts et des acrobaties ? Avec Claire, tu découvriras tous les secrets pour devenir un véritable petit gymnaste et développer

ta souplesse, ton équilibre et ton agilité.

- **Du mardi 15 au vendredi 18 juillet**

- à partir de 10h

8/16 ans

### Roller

Pierre, membre de l'équipe Rool, te donne rendez-vous pour partager avec toi sa passion !

Tu souhaites essayer le roller ? Le stage initiation est fait pour toi.

Tu sais déjà rouler en avant, en arrière ou sur un pied ? Rejoins le stage « Slaloms et acrobaties » pour te perfectionner et apprendre de nouvelles figures !

- **Du mercredi 23 au vendredi 25 juillet**

- à partir de 10h

8/16 ans

### Parkour

Viens découvrir le parkour, une activité sportive inspirée des « Yamakasi » qui consiste à courir, sauter, grimper et franchir des obstacles.

- **Du mardi 29 juillet au vendredi 1<sup>er</sup> août**

- à partir de 10h

8/16 ans

### Trottinette

Antoine t'invite à le rejoindre pour un stage de trottinette freestyle. Après avoir découvert les bases sur des modules installés sur l'esplanade, le rendez-vous sera donné au skatepark, l'occasion d'apprendre à réaliser tes premiers

« kickless », « double tailwhips » et peut-être même des « whip bar ».

- **Du mardi 5 au vendredi 8 août**  
• de 10h30 à 12h

8/16 ans

### Cirque

Boule d'équilibre, trapèze, jonglage, etc. Avec la compagnie Esprit Cirk viens découvrir ou perfectionner tes talents d'artiste lors d'un stage ludique autour des arts du cirque.

- **Du mardi 12 au vendredi 15 août**

- de 10h30 à 12h

8/16 ans

### BMX

Freestyle, race et flat, viens t'initier ou te perfectionner au BMX. Découvre les différentes disciplines sur un parcours avec des modules spécialement installés sur l'esplanade puis relève de nouveaux défis sur le skatepark en fin de stage.

- **Du mardi 19 au vendredi 22 août**

- de 18h à 19h

8/16 ans

### Danse Hip hop

Viens t'initier au Hip Hop debout avec l'association MAN Dance, l'occasion d'apprendre les mouvements emblématiques de cette danse urbaine née dans les années 1970 aux États-Unis et de partager toute ton énergie et ta créativité !



## Les stages manuels, artistiques ou nature

- **Du mardi 8 au vendredi 11 juillet**

- de 10h à 12h

8/12 ans

### Petits débrouillards

Plonge dans l'univers fascinant des sciences avec notre parcours interactif de mini-jeux ! De la robotique à l'astronomie, en passant par la chimie, la physique, la biodiversité et bien plus encore, chaque activité t'invite à découvrir de manière ludique des concepts scientifiques variés.

- **Du mardi 15 au jeudi 17 juillet**  
• de 16h à 18h

10/16 ans

### Dessins mangas

Découvre les techniques pour dessiner un visage, maîtriser les proportions et ajouter des expressions qui donnent vie aux personnages. Tu apprendras également à intégrer des éléments comme les bulles, les onomatopées et les arrière-plans pour créer une image dynamique et pleine d'émotion.

- **Du mardi 22 au jeudi 24 juillet**  
• de 14h30 à 16h

8/14 ans

### Astronomie

Tu es passionné par les mystères du ciel et de l'espace ? À travers des ateliers pratiques et des activités ludiques, tu découvriras une multitude d'informations sur les planètes, les constellations et la vie dans l'espace. Tu pourras égale-

ment créer ta propre carte du ciel et vivre une expérience immersive grâce à une séance de planétarium.

► **Du mercredi 30 juillet au vendredi 1<sup>er</sup> août**

• de 9h30 à 12h30

à partir de

8 ans

## Théâtre

Vous avez toujours rêvé de monter sur scène ? Rejoignez-nous pour découvrir l'univers du théâtre et participer à une véritable pièce en fin de stage !

► **Du mercredi 6 au vendredi 8 août**

• de 10h à 12h

8/16 ans

## Petits explorateurs en forêt

Découvrez tous les secrets pour construire une cabane avec les éléments de la forêt, pars à la recherche des traces et indices laissés par les animaux et apprends à créer des jeux et jouets de la nature ainsi qu'un attrape-rêves.

► **Du mercredi 13 au vendredi 15 août**

• de 11h à 12h30

à partir de

8 ans

## Cuisine

Venez réaliser de nombreuses recettes salées et sucrées aux côtés d'un chef passionné qui aime transmettre son savoir-faire et ses astuces culinaires.

► **Du mercredi 20 au vendredi 22 août**

• de 10h à 12h

10/16 ans

## Graffitis

Nattosito, du collectif 100 Pression, te propose une initiation aux graffitis, l'occasion d'expérimenter les techniques de peinture à la bombe et de participer à la création d'une fresque collective.



## Des activités bien-être sur la plage et en forêt

À partir de 15 ans

Vous souhaitez profiter de vos vacances pour prendre soin de vous et pour éliminer le stress accumulé tout au long de l'année ? bercés par le bruit des vagues ou en forêt, Planète Beach vous propose de découvrir tout un ensemble de pratiques pour vous détendre et vous ressourcer.

► **Les lundis du 7 juillet au 25 août**

• de 11h à 12h

## Réflexologie plantaire sur la plage

Prendre soin de ses pieds, c'est prendre soin de tout son corps !

Soumis à rude épreuve, nos pieds méritent une attention particulière. La réflexologie plantaire les considère comme une représentation miniaturisée du corps humain, où chaque zone correspond à un organe ou une fonction spécifique.

Avec cet atelier, apprenez à identifier et masser certains points clés de vos pieds, l'occasion de soulager les tensions, stimuler l'énergie et retrouver un équilibre intérieur.

► **Les mardis du 8 juillet au 26 août**

• de 18h à 19h30

## Relaxation sonore en forêt

Après avoir détendu votre corps à l'aide

de différentes postures douces, allongez-vous confortablement et laissez-vous emporter par un voyage sonore unique. Au rythme du Gong, des bols tibétains et des sons de la nature, plongez dans une profonde relaxation, entre harmonie et évasion intérieure.

► **Les mercredis du 2 juillet au 27 août**

• à partir de 9h

## Yoga sur la plage

Le Hatha Yoga est une discipline ancestrale qui propose une approche lente et détendue, idéale pour se recentrer sur soi et être à l'écoute de son corps. Les postures, tenues plus longtemps que dans les yogas dynamiques, permettent un travail en profondeur sur la respiration, la concentration et la tonification du corps. Accessible à tous, le Hatha Yoga est une excellente introduction au yoga et offre une expérience complète qui allie bien-être physique et équilibre mental.

- Les jeudis du 10 juillet au 21 août
  - de 10h à 11h

## Sophrologie sur la plage

Céline, sophrologue, vous propose de vous offrir un moment de détente pendant vos vacances, l'occasion de libérer votre corps et votre esprit des tensions, tout en vous laissant bercer par le bruit apaisant de l'océan.

- Les vendredis du 11 juillet au 22 août (*sauf le 25 juillet*)
  - de 9h à 10h

## Qi Gong sur la plage

Profitez de vos vacances pour vous initier au Qi Gong, une gymnastique traditionnelle chinoise qui mêle mouvements doux, respiration et méditation. Une séance idéale pour retrouver équilibre, énergie et sérénité en harmonisant votre corps et votre esprit.



- Les vendredis du 11 juillet au 22 août
  - de 11h à 12h

## Découverte de l'acupression

Venez découvrir l'acupression, une pratique douce issue de la médecine traditionnelle chinoise. Basée sur les mêmes principes que l'acupuncture, mais sans aiguilles, elle consiste à stimuler des points spécifiques du corps avec la pulpe des doigts.

Cette technique naturelle, accessible à tous et qui peut être pratiquée au quotidien est idéale pour prendre soin de son corps : apaisement émotionnel, calme intérieur, diminution des maux de tête, des tensions musculaires, des gênes digestives, etc.

- Les jeudis du 3 juillet au 28 août
  - entre 15h et 18h

## Massages

Cet été, offrez-vous une parenthèse de bien-être dans une salle privatisée avec une vue imprenable sur l'océan.

Pendant une heure, Sandra vous propose un voyage sensoriel unique à travers ses massages du corps (Californien, Balinais, Lomi-Lomi Hawaïen), pour vous détendre et vous ressourcer en toute sérénité.



## Des activités sportives entre plage et forêt

À partir de 15 ans

Plage, esplanade, forêt : le cadre est idéal pour pratiquer une activité sportive ! Que vous souhaitiez entretenir votre forme ou tester une nouvelle discipline, rejoignez-nous pour découvrir notre programme varié et accessible à tous.

- Les mardis du 8 juillet au 26 août
  - de 11h à 12h

## Circuit training avec vue sur la mer

Alliant renforcement musculaire, gainage et exercices cardio, le circuit training est une méthode d'entraînement efficace et ludique qui consiste à enchaîner plusieurs exercices avec très peu de temps de récupération. Une séance idéale pour brûler des calories tout en profitant de la vue sur l'océan.

- Les mercredis du 9 juillet au 27 août
  - de 9h30 à 10h30

## Paddle fitness

Le paddle, vous connaissez ? Le fitness aussi ?

Et si vous tentiez de faire des exercices de renforcement musculaire sur l'eau, en équilibre sur une planche ?

Abdos, gainage, équilibre : le paddle fitness sollicite l'ensemble du corps, tout en offrant une expérience ludique et conviviale sur l'eau.

- Les mardis et jeudis du 8 juillet au 28 août
  - de 9h30 à 10h30

## Marche aquatique

Véritable moment de plaisir et de convivialité, la marche aquatique est une activité sportive accessible à tous.

Profitez des bienfaits de l'eau de mer tout en renforçant vos muscles, votre système cardiovasculaire, votre endurance et votre équilibre. Une activité idéale pour allier sport et détente !

- Les mercredis du 9 juillet au 27 août
  - de 9h30 à 11h

## Marche nordique en forêt

Tous les mercredis, rejoignez-nous pour une séance de marche nordique en forêt.

Cette marche « accélérée » qui consiste à accentuer le mouvement naturel des bras avec des bâtons augmente la dépense d'énergie. Cette activité, accessible à tous, est un excellent moyen de combiner activité sportive et découverte du cadre naturel de Saint-Jean-de-Monts.

- ▶ **Les jeudis du 10 juillet au 21 août**  
• de 10h à 11h30

## Trail en forêt

Vous êtes un coureur régulier et souhaitez profiter de vos vacances pour vous perfectionner ? Rejoignez-nous pour améliorer vos performances et partir à la découverte de nos parcours de trail en forêt.

- ▶ **Les jeudis du 3 juillet au 28 août**  
• à partir de 10h

## Pilates sur la plage

Venez découvrir le Pilates, une gymnastique douce idéale pour se (re) muscler en douceur. Cette pratique, qui met l'accent sur l'équilibre, le maintien, la respiration et les bonnes postures permet de renforcer son corps tout en améliorant son bien-être global.

- ▶ **Les vendredis du 11 juillet au 29 août**  
• de 10h à 11h

## Renforcement musculaire

Cuisses, abdos, fessiers... Et si vous profitez de vos vacances pour vous (re) muscler tout en profitant d'une vue imprenable sur l'océan ?

