

# PASS Grand Stade

## Structures disponibles en illimité !

Le « PASS Grand Stade » vous permettra de faire une activité sportive quand vous le souhaitez du lundi au vendredi.

Structures disponibles en illimité : salle de musculation, cours de fitness, courts de squash, terrains de tennis intérieurs et extérieurs, terrains de padel extérieurs, location de matériel (balles, raquettes, etc...), sauna, piscine et espace détente avec WIFI gratuit.

*Réservation obligatoire des activités.*

*Possibilité de cours à l'unité (infos & paiement à Grand Stade les Capellans).*

90€  
la semaine



**PASS valables en septembre 2020,**  
disponibles à l'Office de Tourisme, Grand Stade les Capellans,  
et aux Collections de Saint-Cyprien.

### Renseignements & inscriptions

- > Office de Tourisme : 04 68 21 01 33
- > Grand Stade les Capellans : 04 68 37 32 00
- > Collections de Saint Cyprien : 04 68 21 06 96

[www.tourisme-saint-cyprien.com](http://www.tourisme-saint-cyprien.com)



Rejoignez-nous



© Conception : Office de Tourisme de Saint-Cyprien



# PASS Culture

## Découvrez les pépites culturelles !

Que diriez-vous de profiter de toutes les activités culturelles de Saint-Cyprien ?



Le « PASS Culture » vous donnera l'opportunité de découvrir le cœur historique de Saint-Cyprien et ses richesses patrimoniales ainsi que les essences rares du Jardin des Plantes.

Vous pourrez également admirer l'exposition en cours avec un guide expérimenté aux Collections de Saint-Cyprien après un petit-déjeuner offert.

**10€**  
la semaine

MARDI	MERCREDI	VENDREDI
---	<b>9h30</b> Visite guidée du Jardin des Plantes	<b>10h - 12h</b> Découverte des Collections, petit-déjeuner offert
<b>18h</b> Visite guidée du cœur historique de Saint-Cyprien	---	---

- **Visite guidée du cœur de Saint-Cyprien** : le cœur historique de Saint-Cyprien et ses richesses patrimoniales, place de l'église (village). Tous les mardis à 18h - RDV église (5€ la visite individuelle).
- **Visite guidée du Jardin des Plantes** : découverte des essences rares du Jardin des Plantes (rue Verdi). Tous les mercredis à 9h30 (2€ la visite en individuel, gratuit pour les moins de 18 ans).
- **Découverte des Collections** : un parcours artistique ludique autour de l'exposition en cours. 10h-12h après un petit déjeuner offert - Les Collections de Saint-Cyprien, village (5€ la découverte en individuel).

*Réservation obligatoire des activités.*

*Le prix d'une visite individuelle au Jardin des Plantes est de 2€ (gratuit pour les moins de 18 ans).*

# PASS Sport / détente

## Restez en forme pendant votre séjour !

Le « PASS Sport / détente » vous permettra de participer à un grand nombre d'activités sportives à Grand Stade les Capellans.

Il vous donnera accès à plus d'une vingtaine de cours du lundi au vendredi. N'oubliez pas vos baskets pour ce programme sportif.

**30€**  
la semaine



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<b>8h15 - 9h</b> • Gym douce <b>9h15 - 10h</b> • Step1 • Réveil musculaire Salle Platane (Mas Capellans) <b>10h15 - 11h</b> • Pilates <b>11h - 11h30</b> • Stretch <b>12h30 - 13h15</b> • CAF	<b>9h15 - 10h</b> • TCAF <b>10h30 - 11h</b> • Gym ball Salle Pin (Mas Capellans) <b>10h15 - 11h</b> • Cross training <b>12h30 - 13h15</b> • Flash abdos + stretch	<b>8h15 - 9h</b> • Gym douce <b>9h15 - 10h</b> • Body barre • CAF Salle Pin (Mas Capellans) <b>10h15 - 11h</b> • Cardio dance Salle Pin (Mas Capellans) • Spinning <b>12h30 - 13h15</b> • Pilates Salle Pin (Mas Capellans)	<b>9h15 - 10h</b> • CAF • Yoga postural Salle Pin (Mas Capellans) <b>10h - 11h</b> • Marche nordique RDV Mas Capellans <b>10h15 - 11h</b> • U Bound <b>12h30 - 13h15</b> • Body barre	<b>8h15 - 9h</b> • Gym douce <b>9h15 - 10h</b> • TBC <b>10h15 - 11h</b> • Body barre <b>11h - 11h30</b> • Stretch <b>12h30 - 13h15</b> • TCAF
<b>18h - 18h30</b> • Spinning <b>18h30 - 19h15</b> • Cross training • CAF • Cardio dance Salle Pin (Mas Capellans) <b>19h30 - 20h15</b> • Body sculpt Salle Pin (Mas Capellans) • Zumba	<b>18h30 - 19h15</b> • U Bound <b>19h30 - 20h15</b> • Pilates	<b>18h30 - 19h15</b> • Step1 • Course obstacles • Cardio dance Salle Peuplier (Mas Capellans) <b>19h30 - 20h15</b> • Body barre	<b>18h - 18h45</b> • Body sculpt Salle Peuplier (Mas Capellans) <b>18h30 - 19h15</b> • Cuisses fessiers <b>19h30 - 20h15</b> • Flash abdos + stretch	<b>18h30 - 19h15</b> • Course obstacles • Body barre • Pilates Salle Platane (Mas Capellans) <b>19h30 - 20h15</b> • Salsa Salle Platane (Mas Capellans) • Spinning

*Réservation obligatoire des activités suivantes : spinning, cross training et course d'obstacles.*

*Possibilité de cours à l'unité pour 10€. Gym douce dans les jardins de Grand Stade.*