

i INFORMATIONS PRATIQUES ET RÉCAPITULATIF DU STAGE ÉTÉ PERFORMANCE ET DÉTENTE EN ÉQUIPE

Le stage d'été de votre enfant approche à grand pas. Nous avons hâtes de débiter ces deux semaines qui s'annoncent intenses et riches en émotions !

Pour que le stage se déroule dans les meilleures conditions, voici un récapitulatif complet.



PLANNING :

Les gymnastes sont répartis en deux groupes. Le groupe de votre enfant est celui indiqué dans le message de pré-inscription.

Groupe 1, de 10h à 16h

- **10h-12h** : 2 heures de gym
- **12h** : pique-nique
- **13h30** : départ pour l'activité
- **16h** : retour à Duguay Trouin - fin

Groupe 2, de 12h à 18h

- **12h** : pique-nique avec l'autre groupe
- **13h30** : départ pour l'activité
- **15h30** : retour à Duguay Trouin
- **16h-18h** : 2 heures de gym



PROGRAMME DES ACTIVITÉS :

SEMAINE 1, du mardi 7 au vendredi 10 juillet

- **mardi 7 juillet** : Accrobranche à Corsaire Aventure (Saint-Père)
- **mercredi 8 juillet** : Plage, jeux collectifs et baignade surveillée*
- **jeudi 9 juillet** : Trampoline park à Dinan Jump
- **vendredi 10 juillet** : Escalade chez Boomsy à Saint-Malo






SEMAINE 2, du mercredi 15 au vendredi 17 juillet

- **mercredi 15 juillet** : Trampoline park à Dinan Jump
- **jeudi 16 juillet** : Bowling et Parcours Ninja à West Parc (La Richardais)
- **vendredi 17 juillet** : Plage, jeux collectifs et baignade surveillée*



À PRÉVOIR :

*en cas de mauvais temps, repli prévu à Aquamalo

-  **Un pique-nique**, un goûter et une gourde d'eau bien remplie.
-  Sa **tenue de gym** habituelle.
-  Une **tenue de sport** confortable et une paire de baskets (indispensables pour les activités).
-  Un **maillot de bain** et une **serviette** pour la sortie à la plage.
-  Une **casquette**, des **lunettes de soleil** et de la **crème solaire** (pour les sorties extérieures et la plage).