- ▶ **Les vendredis du 11 juillet au 22 août**  
• de 11h à 12h

## Cardio Fitness

Nous vous donnons rendez-vous pour découvrir le Cardio Fitness, une séance dynamique qui combine travail cardio et renforcement musculaire, l'occasion de se dépenser et de brûler des calories au rythme de la musique.

## Pauses Sport

A partir de 15 ans

- ▶ **Mardi 8 juillet • de 17h à 18h**

## Tir à l'arc

Catherine vous invite à la rejoindre à Explora Parc pour une séance d'initiation ludique au tir à l'arc. Concentration et précision seront de rigueur pour envoyer un maximum de flèches dans la cible.

- ▶ **Mardi 15 juillet • à partir de 10h**

## Kayak

Venez découvrir le kayak lors d'une séance d'initiation sur le plan d'eau. Tout au long de la séance de nombreux défis vous seront proposés pour apprendre les bases de cette activité dans une ambiance ludique et conviviale.

- ▶ **Mardi 22 juillet • de 10h à 11h**

## Padel Tennis

Entre tennis et squash, ce sport se pratique en double sur un terrain vitré. Ludique, convivial et accessible à tous, c'est l'activité idéale à découvrir pendant vos vacances.

- ▶ **Mardi 29 juillet • de 13h30 à 15h**

## Char à voile

Venez découvrir le char à voile, une activité accessible à tous et idéale pour faire le plein de sensations.



- ▶ **Mardi 5 août • à partir de 10h**

## Paddle

Nous vous donnons rendez-vous au

plan d'eau pour une séance d'initiation au paddle, l'occasion de découvrir cette activité nautique ludique qui consiste à ramer debout sur une grande planche.

- ▶ **Mardi 12 août • de 14h à 16h**

## Catamaran

Venez découvrir la voile lors d'une séance d'initiation sur un catamaran. Encadré par un moniteur de la Base Nautique, vous apprendrez à naviguer, à maîtriser le vent et à diriger votre bateau en toute sécurité.

- ▶ **Mardi 19 août • de 14h à 15h**

## Roller

Avec Pierre, membre de l'équipe Rool, venez vous initier ou vous perfectionner au roller.

## DÉCOUVERTE DES SPORTS URBAINS

**Dimanche 20 juillet à partir de 11h**

Roller, trottinette, BMX, art du déplacement, hip hop, graffitis, etc. seront au programme. Tout au long de la journée, vous pourrez assister à de nombreuses démonstrations ou participer aux séances encadrées par des professionnels. Débutants ou passionnés, venez découvrir de nouvelles disciplines, vous perfectionner ou repousser vos limites !  
*Démonstrations gratuites – Activités : 5€ (inscriptions sur place)*

## ESCALADE ET ACCROBRANCHE

**Dimanche 3 août à partir de 11h**

Venez vivre une journée pleine d'aventure et de défis à la découverte de l'escalade et de l'accrobranche. Encadrés par des moniteurs expérimentés, découvrez les techniques de base pour grimper sur un mur d'escalade en toute sécurité et progresser à votre rythme. Après l'escalade, cap sur l'accrobranche ! Enfilez votre harnais et lancez-vous sur notre parcours mobile d'accrobranche avec ses ponts suspendus, ses tyroliennes et d'autres obstacles.

*Activités : 5€ (inscriptions sur place)*

## LES SOIRÉES SPORTIVES

Profitez de l'ambiance estivale pour vous amuser en pratiquant des activités ludiques et accessibles à tous. L'équipe de Planète Beach vous donne rendez-vous pour 6 soirées sportives « version plage » proposées dans une ambiance conviviale.

- ▶ **Jeudi 17 juillet à partir de 18h30**
- Esplanade de la mer

### Rando roller

Vous êtes autonomes sur vos rollers ? Vous savez rouler, freiner et vous arrêter ? Pierre, membre de l'équipe Rool, vous invite à le rejoindre pour une randonnée sur les nombreuses pistes cyclables de Saint-Jean-de-Monts.

- ▶ **Les jeudis 31 juillet, 7 et 21 août à partir de 18h30**
- Plage des Oiseaux

### Tournois de Beach Volley 3x3

Vous aimez jouer au beach volley pendant vos vacances ? Formez votre équipe (ou venez rencontrer de nouveaux partenaires) et rejoignez-nous sur la plage ! Ces soirées seront l'occasion de vous mesurer à d'autres passionnés dans une ambiance conviviale, sportive et dynamique.

- ▶ **Les jeudis 24 juillet et 14 août à partir de 18h30**
- Plage des Oiseaux

### Tournois de Feetball

Par équipe de 2, venez défier vos adversaires dans cette activité qui allie football et pétanque et qui se joue uniquement avec les pieds. Pour marquer des points vous devez envoyer vos ballons le plus près possible de la « cible », l'occasion de tester votre précision et de vous amuser en famille ou entre amis !



## LES TOURNÉES DE PLAGE

GRATUIT

- ▶ **Lundis 7, 14, 21, 28 juillet et 4 août à partir de 10h**
- Plage des Oiseaux

### Initiation au Football

Chaque semaine, venez découvrir le Feetball, une activité sportive innovante qui mêle football et pétanque.

Simple et originale, cette discipline se pratique avec les pieds et consiste à approcher des ballons colorés le plus près possible du ballon blanc appelé la « cible ». Un jeu passionnant qui mettra à l'épreuve votre précision et votre sens de la stratégie !

- ▶ **Dimanche 13 juillet de 10h à 12h30 et de 14h à 18h**
- Plage des Oiseaux

### FFF Tour

La Fédération Française de Football vous invite à découvrir ses nouvelles pratiques : Beach Soccer, Fitfoot, Futnet, Cessifoot, Foot en marchant, etc.

- ▶ **Mercredi 16, jeudi 17 et vendredi 18 juillet de 17h à minuit**
- Espace des Oiseaux

### Summer Games Tour

Venez profiter d'un espace géant dédié aux jeux pour petits et grands : jeux d'ambiance, jeux de stratégie, jeux de réflexion et surtout l'occasion de partager un moment inoubliable en famille ou entre amis.

- ▶ **Mercredi 23 juillet de 15h à 19h**
- Espace des Oiseaux

### Prévention routière

Venez découvrir les risques de la conduite sous alcool à travers plusieurs ateliers : parcours avec lunettes à effets, sensibilisation aux réflexes, quiz, dons d'éthylotests, etc.

- ▶ **Mardi 5 août de 10h à 17h**
- Plage des Oiseaux

### Pitch

Le village Pitch vous propose de découvrir de nombreuses animations : ventrigrisse, « Paffeuse », ateliers cerf-volant, blind test, danse de l'été, etc.

- ▶ **Lundi 11 août de 14h30 à 18h30**
- Plage des Oiseaux

### NRJ Summer Tour

NRJ vous invite à découvrir son village d'animations et ses jeux, quiz, flash mob, etc. qui rythmeront l'après-midi.

- ▶ **Samedi 16, dimanche 17 et lundi 18 août de 17h à minuit**
- Espace des Oiseaux

### Destination Jeux

Vos jeux préférés de cartes, de société, d'ambiance et de stratégie !





# MÉDIATHÈQUE ESPACE CULTUREL

Accessible à tous gratuitement, la Médiathèque vous accueille tout l'été. Sur place, vous pouvez lire, consulter la presse ou vos mails, jouer, surfer sur Internet, étudier, faire une photocopie, créer, vous amuser...

Vous pouvez également emprunter un large choix de romans, BD, albums, films, CD, partitions, livres audio, jeux sur consoles. De nombreux livres et films sont adaptés pour les personnes en situation de handicap. Le prêt est gratuit jusqu'à 25 ans. Un tarif spécial vacanciers est aussi proposé.

L'équipe de la Médiathèque est présente pour répondre à vos attentes et vous conseiller, n'hésitez pas à les solliciter.

**Renseignements, tarifs et modalités d'emprunt sur :**  
[www.saintjeandemonts.fr](http://www.saintjeandemonts.fr) ou [www.bibliotheques-omdm.fr](http://www.bibliotheques-omdm.fr)  
ou par téléphone au 02 51 58 91 12  
*Toutes les animations sont gratuites.*

## HORAIRES D'OUVERTURE

### Horaires d'été :

*Du mercredi 2 juillet*

*au samedi 30 août*

Lundi : 15h - 19h

Mardi : 10h - 13h & 15h - 19h

Mercredi : 10h - 13h & 15h - 19h

Vendredi : 10h - 13h & 15h - 19h

Samedi : 10h - 16h

### Horaires juin et septembre :

Lundi, mardi : 14h - 18h

Mercredi : 10h - 12h30 & 14h - 18h

Vendredi : 15h - 19h

Samedi : 10h - 17h

*Les horaires de septembre sont susceptibles de modifications, renseignements à la Médiathèque*

► En juillet et en août

## MÉDIATHÈQUE AMBULANTE

En juillet et août, la Médiathèque prend l'air et vous attend avec une sélection de livres, BD, albums et autres invitations à la lecture et à la détente, à la Base nautique, au skate-park, dans les squares ou près de la plage. Renseignements à la Médiathèque.

► **Mercredi 28 mai, 11h**

### Y'A DES HISTOIRES DANS L'AIR

Y'a plein d'histoires dans notre petite valise ! Le plaisir de piocher parmi les coups de cœurs des bibliothécaires.

*Gratuit | Dès 4 ans | Réservation conseillée*

Durée des séances : 2h30

**Vendredi 6 juin • 20h30**

**Samedi 7 juin • 14h30**

**Mardi 10 juin • 20h**

**Mercredi 11 juin • 20h**

**Vendredi 13 juin • 20h30**

**Samedi 14 juin • 14h30**

*Gratuit | Dès 13 ans | Sur réservation*

### Nouveauté : La Sélection Familiale

**Mercredi 11 juin • 15h**

Destinée aux petits et grands enfants.

La plupart des films sont sans paroles (ou très peu de dialogues) pour que la barrière du langage ne soit pas un frein à l'émerveillement.

*Dès 6 ans – durée : 1h – vote à la fin de la séance | Sur réservation*

► **Vendredi 13 juin • 18h30**

### LES TOUT-PETITS EN PINCENT POUR LES HISTOIRES ET PARTENT EN BALADE

À quelques jours de la fête de la musique, les bibliothécaires et les professeurs de l'école de musique intercommunale Vibrato vous emmènent en forêt accompagnés de leurs histoires et de musique.  
*De 0 à 3 ans | Sur réservation*



► **Du 6 au 14 juin**

### 27<sup>e</sup> ÉDITION DU FESTIVAL INTERNATIONAL DU FILM TRÈS COURT

#### Compétition internationale

Participez en votant pour vos trois films préférés.

► **Samedi 14 juin • 10h30**

## LES BIDUILLEURS 2.0

**Atelier numérique : création d'une affiche de concert**

Participe à ta manière à la fête de la musique en créant ton affiche de concert en collage numérique ou en photo montage.

*Dès 12 ans | Sur réservation*

► **Vendredi 20 juin • 19h**

## QUIZ MUSIQUE

Venez tester, seul ou en équipe, vos connaissances musicales, dans la joie et la bonne humeur.

