

COLO GYMNASTIQUE



Description

Un **séjour de Gymnastique** ouvert aux garçons comme aux filles pour les **8-12 ans**.

De l'initiation à la technique, le programme de ce stage mélange **tous les niveaux** alliant **plaisir de pratiquer et reprise sportive**. Les après-midis rassembleront des activités ludiques, récréatives, sportives ou détente et le soir sera le moment de veillées à thèmes ... pour des journées bien remplies ! Un mélange malin pour passer une superbe semaine.

Les garçons et filles pratiqueront la gymnastique le matin dans la salle de l'Elan Sportif, par groupe d'âge et de niveau pour permettre à chaque participant de s'exprimer dans les meilleures conditions possibles.

L'objectif est simple : assurer le bien-être des enfants, pratiquer, progresser, s'amuser et passer une semaine inoubliable.

DATES

Du Lundi 18 juillet 9h
au
Vendredi 22 juillet 18h
(RDV au club)

TARIFS

350€/adhérent
380€/non-adhérent

Journée type

- ❖ 8h-9h : Réveil – Petit déjeuner – Toilette
- ❖ 9h30-12h30 : Séance gymnastique
- ❖ 12h30-14h : Déjeuner – Temps de détente
- ❖ 14h-18h : Animations – Activités sportives et estivales
- ❖ 18h-19h30 : Toilette – Temps calme
- ❖ 19h30-20h30 : Diner
- ❖ 20h30-22h30 : Soirée à thème – Veillée - Coucher adapté à l'âge des enfants

Activités

Les après-midis seront proposées des activités sportives et ludiques valorisant l'esprit de groupe et la convivialité ! Au programme :

- Grande orientation
- Accrobranche
- Sortie VTT
- Laser-game
- Baignade à St Pardoux
- ...

Les soirées seront le moment pour se détendre tous ensemble animé par des veillées à thèmes.

Pense-bête : Prévoir la tenue pour les activités aquatiques (Maillot de bain, crème solaire, casquette, baskets...)

Centre Hébergement et Restauration – CHEOPS



Le centre CHEOPS est situé 55 rue de l'Ancienne Ecole Normale d'Instituteurs à Limoges. Ce centre est préposé aux stages de sport dans son complexe proposant des équipements sportifs ainsi que l'hébergement et la restauration dans un cadre verdoyant, paisible, facile d'accès et proche de toutes commodités. La restauration sera proposée sur site en self dans le respect des règles sanitaires. Espace de détente, baby-foot sont attenants pour les temps calmes.

Les chambres sont adaptées en fournissant tout le confort nécessaire : salles de bains, WC privés, douches ... Le centre d'hébergement est également adapté aux PMR.

Contacts & encadrement

Durant le séjour, les enfants seront encadrés par une équipe qualifiée :

- Quentin FRATTINI : Directeur du séjour (BAFD). Educateur Sportif, salarié de l'association.
- Mathilde FIGEA : Educatrice Sportive, BAFA.
- Soléa AZZOUZ : Educatrice Sportive

En cas de besoin, voici les coordonnées : 06.66.08.17.16

Transport

Le transport durant toute la semaine se fera en minibus conduit par l'encadrement.

« Je prépare ma colo »

Dans ma valise il y a :

- Vêtements de sport pour la semaine (proche du corps, basket, casquette, gourde)
- Vêtements chauds pour les soirées
- Nécessaire pour la baignade (maillot de bain, serviette, crème solaire)
- Nécessaire de toilette
- BONBONS ! 😊

J'évite dans ma valise :

- Téléphone portable. *Des temps de téléphone seront prévus pour échanger avec les familles. Un groupe d'échange sera créé pour partager notre séjour.*
- Bijoux, objets de valeurs