

# STAGES VACANCES 2015/2016

## PRESENTATION

A chaque **vacances scolaires** aura lieu un **stage de karaté** qui proposera aussi des activités loisirs (foot, basket, handball, jeux divers, randonnée).



Il se déroulera du **lundi au vendredi**, toujours la 1<sup>ère</sup> semaine des vacances, au gymnase Jean Alési de **08h30 à 18h** pour les enfants de **8 à 14 ans**.

Ce stage s'adresse à tous les niveaux de pratique et n'est pas ouvert uniquement aux licenciés du club.

## PROGRAMME

- **08h30 à 09h00** : accueil des stagiaires
- **La matinée** est réservée à la préparation physique et aux techniques de karaté.
- **Entre 12h et 14h**, pause déjeuner (sandwich, boisson et fruit au choix pris en charge par le club).
- **L'après midi** est réservée aux sports collectifs et aux diverses activités.
- **17h30 à 18h** : départ des stagiaires

## MATERIEL INDISPENSABLE

Kimono, tenue de sport, baskets, bouteille d'eau.

## PLANNING DES STAGES 2015 (★ demi journée 08h30 à 12h ou 14h à 18h)

Vacances de la Toussaint du **19 au 23 octobre**/Vacances de Noël du **21 au 24 décembre**/Vacances d'hiver du **15 au 19 février**/Vacances de Pâques du **18 au 22 avril**/Vacances d'été du **4 au 8 juillet**

## TARIFS

STAGE	1 ENFANT	2 <sup>ème</sup> ENFANT	3 <sup>ème</sup> ENFANT
La semaine	80 €	70 €	60 €
La journée	20 €	20 €	20 €
La ½ journée★	10 €	10 €	10 €
Le déjeuner et le goûter sont compris dans le prix			