Lots à gagner

*Dès 8 ans | Sur réservation*

► **Samedi 21 juin • de 10h à 17h**

## BRADERIE « FÊTE DE LA MUSIQUE »

Vente de CD, magazines et livres sur la musique

Tarifs : 1 CD, 1 magazine = 0.50€ ;

5 CD, magazines = 1.50€

1 livre = 1.50€ ; 5 livres = 6€

*Paiement par carte bancaire, espèces ou chèques*

► **Du 2 juillet au 30 août**

## ESPACE DE DÉTENTE ET DE CRÉATION

Dans un décor estival, découvrez une sélection de livres, jeux et ateliers en libre accès.



Réalisez une illustration inspirée de l'univers de l'illustrateur Hervé Tullet et participez à la création d'une exposition participative, qui sera présentée lors du Festival Les Enfantsines, du 18 au 19 octobre, à Le Perrier.

*Gratuit | Pendant les heures d'ouverture*

► **Du 4 juillet au 30 août**

## LE CYBER D'ÉTÉ FÊTE SES 10 ANS

Retrouvez le Cyber d'été pour sa 10<sup>e</sup> édition : PC Gamer, consoles de jeux et bornes d'arcades en libre accès. Pendant tout l'été, retrouvez une programmation riche en événements, tournois, démonstrations et autres surprises

vidéoludiques !

Conseils numériques, consultation internet et accès wifi gratuit. Photocopies possibles en A3 et A4 (payant). Prêt de jeux vidéo sur abonnement



► **Tout l'été**

## CONCOURS MINECRAFT SUR PC

« Créez votre lieu de vacances rêvé »

Amateurs de Minecraft, réalisez votre rêve en inventant le lieu idéal de vos prochaines vacances. À la fin de l'été, seront récompensés les univers les plus originaux, inventifs, drôles et festifs !

► **Week-end "Geek" d'anniversaire**

**Vendredi 4 juillet • de 20h à 23h**

## SOIRÉE GAMING & PIZZAS

**Tournoi FC 25**

Venez avec votre partenaire de jeu, ou trouvez en un sur place pour participer et qui sait, gagner la Coupe du Cyber !

Sur inscription par équipes de deux (32 places)

Boissons (sans alcool) & pizzas pour les participants

**Samedi 5 juillet • de 14h à 16h30**

## TOURNOIS MARIO KART

Participez au tournoi Mario kart, vivez des courses épiques et tentez de monter sur le podium de la Coupe du cyber d'été 2025.

*Sur inscription (32 places) | Dès 6 ans*

**Samedi 5 juillet • 17h**

Remise des Prix « Coupe du Cyber 2025 » aux gagnants et lots pour les participants des deux tournois. Dégustation du gâteau d'anniversaire

► **Mercredi 6 août • de 16h à 18h30**

## TOURNOI JUST DANCE

*Sur inscription | Dès 6 ans | Lots à gagner*

► **Vendredi 8 août • 16h**

## TOURNOI FALL GUYS

*Sur inscription | Dès 6 ans | Lots à gagner*

► **Mardi 15 juillet et 12 août**  
• de 14h à 18h

## BRADERIES D'ÉTÉ

Vente de livres, magazines et CD  
déclassés de la médiathèque

Tarifs :

1 livre = 1,50€

5 livres = 6€

beaux-livres = 6€

1 magazine / 1 CD = 0.50€

5 magazines / 5 CD = 1.50€.

Paiement chèques ou espèces

Salle de l'Entresol de la Mairie (annulation  
en cas de canicule)



► **Du 8 au 27 septembre**

## EXPOSITION « LE REVERS DE MON LOOK : QUELS IMPACTS ONT MES VÊTEMENTS SUR LA PLANÈTE »

Exposition proposée par l'ADEME de  
5 panneaux qui retracent le parcours  
et l'impact de la mode sur l'environ-  
nement.

Dès 10 ans | *Pendant les heures  
d'ouverture* | *Gratuit*



► **Samedi 13 septembre • 10h30**

## ATELIER DIY : FABRIQUER UNE ÉPONGE TAWASHI

Découvrez comment réaliser une éponge  
réutilisable à partir de chaussettes orphe-  
lines !

Atelier parents/enfants/grands-parents.

En partenariat avec le service Sensibilisation

et réduction des déchets de la communauté  
de communes OMDM.

Dès 10 ans | *Sur réservation*



► **Mardi 16, vendredi 19 et mardi  
23 septembre • 18h30**

## STAGE DE RELIURE

Initiation à la reliure pour réparer un livre de  
A à Z. Vous pouvez apporter votre livre. La  
présence aux 3 séances est indispensable.

Dès 13 ans | *Réservation indispensable  
(limité à 4 personnes)*

► **Mercredi 24 septembre • 18h30**

## AUTREMENT DIT

Le club des lecteurs fait sa rentrée. On  
y parle romans, BD, films... en toute  
convivialité.

Dès 16 ans | *Réservation conseillée*

► **Vendredi 26 septembre • 20h30**  
**SPECTACLE « À LA  
LIGNE »**

Une adaptation puissante et incarnée,  
rendant hommage et donnant à entendre  
le roman autobiographique multi-primé  
de Joseph Ponthus « À la ligne : feuillets  
d'usine »

Dès 13 ans | *Sur réservation*



## Contact

Médiathèque espace culturel  
Boulevard Leclerc - Saint-Jean-de-Monts  
02 51 58 91 12  
mediatheque@mairie-saintjeandemonts.fr

[www.saintjeandemonts.fr](http://www.saintjeandemonts.fr)  
[www.bibliotheques-omdm.fr](http://www.bibliotheques-omdm.fr)



↳ Animations à retrouver  
dans l'Agenda Essen(s)tiel !



## ENFANCE JEUNESSE

# GRANDE CRÈCHE FRIMOUSSE

Cet établissement propose un accueil collectif régulier ou occasionnel des **enfants âgés de 10 semaines à 4 ans**. La crèche, sécurisée et ludique, dispose de 40 places, dans des locaux adaptés et avec un personnel qualifié. Lieu de vie collectif, il permet une évolution physique et cognitive de chaque enfant en respectant son rythme afin de le conduire vers l'autonomie. Il propose un panel d'activités dans un cadre éducatif et social.

**Horaires d'ouverture été :**  
du lundi au vendredi de 7h30 à 18h30  
(sauf jours fériés).

**Inscription :** à tout moment de l'année.

### Contact

Grande crèche Frimousse - 35, rue Neuve  
Saint-Jean-de-Monts - 02 51 58 25 00

# ACCUEIL DE LOISIRS

Pour les **enfants de 3 à 12 ans**. Les activités proposées s'inscrivent dans un projet pédagogique global, dont les objectifs principaux sont : la citoyenneté, l'autonomie et la coéducation. L'équipe d'animation propose à vos enfants des activités ludiques et variées.

**Horaires d'ouverture du 8 juillet au 30 août :**  
Du lundi au vendredi (sauf jours fériés) : de 9h30 à 17h30.  
Garderie : de 7h30 à 9h30 et de 17h30 à 18h30.

*Inscription obligatoire auprès du secrétariat : un minimum de 2 semaines avec repas par semaine est requis pour toute demande d'inscription faite pour les vacances d'été.*

### Contact

Accueil de Loisirs Bord à Bord  
33, rue Neuve - Saint-Jean-de-Monts  
02 51 59 09 16  
enfance@mairie-saintjeandemonts.fr

Inscriptions en fonction des places disponibles.

# LE FOYER DE JEUNES

Le Foyer de Jeunes accueille les **jeunes âgés de 11 à 17 ans**. Un lieu de propositions d'activités (loisirs, culturelles, éducatives et sociales) et d'accompagnement aux projets d'initiative jeune. Les animateurs assurent une présence continue auprès de vos enfants au sein de la structure ainsi que lors des déplacements extérieurs (sorties et séjours).

**Ouverture du 1<sup>er</sup> juillet au 30 août**  
en fonction des activités et des séjours (pas d'ouverture public sur place).

**Inscription :**  
Accès gratuit - Certaines activités  
proposées sont payantes.  
Inscription obligatoire.

### Contact

Foyer de Jeunes - 1, rue des Moulins  
Saint-Jean-de-Monts - 02 51 58 18 36

# LUDOTHÈQUE

La Ludothèque est un espace entièrement dédié à la pratique de jeux : location de jeux, jeux de sociétés, coloriages, dessins, jeux de constructions. Ouvert aux habitants et vacanciers de tous âges.

**Horaires d'ouverture du 1<sup>er</sup> juillet au 16 août :**  
Du lundi au vendredi : 10h à 12h et de 14h à 18h

### Tarifs

- Pour jouer sur place : gratuit
- Pour louer des jeux :  
carte d'adhésion : 10€ + caution de 20€ (pour les Montois) | 12€ + caution de 40€ (vacanciers) | 15€ + caution de 20€ (groupes)

### Contact

Ludothèque - 33, rue Neuve  
Saint-Jean-de-Monts - 02 51 59 34 04



# LES ÉQUIPEMENTS SPORTIFS

## EXPLORA-PARC

Envie de sensations inédites en plein air à Saint-Jean-de-Monts ? Parc de loisirs et de détente au coeur de la forêt domaniale des Pays de Monts, Explora Parc propose à toute la famille, dès 3 ans, des activités familiales, sportives et insolites. Du fun dans la bonne humeur pour découvrir la forêt autrement. L'activité sportive phare est l'accrobranche. Cette activité accessible dès 3 ans se pratique sans

limite de temps et en autonomie. 10 parcours aventures en forêt, tyroliennes XXL de plus de 250 mètres et plus de 20 jeux au choix pour une expérience unique. Explora Parc propose aussi d'autres activités, telles que le Laser Tag, l'Archery Tag, le Tir à l'arc.



Explora Parc - Rue de la Parée Jésus  
06 22 61 45 98 - contact@exploraparc.com  
www.exploraparc.com

## TENNIS

Au cœur de la forêt, pratiquez le tennis dans l'un des plus beaux sites de la région. De nombreuses compétitions s'y déroulent, notamment la fête du tennis féminin en mai-juin qui permet de voir évoluer des joueuses du top 10 français.



Garden Tennis Club - Rue de la Parée Jésus  
02 51 59 18 30  
www.tennis-saint-jean-de-monts.fr

## GOLF

Le golf de Saint-Jean-de-Monts a comme principal atout son sol sablonneux praticable à l'année dans un cadre exceptionnel entre plage et forêt. Avec plus de 40 compétitions, pour les jeunes, les seniors, en simple ou en équipe, le golf de Saint-Jean-de-Monts est un acteur important de la vie sportive de la commune.



Golf de Saint-Jean-de-Monts  
Avenue des Pays de la Loire  
02 51 59 82 73  
www.golfsaintjeandemonts.fr

## HIPPODROME

Les courses hippiques 2025 auront lieu les dimanches 13 et 27 juillet, les 3, 10 et 17 août, de 15h30 à 19h30.

Tous les dimanches, se déroulera la fête des courses avec la gratuité pour toutes les animations ci-après : barbe à papa, pop-corn, goûter, pêche à la ligne, jeu du petit pronostiqueur, château gonflable, maquillage, ballon gonflable, caricatures, promenades à poneys...



