

SAMEDI 1^{ER} AOÛT 2015

PROGRAMME
Sport
Nature
Culture



Trail du Grand Ouest
Activités nautiques
Animations culturelles

GRATUIT

+ d'infos sur capalouest.re



SAMEDI 1^{ER} AOÛT 2015

Sur le littoral ou dans les Hauts, profitez des activités de pleine nature !

CAP AU LARGE

La mer et les sports nautiques en toute sécurité, accessibles à tous !

Activités nautiques grand public (9h-16h) **GRATUITES ET ENCADRÉES**

Initiation **voile en catamarans, optimists et voilier collectif**

Courses de vitesse en catamaran (selon météo)

Initiation en **voilier handi** adapté Néo 495 

Initiation **canoë kayak, Dragon Boat, avirons**

Circuit ou mini courses en **kayak, Dragon boat** et **avirons** de mer

Baptêmes de plongée au Cap La Houssaye (**inscription préalable obligatoire au 0692 86 39 47**)

Inscriptions sur place le jour même (sauf plongée) – Infos :

Base Nautique des Mascareignes (**Le Port Ouest**) – 0262 55 18 35

Club Nautique de Saint-Paul (**la Baie**) – 0262 22 56 46 / 0693 00 12 34

Base Nautique de l'Ouest (**Saint-Gilles Les Bains**) – 0262 44 52 59

5^e ÉDITION DU TRAIL ET SEMI-TRAIL DU GRAND OUEST

Inscriptions avant le 22 juillet 2015 (places limitées à 700 participants)

+ d'infos association **Tipa Tipa** : 0692 65 82 98 / contact@tipa-tipa.fr / www.tipa-tipa.fr

Venez respirer l'air frais des Hauts et encourager les coureurs !

Complexe sportif municipal du Port (Stade Cotur) - Départ des courses :

3h30 : Accueil des concurrents, petit-déjeuner

5h : Départ du **Trail de 60 km**

5h30 : Départ du **Semi-Trail de 30 km**

Le Maïdo - Site d'arrivée du Semi-Trail

Vers 11h30 : Remise des récompenses

Le Plate Saint-Leu – Site d'arrivée du Trail du Grand Ouest (Place Maxime Laope)

Vers 16h30 : Remise des récompenses

LA CULTURE EN MOUVEMENT AUSSI !

Découvrez les talents des ateliers artistiques du TCO !

Au Port 10h-12h

Place des cheminots (jour de marché des producteurs locaux) :

Hip-Hop, slam et danse contemporaine avec Anthony Picard, Guillaume Lapra, Fabienne Manieca et leurs élèves du Centre Culturel Village Titan

À Saint-Leu 11h-14h

Place Maxime Laope, Le Plate (site d'arrivée du Trail du Grand Ouest) :

Animation musicale Bal Créole avec Aster Prod et le Waki Band

À Saint-Gilles les bains 18h-19h30

Parking des brisants :

Concert au coucher du soleil - Bal Créole avec Aster Prod

+ d'infos sur le site **capalouest.re**