Hippodrome de l'Atlantique  
Chemin du Petit Sochard  
0251586503  
www.paysdesaintjeandemonts.fr  
Entrée payante : 6€ et gratuite jusqu'à 18 ans

# L'OFFICE DE TOURISME

L'Office de Tourisme du Pays de Saint-Jean-de-Monts vous accueille et vous propose :

**Des conseils personnalisés** pour votre séjour – L'équipe est à votre service pour vous chuchoter les secrets de notre territoire, agiter vos bonnes idées et pour fabriquer, avec vous, vos meilleurs souvenirs de vacances.

- Idées de balades à pied ou à vélo
- Les restaurants qui vous correspondent
- Les visites et les activités de loisirs
- Les jeux de piste à tester
- Les balades ludiques et les parcours d'orientation
- Les animations à ne pas louper
- La rencontre des producteurs sur nos marchés

**Un service billetterie** pour vos activités, spectacles, excursions à l'île d'Yeu, visites guidées ou visites chez les producteurs par exemple – tarifs préférentiels et bons plans.

**Un espace boutique** pour ramener chez vous un bout de vos vacances. Nos producteurs et artisans locaux vous proposent une large gamme de produits (sel, miel, spiruline, confitures, gâteaux, bières, tisanes, caramel, sardines, cabas ...).

**La location de matériel** de puériculture.

**Du 12 mai au 4 juillet :**

Tous les jours : 10h - 12h30 / 14h - 18h  
Fermé les jeudis

**Du 5 juillet au 31 août :**

Tous les jours : 9h30 - 13h / 14h30 - 19h

**Du 1<sup>er</sup> au 28 septembre :**

Tous les jours : 10h - 12h30 / 14h - 18h



## Office de Tourisme

67, esplanade de la Mer  
85160 Saint-Jean-de-Monts  
Tél : 02 72 78 80 80  
[www.paysdesaintjeandemonts.fr](http://www.paysdesaintjeandemonts.fr)  
[accueil.sjdm@paysdesaintjeandemonts.fr](mailto:accueil.sjdm@paysdesaintjeandemonts.fr)



# TRANSPORTS



## BUS URBAIN

Le bus urbain circule gratuitement, et ceci toute l'année (sauf dimanche et jours fériés). À travers ce choix, la Ville défend des convictions environnementales et sociales.

**2025 : nouveaux circuits et horaires pour une meilleure desserte de la commune.**

La fréquence des passages varie en fonction des périodes de l'année.



### Renseignements et trajets :

02 51 59 97 00 - [www.saintjeandemonts.fr](http://www.saintjeandemonts.fr)

## LA LITTORALE

Du 14 juin au 13 septembre 2025, le service de bus La Littorale facilite vos déplacements quotidiens. Elle dessert les communes de La Barre-de-Monts, Fromentine, Notre-Dame-de-Monts, Saint-Jean-de-Monts, Saint-Hilaire-de-Riez et Saint-Gilles-Croix-de-Vie pour seulement 1€ le trajet.

Les billets sont en vente dans les bus.



### Brochures des horaires :

La Gare routière et Office de Tourisme  
02 72 78 80 80

[www.paysdesaintjeandemonts.fr](http://www.paysdesaintjeandemonts.fr)

## AIRE DE CAMPING-CAR MUNICIPALE

## AIRE DES PIMPRENELLES

Ouverte du 10 février au 3 novembre 2025

**Tarifs par tranche de 24h :** (hors taxe de séjour\*)

- Du 01/04 au 30/06 : 14€70
- Du 01/07 au 31/08 : 16€80
- Du 01/09 au 03/11 : 14€70



Aire des Pimprenelles - Rue des Pimprenelles  
[www.paysdesaintjeandemonts.fr](http://www.paysdesaintjeandemonts.fr)

\*Taxe de séjour (1,30€ par tranche de 24h) du 01/01 au 31/12 suivant délibération du conseil municipal.

# CALENDRIER DES ÉVÈNEMENTS & ANIMATIONS

Tél : 02 72 78 80 80 - accueil.sdim@paysdesaintjeandemontis.fr  
www.paysdesaintjeandemontis.fr

<b>MERCREDI 28 MAI</b>	11h	Y'a des histoires dans l'air - p. 41	À partir de 4 ans	Gratuit	Médiathèque
<b>DU VENDREDI 6 AU SAMEDI 14 JUIN</b>		27 <sup>e</sup> édition du festival international du film très court - p. 41	À partir de 13 ans	Gratuit	Médiathèque
<b>SAMEDI 7 JUIN</b>	9h	Challenge départemental Beach Soccer - p. 5	Tout public	Gratuit	Plage des Oiseaux
<b>DIMANCHE 8 JUIN</b>		Catamaran, surf avec la Base Nautique - p. 11	À partir de 5 ans	42€	Base Nautique
		Catamaran, surf avec la Base Nautique - p. 11	À partir de 5 ans	42€	Base Nautique
	10h30	Les bidouilleurs 2.0 - p. 42	À partir de 12 ans	Gratuit	Médiathèque
<b>SAMEDI 14 JUIN</b>	11h30	Foot Océane - p. 5	Tout public	Gratuit	Plage des Oiseaux
		Catamaran avec la Base Nautique - p. 11	À partir de 5 ans	42€	Base Nautique
		Cours de fitness avec la Base Nautique - p. 11	À partir de 14 ans	10€	Base Nautique
<b>DIMANCHE 15 JUIN</b>		Cours de fitness avec la Base Nautique - p. 11	À partir de 14 ans	10€	Base Nautique
<b>VENDREDI 20 JUIN</b>	19h	Quizz Musique - p. 42	À partir de 8 ans	Gratuit	Médiathèque
<b>SAMEDI 21 JUIN</b>	10h	Braderie "musique" (CD, magazines, livres) - p. 42	Tout public	Payant	Médiathèque
		Catamaran, surf avec la Base Nautique - p. 11	À partir de 5 ans	42€	Base Nautique

\*Activité sur inscription : [www.planetebeach.fr](http://www.planetebeach.fr) ou à Odyssée ou à l'Office de Tourisme (02 72 78 80 80) - À partir du 24 juin

<b>SAMEDI 21 JUIN</b>	19h	Cours de fitness avec la Base Nautique - p. 11	Tout public	Gratuit	Base Nautique
		Fête de la musique - p. 6	Tout public	Gratuit	Place de l'église
<b>DIMANCHE 22 JUIN</b>		Surf avec la Base Nautique - p. 11	À partir de 5 ans	42€	Base Nautique
		Cours de fitness avec la Base Nautique - p. 11	À partir de 14 ans	10€	Base Nautique
<b>SAMEDI 28 JUIN</b>		Catamaran avec la Base Nautique - p. 11	À partir de 5 ans	42€	Base Nautique
		Cours de fitness avec la Base Nautique - p. 11	À partir de 14 ans	10€	Base Nautique
<b>SAMEDI 28 &amp; DIMANCHE 29 JUIN</b>		Triathlon International - p. 7	Tout public	Gratuit	Espace des Oiseaux
		Le Cyber été fête ses 10 ans - p. 42	Tout public	Gratuit	Médiathèque
		<i>Pendant les horaires d'ouverture de la Médiathèque</i>			
<b>DU MERCREDI 2 JUILLET AU SAMEDI 30 AOÛT</b>		Concours Minecraft sur PC - p. 43	Tout public	Gratuit	Médiathèque
		<i>Pendant les horaires d'ouverture de la Médiathèque</i>			
		Espace de détente et de création - p. 42	Tout public	Gratuit	Médiathèque
		<i>Pendant les horaires d'ouverture de la Médiathèque</i>			
<b>MERCREDI 2 JUILLET</b>	9h	Yoga sur la plage* - p. 33	À partir de 15 ans	10€	Plage des Oiseaux
	10h	Instant Baby Gym* - p. 21	3/5 ans	10€	Complexe sportif
	14h30	Kid's activité Gym* - p. 22	6/12 ans	10€	Complexe sportif
<b>JEUDI 3 JUILLET</b>	10h	Pilates sur la plage* - p. 36	À partir de 15 ans	10€	Plage des Oiseaux
	15h	Massages* - p. 34	À partir de 15 ans	75€	Odyssée
<b>VENDREDI 4 JUILLET</b>	14h	Break Ados Accrobranche* - p. 29	12/16 ans	10€	Explora Parc
	20h	Soirée Gaming & pizzas - p. 43	Tout public	Gratuit	Médiathèque

\*Activité sur inscription : [www.planetebeach.fr](http://www.planetebeach.fr) ou à Odyssée ou à l'Office de Tourisme (02 72 78 80 80) - À partir du 24 juin

**SAMEDI 5 JUILLET**

14h	Tournois Mario Kart - p. 43	À partir de 6 ans	Gratuit	Médiathèque
17h	Remise des prix "Coupe du Cyber 2025" - p. 43	Tout public	Gratuit	Médiathèque
10h	Baby Cuisine* - p. 24	3/5 ans	10€	Odysséa
10h	Initiation au Footool sur la plage - p. 39	Tout public	Gratuit	Plage des Oiseaux
11h	Atelier Cuisine* - p. 24	6/12 ans	10€	Odysséa
11h	Réflexologie plantaire sur la plage* - p. 33	À partir de 15 ans	10€	Plage des Oiseaux
	Cours de fitness avec la Base Nautique - p. 11	À partir de 14 ans	10€	Base Nautique
	Exposition : Odysséa fête le cinéma - p. 3	Tout public	Gratuit	Odysséa
9h30	Marche aquatique* - p. 35	À partir de 15 ans	10€	Base Nautique
10h	Instant BabyAthlé* - p. 21	3/5 ans	10€	Complexe sportif
11h	Circuit Training avec vue sur la mer* - p. 35	À partir de 15 ans	10€	Espace des Oiseaux
	Marche aquatique - Paddle fitness avec la Base Nautique - p. 11	À partir de 12 ans	10€	Base Nautique
14h	Atelier couture "sac banane"* - p. 24	À partir de 8 ans	25€	Odysséa
14h30	RDV Famille Paddle* - p. 25	12/16 ans et leur famille	10€/pers	Plan d'eau
17h	Pause Sport Tir à l'arc* - p. 36	À partir de 15 ans	10€	Explora Parc

\*Activité sur inscription : [www.planetebeach.fr](http://www.planetebeach.fr) ou à Odysséa ou à l'Office de Tourisme (02 72 78 80 80) - À partir du 24 juin

**MARDI 8 JUILLET**

18h	Relaxation sonore en forêt* - p. 33	À partir de 15 ans	15€	Explora Parc
18h30	Théâtre de rue "Loup et-tu" - La Déferlante - p. 14	Tout public	Gratuit	Place de l'église
10h	Stage Gym* - p. 30	8/12 ans	55€	Complexe sportif
10h	Stage Petits débrouillards* - p. 31	8/12 ans	65€	Odysséa
9h	Stand Up Paddle Fitness avec la Base Nautique - p. 11	À partir de 14 ans	10€	Base Nautique
9h	Yoga sur la plage* - p. 33	À partir de 15 ans	10€	Plage des Oiseaux
9h30	Paddle Fitness* - p. 35	À partir de 15 ans	10€	Plan d'eau
9h30	Marche nordique en forêt* - p. 35	À partir de 15 ans	5€	Explora Parc
11h	Marche aquatique - Paddle fitness avec la BN - p. 11	À partir de 12 ans	10€	Base Nautique
14h	Atelier couture "trousse/porte-monnaie"* - p. 24	À partir de 8 ans	25€	Odysséa
14h30	Kid's activité Cirque* - p. 23	6/12 ans	10€	Odysséa
20h30	En forêt au coucher de soleil - balade ludique* - p. 28	6/12 ans et leur famille	5€/pers	Explora Parc
9h30	Marche aquatique* - p. 35	À partir de 15 ans	10€	Base Nautique
10h	Sophrologie sur la plage* - p. 34	À partir de 15 ans	10€	Plage des Oiseaux
10h	Trail en forêt* - p. 36	À partir de 15 ans	5€	Explora Parc
10h	Atelier T'sauveteurs* - p. 25	8/16 ans	10€	Plage des Oiseaux
10h & 11h	Plates sur la plage* - p. 36	À partir de 15 ans	10€	Plage des Oiseaux

\*Activité sur inscription : [www.planetebeach.fr](http://www.planetebeach.fr) ou à Odysséa ou à l'Office de Tourisme (02 72 78 80 80) - À partir du 24 juin

**JEUDI 10 JUILLET**

11h	Marche aquatique - Paddle fitness avec la BN - p. 11	À partir de 12 ans	10€	Base Nautique
14h30	RDV Famille "Les super-pouvoirs des animaux" p. 27	6/12 ans et leur famille	5€/pers	Explora Parc
15h	Massages* - p. 34	À partir de 15 ans	75€	Odysséa
9h	Qi Gong sur la plage* - p. 34	À partir de 15 ans	10€	Plage des Oiseaux
10h	Atelier Bricolo/Récup* - p. 25	3/5 ans	10€	Odysséa
10h	Renforcement musculaire* - p. 36	À partir de 15 ans	10€	Espace des Oiseaux
11h	Découverte de l'acupression* - p. 34	À partir de 15 ans	10€	Plage des Oiseaux
11h	Cardio Fitness* - p. 36	À partir de 15 ans	10€	Espace des Oiseaux
12h30	Break Ados Char à voile* - p. 29	12/16 ans	15€	Base Nautique
14h30	Atelier Bricolo/Récup* - p. 25	6/12 ans	10€	Odysséa
10h	Tournée des plages "FFF Tour" - p. 39	Tout public	Gratuit	Plage des Oiseaux
10h	Baby Cuisine* - p. 24	3/5 ans	10€	Odysséa
10h	Initiation au Footboul sur la plage - p. 39	Tout public	Gratuit	Plage des Oiseaux
11h	Atelier Cuisine* - p. 24	6/12 ans	10€	Odysséa
11h	Réflexologie plantaire sur la plage* - p. 33	À partir de 15 ans	10€	Plage des Oiseaux
23h	Feu d'artifice - p. 8	Tout public	Gratuit	Plage des Oiseaux

**VENDREDI 11 JUILLET****DIMANCHE 13 JUILLET****LUNDI 14 JUILLET**

\*Activité sur inscription : [www.planetebeach.fr](http://www.planetebeach.fr) ou à Odysséa ou à l'Office de Tourisme (02 72 78 80 80) - À partir du 24 juin

**MARDI 15 JUILLET**

9h30	Marche aquatique* - p. 35	À partir de 15 ans	10€	Base Nautique
10h	Pause Sport Kayak* - p. 36	À partir de 15 ans	10€	Plan d'eau
11h	Marche aquatique - Paddle fitness avec la BN - p. 11	À partir de 12 ans	10€	Base Nautique
11h	Circuit Training avec vue sur la mer* - p. 35	À partir de 15 ans	10€	Espace des Oiseaux
14h - 18h	Braderie d'été - p. 44 (vente de livres, magazines, CD)	Tout public	Payant	Hôtel de Ville
14h30	RDV Famille Kayak* - p. 25	6/12 ans et leur famille	10€/pers	Plan d'eau
15h	Instant Baby Roller* - p. 22	3/5 ans	10€	Eplanade de la Mer
18h	Relaxation sonore en forêt* - p. 33	À partir de 15 ans	15€	Explora Parc
16h	Stage Dessins Mangas* - p. 31	10/16 ans	65€	Odysséa
10h & 11h30	Stage Roller* - p. 30	8/16 ans	55€	Eplanade de la Mer
5h30	Concert Clara Ysé - p. 6 Festival Réveillons-nous !	Tout public	30€	Plage (Base Nautique)
9h	Stand Up Paddle Fitness avec la Base Nautique - p. 11	À partir de 14 ans	10€	Base Nautique
9h & 10h	Yoga sur la plage* - p. 33	À partir de 15 ans	10€	Plage des Oiseaux

**DU MARDI 15 AU JEUDI 17 JUILLET****DU MARDI 15 AU VENDREDI 18 JUILLET****MERCREDI 16 JUILLET**

\*Activité sur inscription : [www.planetebeach.fr](http://www.planetebeach.fr) ou à Odysséa ou à l'Office de Tourisme (02 72 78 80 80) - À partir du 24 juin

9h30	Paddle Fitness* - p. 35	À partir de 15 ans	10€	Plan d'eau
9h30	Marche nordique en forêt* - p. 35	À partir de 15 ans	5€	Explora Parc
10h	Minis Baby - Éveil des sens* - p. 20	0/3 ans	10€/famille	Odyssée
11h	Marche aquatique - Paddle fitness avec la BN - p. 11	À partir de 12 ans	10€	Base Nautique
14h30	Kid's activité Roller* - p. 23	6/12 ans	10€	Eplanade de la Mer
21h	En forêt au coucher de soleil - loups garous* - p. 28	10/16 ans et leur famille	5€/pers	Explora Parc

### DU MERCREDI 16 AU VENDREDI 18 JUILLET

17h	Tournée des plages "Summer Games Tour" - p. 39	Tout public	Gratuit	Espace des Oiseaux
9h30	Marche aquatique* - p. 35	À partir de 15 ans	10€	Base Nautique
10h	Sophrologie sur la plage* - p. 34	À partir de 15 ans	10€	Plage des Oiseaux
10h	RDV Famille "Arsène, le gros chène" - p. 26	3/5 ans et leur famille	5€/pers	Explora Parc
10h	Trail en forêt* - p. 36	À partir de 15 ans	5€	Explora Parc
10h	Atelier T'sauveteurs* - p. 25	8/16 ans	10€	Plage des Oiseaux
10h & 11h	Pilates sur la plage* - p. 36	À partir de 15 ans	10€	Plage des Oiseaux
11h	Marche aquatique - Paddle fitness avec la BN - p. 11	À partir de 12 ans	10€	Base Nautique

### JEUDI 17 JUILLET

\*Activité sur inscription : [www.planetebeach.fr](http://www.planetebeach.fr) ou à Odyssée ou à l'Office de Tourisme (02 72 78 80 80) - À partir du 24 juin

14h30	RDV Famille Parcours du combattant* - p. 27	6/12 ans et leur famille	10€/pers	Plage des Oiseaux
15h	Massages* - p. 34	À partir de 15 ans	75€	Odyssée
18h30	Rando Roller* - p. 38	À partir de 12 ans	5€/pers	Eplanade de la Mer
21h30	Théâtre de rue - Cirque "Backstage" - La Déferlante p. 15	Tout public	Gratuit	Square A. Pommier

### JEUDI 17 JUILLET

9h	Qi Gong sur la plage* - p. 34	À partir de 15 ans	10€	Plage des Oiseaux
10h	Atelier Bricolo/Récup* - p. 25	3/5 ans	10€	Odyssée
10h	Renforcement musculaire* - p. 36	À partir de 15 ans	10€	Espace des Oiseaux
11h	Découverte de l'acupression* - p. 34	À partir de 15 ans	10€	Plage des Oiseaux
11h	Cardio Fitness* - p. 36	À partir de 15 ans	10€	Espace des Oiseaux
13h30	Break Ados Surf* - p. 29	12/16 ans	15€	Base Nautique
14h30	Atelier Bricolo/Récup* - p. 25	6/12 ans	10€	Odyssée
19h	Concert Sergeant Pepper - Sun Océan - p. 12	Tout public	Gratuit	Base Nautique

**DIMANCHE 20  
JUILLET**  
Découverte des sports urbains : roller, trottinette, art du déplacement, hip hop, graffiti... - p. 37  
(Démonstrations gratuites - Initiations 5€)

11h		Tout public	5€	Espace des Oiseaux
10h	Baby Cuisine* - p. 24	3/5 ans	10€	Odyssée
10h	Initiation au Footbool sur la plage - p. 39	Tout public	Gratuit	Plage des Oiseaux
11h	Atelier Cuisine* - p. 24	6/12 ans	10€	Odyssée

### LUNDI 21 JUILLET

\*Activité sur inscription : [www.planetebeach.fr](http://www.planetebeach.fr) ou à Odyssée ou à l'Office de Tourisme (02 72 78 80 80) - À partir du 24 juin

## LUNDI 21 JUILLET

11h	Réflexologie plantaire sur la plage* - p. 33	À partir de 15 ans	10€	Plage des Oiseaux
9h30	Marche aquatique* - p. 35	À partir de 15 ans	10€	Base Nautique
10h	Pause Sport Padel Tennis* - p. 36	À partir de 15 ans	10€	Explora Parc
11h	Circuit Training avec vue sur la mer* - p. 35	À partir de 15 ans	10€	Espace des Oiseaux
11h	Marche aquatique - Paddle fitness avec la BN - p. 11	À partir de 12 ans	10€	Base Nautique
14h30	RDV Famille Paddle* - p. 25	12/16 ans et leur famille	10€/pers	Plan d'eau
15h30	Instant Baby Poney* - p. 22	3/5 ans	10€	Club hippique
17h & 18h	Découverte de l'astronomie dans un planétarium* p. 28	6/12 ans et leur famille	10€/pers	Odysséa
18h	Relaxation sonore en forêt* - p. 33	À partir de 15 ans	15€	Explora Parc
20h	Découverte de l'astronomie dans un planétarium* p. 28	12/16 ans et leur famille ou adulte	10€/pers	Odysséa
21h30	Théâtre de rue "Mort ou vif" - La Déferiante - p. 15	Tout public	Gratuit	Square A. Pommier

DU MARDI 22 AU  
JEUDI 24 JUILLET

14h30	Stage d'Astronomie* - p. 31	8/14 ans	65€	Odysséa
9h	Stand Up Paddle Fitness avec la Base Nautique - p. 11	À partir de 14 ans	10€	Base Nautique
9h & 10h	Yoga sur la plage* - p. 33	À partir de 15 ans	10€	Plage des Oiseaux
9h30	Paddle Fitness* - p. 35	À partir de 15 ans	10€	Plan d'eau

MERCREDI 23  
JUILLET

9h30	Marche nordique en forêt* - p. 35	À partir de 15 ans	5€	Explora Parc
10h	Minis Baby - Éveil musical* - p. 20	0/1 an	10€/enfant	Odysséa
11h	Minis Baby - Musique en famille* - p. 20	1/3 ans	10€/enfant	Odysséa
11h	Marche aquatique - Paddle fitness avec la Base Nautique - p. 11	À partir de 12 ans	10€	Base Nautique
14h30	Kid's activité Parkour* - p. 23	Tout public	10€	Complexe sportif
15h	Tournée d'été "prévention routière" - p. 39	Tout public	Gratuit	Espaces des Oiseaux
20h30	En forêt au coucher de soleil - balade ludique* - p. 28	6/12 ans et leur famille	5€/pers	Explora Parc

MERCREDI 23  
JUILLET

9h30	Marche aquatique* - p. 35	À partir de 15 ans	10€	Complexe sportif & Esplanade de la Mer
10h	Marche aquatique* - p. 35	À partir de 15 ans	10€	Base Nautique
10h	Sophrologie sur la plage* - p. 34	À partir de 15 ans	10€	Plage des Oiseaux
10h	RDV Famille "Cache-cache des animaux"* - p. 26	3/5 ans et leur famille	5€/pers	Explora Parc
10h	Trail en forêt* - p. 36	À partir de 15 ans	5€	Explora Parc
10h	Atelier T'sauveteurs* - p. 25	8/16 ans	10€	Plage des Oiseaux
10h & 11h	Pilates sur la plage* - p. 36	À partir de 15 ans	10€	Plage des Oiseaux

DU MERCREDI 23 AU  
VEND. 25 JUILLET

9h30	Marche aquatique* - p. 35	À partir de 15 ans	10€	Base Nautique
10h	Sophrologie sur la plage* - p. 34	À partir de 15 ans	10€	Plage des Oiseaux
10h	RDV Famille "Cache-cache des animaux"* - p. 26	3/5 ans et leur famille	5€/pers	Explora Parc
10h	Trail en forêt* - p. 36	À partir de 15 ans	5€	Explora Parc
10h	Atelier T'sauveteurs* - p. 25	8/16 ans	10€	Plage des Oiseaux
10h & 11h	Pilates sur la plage* - p. 36	À partir de 15 ans	10€	Plage des Oiseaux

## JEUDI 24 JUILLET

9h30	Marche aquatique* - p. 35	À partir de 15 ans	10€	Base Nautique
10h	Sophrologie sur la plage* - p. 34	À partir de 15 ans	10€	Plage des Oiseaux
10h	RDV Famille "Cache-cache des animaux"* - p. 26	3/5 ans et leur famille	5€/pers	Explora Parc
10h	Trail en forêt* - p. 36	À partir de 15 ans	5€	Explora Parc
10h	Atelier T'sauveteurs* - p. 25	8/16 ans	10€	Plage des Oiseaux
10h & 11h	Pilates sur la plage* - p. 36	À partir de 15 ans	10€	Plage des Oiseaux

\*Activité sur inscription : [www.planetebeach.fr](http://www.planetebeach.fr) ou à Odysséa ou à l'Office de Tourisme (02 72 78 80 80) - À partir du 24 juin

\*Activité sur inscription : [www.planetebeach.fr](http://www.planetebeach.fr) ou à Odysséa ou à l'Office de Tourisme (02 72 78 80 80) - À partir du 24 juin

11h	Marche aquatique - Paddle fitness avec la BN - p. 11	À partir de 12 ans	10€	Base Nautique
14h30	RDV Famille Jeu de piste* - p. 27	6/12 ans et leur famille	À partir de 15€/15€/ famille	Départ Espace des Oiseaux
15h	Massages* - p. 34	À partir de 15 ans	75€	Odysséa
18h30	Tournoi de Feetboot* - p. 38	À partir de 8 ans	5€/ pers	Plage des Oiseaux
10h	Atelier Bricolo/Récup* - p. 25	3/5 ans	10€	Odysséa
10h	Renforcement musculaire* - p. 36	À partir de 15 ans	10€	Espace des Oiseaux
11h	Découverte de l'acrosport* - p. 34	À partir de 15 ans	10€	Plage des Oiseaux
11h	Cardio Fitness* - p. 36	À partir de 15 ans	10€	Espace des Oiseaux
14h30	Break Ados Parkour* - p. 29	12/16 ans	10€	Espace des Oiseaux
14h30	Atelier Bricolo/Récup* - p. 25	6/12 ans	10€	Odysséa
19h	Concert Harvest Folk - Sun Océan - p. 12	Tout public	Gratuit	Base Nautique
10h	Baby Cuisine* - p. 24	3/5 ans	10€	Odysséa
10h	Initiation au Feetboot sur la plage - p. 39	Tout public	Gratuit	Plage des Oiseaux
11h	Atelier Cuisine* - p. 24	6/12 ans	10€	Odysséa
11h	Réflexologie plantaire sur la plage* - p. 33	À partir de 15 ans	10€	Plage des Oiseaux
9h30	Marche aquatique* - p. 35	À partir de 15 ans	10€	Base Nautique

\*Activité sur inscription : [www.planetebeach.fr](http://www.planetebeach.fr) ou à Odysséa ou à l'Office de Tourisme (02 72 78 80 80) - À partir du 24 juin

### LUNDI 28 JUILLET

### MARDI 29 JUILLET

11h	Circuit Training avec vue sur la mer* - p. 35	À partir de 15 ans	10€	Espace des Oiseaux
11h	Marche aquatique - Paddle fitness avec la BN - p. 11	À partir de 12 ans	10€	Base Nautique
13h30	Pause Sport Char à voile* - p. 37	À partir de 15 ans	15€	Base Nautique
14h30	RDV Famille Kayak* - p. 25	6/12 ans et leur famille	10€/ pers	Plan d'eau
15h	Instant Baby Trotinette* - p. 22	3/5 ans	10€	Eplanade de la Mer
17h & 18h	Découverte de l'astronomie dans un planétarium* p. 28	6/12 ans et leur famille	10€/ pers	Odysséa
18h	Relaxation sonore en forêt* - p. 33	À partir de 15 ans	15€	Explora Parc
20h	Découverte de l'astronomie dans un planétarium* p. 28	12/16 ans et leur famille ou adulte	10€/ pers	Odysséa
21h30	Théâtre de rue - Cirque "Viri" - La Déferlante - p. 15	Tout public	Gratuit	Square A. Pommier

### DU MARDI 29 JUIL. AU VEN. 1<sup>ER</sup> AOÛT

### MERCREDI 30 JUILLET

10h	Stage Trotinette* - p. 30	8/16 ans	55€	Eplanade de la Mer
9h	Stand Up Paddle Fitness avec la Base Nautique - p. 11	À partir de 14 ans	10€	Base Nautique
9h & 10h	Yoga sur la plage* - p. 33	À partir de 15 ans	10€	Plage des Oiseaux
9h30	Paddle Fitness* - p. 35	À partir de 15 ans	10€	Plan d'eau
9h30	Marche nordique en forêt* - p. 35	À partir de 15 ans	5€	Explora Parc
10h	Minis Baby - Motricité libre* - p. 21	0/3 ans	10€/ enfant	Odysséa
11h	Marche aquatique - Paddle fitness avec la BN - p. 11	À partir de 12 ans	10€	Base Nautique

\*Activité sur inscription : [www.planetebeach.fr](http://www.planetebeach.fr) ou à Odysséa ou à l'Office de Tourisme (02 72 78 80 80) - À partir du 24 juin

**MERCREDI 30  
JUILLET**

14h30	Kid's activité Trotinette* - p. 23	6/12 ans	10€	Eplanade de la Mer
21h	En forêt au coucher de soleil - loupes garous* - p. 28	10/16 ans et leur famille	5€/pers	Explora Parc

**DU MERCREDI  
30 JUILLET AU  
VENDREDI 1<sup>ER</sup> AOÛT**

9h30	Stage Théâtre* - p. 32	À partir de 8 ans	65€	Odyssée
9h30	Marche aquatique* - p. 35	À partir de 15 ans	10€	Base Nautique
10h	Sophtologie sur la plage* - p. 34	À partir de 15 ans	10€	Plage des Oiseaux
10h	RDV Famille "Chasse aux trésors en forêt"* - p. 26	3/5 ans et leur famille	5€/pers	Explora Parc
10h	Trail en forêt* - p. 36	À partir de 15 ans	5€	Explora Parc
10h	Atelier T1'sauveteurs* - p. 25	8/16 ans	10€	Plage des Oiseaux
10h & 11h	Pilates sur la plage* - p. 36	À partir de 15 ans	10€	Plage des Oiseaux
11h	Marche aquatique - Paddle fitness avec la BN - p. 11	À partir de 12 ans	10€	Base Nautique
14h30	RDV Famille Course d'orientation* - p. 27	6/12 ans et leur famille	10€/famille	Explora Parc
15h	Massages* - p. 34	À partir de 15 ans	75€	Odyssée
18h	Rencontre : silences on échange ! avec Jean-Charles Gaudin - p. 3	Tout public	Gratuit	Odyssée
18h30	Tournoi de Beach Volley* - p. 38	À partir de 12 ans	5€/pers	Plage des Oiseaux

**JEUDI 31 JUILLET**

\*Activité sur inscription : [www.planetebeach.fr](http://www.planetebeach.fr) ou à Odyssée ou à l'Office de Tourisme (02 72 78 80 80) - À partir du 24 juin

**VENDREDI 1<sup>ER</sup> AOÛT**

9h	Qi Gong sur la plage* - p. 34	À partir de 15 ans	10€	Plage des Oiseaux
10h	Atelier Bricolo/Récup* - p. 25	3/5 ans	10€	Odyssée
10h	Renforcement musculaire* - p. 36	À partir de 15 ans	10€	Espace des Oiseaux
11h	Découverte de l'acupression* - p. 34	À partir de 15 ans	10€	Plage des Oiseaux
11h	Cardio Fitness* - p. 36	À partir de 15 ans	10€	Espace des Oiseaux
14h30	Atelier Bricolo/Récup* - p. 25	6/12 ans	10€	Odyssée
14h30	Break Ados Trotinette* - p. 29	12/16 ans	10€	Skatepark
19h	Concert Groupe Cocktail - Sun Océan - p. 13	Tout public	Gratuit	Base Nautique

**DIMANCHE 3 AOÛT**

11h	Escalade et accrobranche (Inscriptions sur place) p. 37	Tout public	5€	Espace des Oiseaux
-----	---	-------------	----	--------------------

10h	Baby Cuisine* - p. 24	3/5 ans	10€	Odyssée
10h	Initiation au Footbool sur la plage - p. 39	Tout public	Gratuit	Plage des Oiseaux
11h	Atelier Cuisine* - p. 24	6/12 ans	10€	Odyssée
11h	Réflexologie plantaire sur la plage* - p. 33	À partir de 15 ans	10€	Plage des Oiseaux
9h30	Marche aquatique* - p. 35	À partir de 15 ans	10€	Base Nautique

10h	Pause Sport Paddle* - p. 37	À partir de 15 ans	10€	Plan d'eau
10h	Tournée des plages "Pitch" - p. 39	Tout public	Gratuit	Plage des Oiseaux
11h	Circuit Training avec vue sur la mer* - p. 35	À partir de 15 ans	10€	Espace des Oiseaux
11h	Marche aquatique - Paddle fitness avec la BN - p. 11	À partir de 12 ans	10€	Base Nautique

**MARDI 5 AOÛT**

\*Activité sur inscription : [www.planetebeach.fr](http://www.planetebeach.fr) ou à Odyssée ou à l'Office de Tourisme (02 72 78 80 80) - À partir du 24 juin

14h30	RDV Famille Paddle* - p. 25	12/16 ans et leur famille	10€/pers	Plan d'eau
<b>MARDI 5 AOÛT</b>				
15h	Instant Baby Cirque* - p. 22	3/5 ans	10€	Odyssée
18h	Relaxation sonore en forêt* - p. 33	À partir de 15 ans	15€	Explora Parc
21h30	Concert "En passant"* - p. 16	Tout public	Gratuit	Place de l'Europe
10h30	Stage de Cirque* - p. 31	8/16 ans	65€	Odyssée
9h & 10h	Yoga sur la plage* - p. 33	À partir de 15 ans	10€	Plage des Oiseaux
9h30	Paddle Fitness* - p. 35	À partir de 15 ans	10€	Plan d'eau
9h30	Marche nordique en forêt* - p. 35	À partir de 15 ans	5€	Explora Parc
10h	Minis Baby - Danse avec bébé* - p. 21	0/1 an	10€/enfant	Odyssée
11h	Minis Baby - Danse avec bébé* - p. 21	1/3 ans	10€/enfant	Odyssée
11h	Marche aquatique - Paddle fitness avec la BN - p. 11	À partir de 12 ans	10€	Base Nautique
14h30	Kid's activité Parcours du combattant* - p. 23	6/12 ans	10€	Plage des Oiseaux
16h - 18h30	Tournois Just Dance - p. 43	À partir de 6 ans	Gratuit	Médiathèque
20h	En forêt au coucher de soleil - balade ludique* p. 28	6/12 ans et leur famille	5€/pers	Explora Parc

\*Activité sur inscription : [www.planetebeach.fr](http://www.planetebeach.fr) ou à Odyssée ou à l'Office de Tourisme (02 72 78 80 80) - À partir du 24 juin

10h	Stage Petits explorateurs en forêt* - p. 32	8/16 ans	65€	Explora Parc
<b>DU MERCREDI 6 AU VENDREDI 8 AOÛT</b>				
9h30	Marche aquatique* - p. 35	À partir de 15 ans	10€	Base Nautique
10h	Sophtrologie sur la plage* - p. 34	À partir de 15 ans	10€	Plage des Oiseaux
10h	Trail en forêt* - p. 36	À partir de 15 ans	5€	Explora Parc
10h	Atelier T'sauveteurs* - p. 25	8/16 ans	10€	Plage des Oiseaux
10h & 11h	Plates sur la plage* - p. 36	À partir de 15 ans	10€	Plage des Oiseaux
11h	Marche aquatique - Paddle fitness avec la BN - p. 11	À partir de 12 ans	10€	Base Nautique
14h	RDV Famille Cirque* - p. 27	6/12 ans et leur famille	10€/pers	Odyssée
15h	Massages* - p. 34	À partir de 15 ans	75€	Odyssée
16h30	RDV Famille Cirque* - p. 26	3/5 ans et leur famille	10€/pers	Odyssée
18h30	Tournoi de Beach Volley* - p. 38	À partir de 12 ans	5€/pers	Plage des Oiseaux
21h	Théâtre de rue - Cirque "Gargarne is not dead" - La Déferlante - p. 17	Tout public	Gratuit	Place de l'Europe
9h	Qi Gong sur la plage* - p. 34	À partir de 15 ans	10€	Plage des Oiseaux
10h	Atelier Bricolo/Récup* - p. 25	3/5 ans	10€	Odyssée

\*Activité sur inscription : [www.planetebeach.fr](http://www.planetebeach.fr) ou à Odyssée ou à l'Office de Tourisme (02 72 78 80 80) - À partir du 24 juin

10h	Renforcement musculaire* - p. 36	À partir de 15 ans	10€	Espace des Oiseaux
11h	Découverte de l'acupression* - p. 34	À partir de 15 ans	10€	Plage des Oiseaux
11h	Cardio Fitness* - p. 36	À partir de 15 ans	10€	Espace des Oiseaux
14h	Break Ados Cirque aérien* - p. 29	12/16 ans	10€	Odyssée
14h30	Atelier Bricolo/Récup* - p. 25	6/12 ans	10€	Odyssée
16h	Tournois Fall Guys - p. 43	À partir de 6 ans	Gratuit	Médiathèque
19h	Concert Chanson d'Occasion - Sun Océan - p. 13	Tout public	Gratuit	Base Nautique
10h	Baby Cuisine* - p. 24	3/5 ans	10€	Odyssée
11h	Atelier Cuisine* - p. 24	6/12 ans	10€	Odyssée
11h	Réflexologie plantaire sur la plage* - p. 33	À partir de 15 ans	10€	Plage des Oiseaux
14h30	Tournée des plages "NRJ Summer Tour" - p. 39	Tout public	Gratuit	Plage des Oiseaux
18h	Rencontre : silence on échange ! avec Victor Cesca - p. 3	Tout public	Gratuit	Odyssée
9h30	Marche aquatique* - p. 35	À partir de 15 ans	10€	Base Nautique
10h	Instant Baby Gym* - p. 21	3/5 ans	10€	Complexe sportif
11h	Circuit Training avec vue sur la mer* - p. 35	À partir de 15 ans	10€	Espace des Oiseaux
11h	Marche aquatique - Paddle fitness avec la Base Nautique - p. 11	À partir de 12 ans	10€	Base Nautique
14h	Pause Sport Catamaran* - p. 37	À partir de 15 ans	15€	Base Nautique

### MARDI 12 AOÛT

\*Activité sur inscription : [www.planetebeach.fr](http://www.planetebeach.fr) ou à Odyssée ou à l'Office de Tourisme (02 72 78 80 80) - À partir du 24 juin

14h30	RDV Famille Kayak* - p. 25	6/12 ans et leur famille	10€/pers	Plan d'eau
17h & 18h	Découverte de l'astronomie dans un planétarium* p. 28	6/12 ans et leur famille	10€/pers	Odyssée
18h	Relaxation sonore en forêt* - p. 33	À partir de 15 ans	15€	Explora Parc
20h	Découverte de l'astronomie dans un planétarium* p. 28	12/16 ans et leur famille ou adulte	10€/pers	Odyssée
21h30	Concert "Rosaway" - La Déferlante - p. 17	Tout public	Gratuit	Square A. Pommier

### DU MARDI 12 AU VENDREDI 15 AOÛT

10h30	Stage BMW* - p. 31	8/16 ans	65€	Espace des Oiseaux
9h	Stand Up Paddle Fitness avec la Base Nautique - p. 11	À partir de 14 ans	10€	Base Nautique
9h & 10h	Yoga sur la plage* - p. 33	À partir de 15 ans	10€	Plage des Oiseaux
9h30	Paddle Fitness* - p. 35	À partir de 15 ans	10€	Plan d'eau
9h30	Marche nordique en forêt* - p. 35	À partir de 15 ans	5€	Explora Parc
10h	Minis Baby - Motricité libre* - p. 21	0/3 ans	10€/enfant	Odyssée
11h	Marche aquatique - Paddle fitness avec la BN - p. 11	À partir de 12 ans	10€	Base Nautique
14h - 18h	Braderie d'été - p. 44 (vente de livres, magazines, CD)	Tout public	Payant	Hôtel de Ville
14h30	Kid's activité BMW* - p. 24	8/12 ans	10€	Espace des Oiseaux
15h	Kid's activité Poneys* - p. 23	6/8 ans	10€	Club hippique

### MERCREDI 13 AOÛT

\*Activité sur inscription : [www.planetebeach.fr](http://www.planetebeach.fr) ou à Odyssée ou à l'Office de Tourisme (02 72 78 80 80) - À partir du 24 juin

**MERCREDI 13 AOÛT****En forêt au coucher de soleil - loups garous\* - p. 28**

20h30

10/16 ans et leur famille

Explora Parc

5€/pers

**DU MERCREDI 13  
AU VEND. 15 AOÛT****Stage Cuisine\* - p. 32**

11h

À partir de 8 ans

65€

Odyssée

**Marche aquatique\* - p. 35**

9h30

À partir de 15 ans

10€

Base Nautique

**Sophrologie sur la plage\* - p. 34**

10h

À partir de 15 ans

10€

Plage des Oiseaux

**RDV Famille "Sentier va-nu-pieds"\* - p. 26**

10h

3/5 ans et leur famille

5€/pers

Explora Parc

**Trail en forêt\* - p. 36**

10h

À partir de 15 ans

5€

Explora Parc

**Atelier T'sauveteurs\* - p. 25**

10h

8/16 ans

10€

Plage des Oiseaux

**Pilates sur la plage\* - p. 36**

10h &amp; 11h

À partir de 15 ans

10€

Plage des Oiseaux

**JEUDI 14 AOÛT****Marche aquatique - Paddle fitness avec la BN - p. 11**

11h

À partir de 12 ans

10€

Base Nautique

**RDV Famille Jeu de piste\* - p. 27**

14h30

6/12 ans et leur famille

À partir de 15€/famille

Départ espace des Oiseaux

**Massages\* - p. 34**

15h

À partir de 15 ans

75€

Odyssée

**Tournol de Feetboot\* - p. 38**

18h30

À partir de 8 ans

5€/pers

Plage des Oiseaux

**VENDREDI 15 AOÛT****Qi Gong sur la plage\* - p. 34**

9h

À partir de 15 ans

10€

Plage des Oiseaux

**Atelier Bricolo/Récup\* - p. 25**

10h

3/5 ans

10€

Odyssée

**\*Activité sur inscription : [www.planetebeach.fr](http://www.planetebeach.fr) ou à Odyssée ou à l'Office de Tourisme (02 72 78 80 80) - À partir du 24 juin****Renforcement musculaire\* - p. 36**

10h

À partir de 15 ans

10€

Espace des Oiseaux

**Découverte de l'acupression\* - p. 34**

11h

À partir de 15 ans

10€

Plage des Oiseaux

**Cardio Fitness\* - p. 36**

11h

À partir de 15 ans

10€

Espace des Oiseaux

**Atelier Bricolo/Récup\* - p. 25**

14h30

6/12 ans

10€

Odyssée

**Break Ados Laser Tag\* - p. 30**

17h30

12/16 ans

10€

Explora Parc

**Feu d'artifice par Jacques Couturier - p. 8**

22h30

Tout public

Gratuit

Plage des Oiseaux

**DU SAMEDI 16 AU  
LUNDI 18 AOÛT****Tournée des plages "Destination Jeux" - p. 39**

17h

Tout public

Gratuit

Espace des Oiseaux

**Baby Cuisine\* - p. 24**

10h

3/5 ans

10€

Odyssée

**Atelier Cuisine\* - p. 24**

11h

6/12 ans

10€

Odyssée

**Réflexologie plantaire sur la plage\* - p. 33**

11h

À partir de 15 ans

10€

Plage des Oiseaux

**Rencontre : silence on échange !  
avec Jacques Raifin - p. 3**

18h

Tout public

Gratuit

Odyssée

**Marche aquatique\* - p. 35**

9h30

À partir de 15 ans

10€

Base Nautique

**Circuit Training avec vue sur la mer\* - p. 35**

11h

À partir de 15 ans

10€

Espace des Oiseaux

**Marche aquatique - Paddle fitness avec la BN - p. 11**

11h

À partir de 12 ans

10€

Base Nautique

**Pause Sport Roller\* - p. 37**

14h

À partir de 15 ans

10€

Esplanade de la Mer

**RDV Famille Paddle\* - p. 25**

14h30

12/16 ans et leur famille

10€/pers

Plan d'eau

**\*Activité sur inscription : [www.planetebeach.fr](http://www.planetebeach.fr) ou à Odyssée ou à l'Office de Tourisme (02 72 78 80 80) - À partir du 24 juin**

15h	Instant Baby Roller* - p.22	3/5 ans	10€	Eplanade de la Mer
17h & 18h	Découverte de l'astronomie dans un planétarium* p.28	6/12 ans et leur famille	10€/pers	Odyssée
18h	Relaxation sonore en forêt* - p.33	À partir de 15 ans	15€	Explora Parc
20h	Découverte de l'astronomie dans un planétarium* p.28	12/16 ans et leur famille ou adulte	10€/pers	Odyssée
21h30	Spactacle - Danse "Lévitator" - La Déferlante - p.18	Tout public	Gratuit	Place de l'Europe
18h	Stage Danse Hip Hop* - p.31	8/16 ans	55€	Odyssée
9h	Stand Up Paddle Fitness avec la Base Nautique - p.11	À partir de 14 ans	10€	Base Nautique
9h & 10h	Yoga sur la plage* - p.33	À partir de 15 ans	10€	Plage des Oiseaux
9h30	Paddle Fitness* - p.35	À partir de 15 ans	10€	Plan d'eau
9h30	Marche nordique en forêt* - p.35	À partir de 15 ans	5€	Explora Parc
10h	Minis Baby - Éveil des sens* - p.20	0/3 ans	10€/famille	Odyssée
11h	Marche aquatique - Paddle fitness avec la BN - p.11	À partir de 12 ans	10€	Base Nautique
14h30	Kid's activité Roller* - p.23	6/12 ans	10€	Eplanade de la Mer
20h	En forêt au coucher de soleil - balade ludique* p.28	6/12 ans et leur famille	5€/pers	Explora Parc

\*Activité sur inscription : [www.planetebeach.fr](http://www.planetebeach.fr) ou à Odyssée ou à l'Office de Tourisme (02 72 78 80 80) - À partir du 24 juin

### DU MERCREDI 20 AU VEND. 22 AOÛT

10h	Stage Graffitis* - p.32	10/16 ans	65€	Espace des Oiseaux
9h30	Marche aquatique* - p.35	À partir de 15 ans	10€	Base Nautique
10h	Sophrologie sur la plage* - p.34	À partir de 15 ans	10€	Plage des Oiseaux
10h	RDV Famille "Câlin le lapin"* - p.26	3/5 ans et leur famille	5€/pers	Explora Parc
10h	Trail en forêt* - p.36	À partir de 15 ans	5€	Explora Parc
10h	Atelier TI'sauveteurs* - p.25	8/16 ans	10€	Plage des Oiseaux
10h & 11h	Pilates sur la plage* - p.36	À partir de 15 ans	10€	Plage des Oiseaux
11h	Marche aquatique - Paddle fitness avec la BN - p.11	À partir de 12 ans	10€	Base Nautique
14h30	RDV Famille Fabrication d'un nichoir en forêt* p.28	6/12 ans et leur famille	5€/pers	Explora Parc
15h	Massages* - p.34	À partir de 15 ans	75€	Odyssée
18h30	Tournoi de Beach Volley* - p.38	À partir de 12 ans	5€/pers	Plage des Oiseaux
9h	Qi Gong sur la plage* - p.34	À partir de 15 ans	10€	Plage des Oiseaux
10h	Atelier Bricolo/Récup* - p.25	3/5 ans	10€	Odyssée
10h	Renforcement musculaire* - p.36	À partir de 15 ans	10€	Espace des Oiseaux
11h	Découverte de l'acupression* - p.34	À partir de 15 ans	10€	Plage des Oiseaux

### JEUDI 21 AOÛT

15h	Massages* - p.34	À partir de 15 ans	75€	Odyssée
18h30	Tournoi de Beach Volley* - p.38	À partir de 12 ans	5€/pers	Plage des Oiseaux
9h	Qi Gong sur la plage* - p.34	À partir de 15 ans	10€	Plage des Oiseaux
10h	Atelier Bricolo/Récup* - p.25	3/5 ans	10€	Odyssée
10h	Renforcement musculaire* - p.36	À partir de 15 ans	10€	Espace des Oiseaux
11h	Découverte de l'acupression* - p.34	À partir de 15 ans	10€	Plage des Oiseaux

### VENDREDI 22 AOÛT

15h	Massages* - p.34	À partir de 15 ans	75€	Odyssée
18h30	Tournoi de Beach Volley* - p.38	À partir de 12 ans	5€/pers	Plage des Oiseaux
9h	Qi Gong sur la plage* - p.34	À partir de 15 ans	10€	Plage des Oiseaux
10h	Atelier Bricolo/Récup* - p.25	3/5 ans	10€	Odyssée
10h	Renforcement musculaire* - p.36	À partir de 15 ans	10€	Espace des Oiseaux
11h	Découverte de l'acupression* - p.34	À partir de 15 ans	10€	Plage des Oiseaux

\*Activité sur inscription : [www.planetebeach.fr](http://www.planetebeach.fr) ou à Odyssée ou à l'Office de Tourisme (02 72 78 80 80) - À partir du 24 juin

	11h	Cardio Fitness* - p. 36	À partir de 15 ans	10€	Espace des Oiseaux
<b>VENDREDI 22 AOÛT</b>	14h30	Atelier Bricolo/Récup* - p. 25	6/12 ans	10€	Odyssée
	15h	Break Ados Équitation* - p. 30	12/16 ans	15€	Club hippique
<b>LUNDI 25 AOÛT</b>	11h	Réflexologie plantaire sur la plage* - p. 33	À partir de 15 ans	10€	Plage des Oiseaux
	9h30	Marche aquatique* - p. 35	À partir de 15 ans	10€	Base Nautique
	10h	Instant Baby Accrobranche* - p. 22	3/5 ans	10€	Explora Parc
	11h	Circuit Training avec vue sur la mer* - p. 35	À partir de 15 ans	10€	Espace des Oiseaux
<b>MARDI 26 AOÛT</b>	11h	Marche aquatique - Paddle fitness avec la BN - p. 11	À partir de 12 ans	10€	Base Nautique
	18h	Relaxation sonore en forêt* - p. 33	À partir de 15 ans	15€	Explora Parc
	21h30	Théâtre de rue "La symphonie des chauve-souris" - La Déferlante - p. 18	Tout public	Gratuit	Square A. Pommier
	9h	Stand Up Paddle Fitness avec la Base Nautique - p. 11	À partir de 14 ans	10€	Base Nautique
	9h	Yoga sur la plage* - p. 33	À partir de 15 ans	10€	Plage des Oiseaux
<b>MERCREDI 27 AOÛT</b>	9h30	Paddle Fitness* - p. 35	À partir de 15 ans	10€	Plan d'eau
	9h30	Marche nordique en forêt* - p. 35	À partir de 15 ans	5€	Explora Parc
	10h	Kid's activité Accrobranche* - p. 24	6/12 ans	10€	Explora Parc
	11h	Marche aquatique - Paddle fitness avec la BN - p. 11	À partir de 12 ans	10€	Base Nautique
	9h30	Marche aquatique* - p. 35	À partir de 15 ans	10€	Base Nautique
<b>JEUDI 28 AOÛT</b>	10h	Pilates sur la plage* - p. 36	À partir de 15 ans	10€	Plage des Oiseaux

\*Activité sur inscription : [www.planetebeach.fr](http://www.planetebeach.fr) ou à Odyssée ou à l'Office de Tourisme (02 72 78 80 80) - À partir du 24 juin

	14h30	RDV Famille Course d'orientation* - p. 28	6/12 ans et leur famille	10€/ famille	Plan d'eau
<b>JEUDI 28 AOÛT</b>	15h	Massages* - p. 34	À partir de 15 ans	75€	Odyssée
<b>VENDREDI 29 AOÛT</b>	10h	Renforcement musculaire* - p. 36	À partir de 15 ans	10€	Espace des Oiseaux
<b>DU LUNDI 8 AU SAMEDI 27 SEPT.</b>		Exposition "Le revers de mon look : quels impacts ont mes vêtements sur la planète" - p. 44 (Pendant les heures d'ouverture)	À partir de 10 ans	Gratuit	Médiathèque
<b>SAMEDI 13 SEPT.</b>	10h30	Atelier DIY : fabriquer une éponge Tawashii - p. 44	À partir de 10 ans	Gratuit	Médiathèque
<b>LES 16, 19 ET 23 SEPTEMBRE</b>	18h30	Stage de reliure - p. 45	À partir de 13 ans	Gratuit	Médiathèque
<b>MERCREDI 24 SEPT.</b>	18h30	Autrement dit - p. 45	À partir de 16 ans	Gratuit	Médiathèque
<b>VENDREDI 26 SEPT.</b>	20h30	Spectacle "À la ligne" - p. 45	À partir de 13 ans	Gratuit	Médiathèque
<b>SAMEDI 27 &amp; DIMANCHE 28 SEPT.</b>	10h	Caval' Océane - p. 9	Tout public	Gratuit	Plage

**Conception & réalisation :** Ville de Saint-Jean-de-Monts et SEMI Saint Jean Activités.

**Credits photos :** Ville de Saint-Jean-de-Monts, SEMI Saint Jean Activités, OTI Pays de Saint-Jean-de-Monts - Michel Arnaud - Florian Peroud, Sun Ocean - Chanson d'Occasion/ Nicolas Michon/ Harvest/ Cocktail, Foot Océane - Benoît Nauilleu / Imprimerie Soulard, Visuel Triathlon - Loran-g / Dorian Auvinne/ Fred Biron, Visuel La Déferlante - illustration - Moon / design graphique - Plasticbionic, Silenbichon, Ceo, Thyra, Maxime Avon, Rosaway, Jean-Camille Goinard, Anne Flageul, Festival Réveillons-nous ; Jean-François Robert, Médiathèque : Ademe, Julien Pilet, Adobe Stock, Freepik, Unsplash.

**Impression :** IMPRIMERIE BELZ - 68 boulevard de l'Industrie - Zone Act-Sud - 85000 La Roche sur Yon

**Contact :** Ville de Saint-Jean-de-Monts, 18, rue de la Plage - 85160 Saint-Jean-de-Monts - Tél. : 02.51.59.97.00

Courriel : [relation.usagers@mairie-saintjeandemonts.fr](mailto:relation.usagers@mairie-saintjeandemonts.fr) - [www.saintjeandemonts.fr](http://www.saintjeandemonts.fr)

Agenda imprimé en encres végétales et sur du papier issu de forêts durablement gérées. Tirage à 35 000 exemplaires.

\*Activité sur inscription : [www.planetebeach.fr](http://www.planetebeach.fr) ou à Odyssée ou à l'Office de Tourisme (02 72 78 80 80) - À partir du 24 juin

## POUR VOUS ACCOMPAGNER DANS VOS ACTIVITÉS

### Office de Tourisme

67, esplanade de la Mer  
85160 Saint-Jean-de-Monts  
Tél : 02 72 78 80 80

[www.paysdesaintjeandemonts.fr](http://www.paysdesaintjeandemonts.fr)  
[accueil.sjdm@paysdesaintjeandemonts.fr](mailto:accueil.sjdm@paysdesaintjeandemonts.fr)

Suivez les actualités sur



Partenaires :

