



SÉJOUR SPORTIFS AU PAYS BASQUE

Édition 2025



| | | MULTI ACTIVITÉS | | MULTI ACTIVITÉS & SURF | | MULTI ACTIVITÉS & GOLF | |
|--------------------|-------------|-----------------|------------------|------------------------|------------------|------------------------|------------------|
| ANNÉE DE NAISSANCE | 2010 à 2014 | Demi Pension | Pension complète | Demi Pension | Pension complète | Demi Pension | Pension complète |
| | TARIFS | 450€ | 680€ | 585€ | 810€ | 585€ | 810€ |

Pension complète : arrivée le dimanche soir optionnelle, supplément de 60€.

SÉJOURS AGRÉÉS PAR LA DIRECTION DÉPARTEMENTALE DE LA COHÉSION SOCIALE

| | LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENDREDI |
|---------------|--|--|--|--|--|
| 9:00 - 9:45 | Accueil : Lancement et présentation du stage | Arrivée des stagiaires | | | |
| 10:00 - 12:00 | | BEACH SPORTS Psychomotricité | BEACH RUGBY | BEACH SPORTS Activité habileté + adresse Sports collectifs | BEACH SPORTS Jeux Basques |
| 12:15 - 13:15 | Tests d'aptitude | Repas | | | |
| 13:15 - 14:15 | Nutrition : préparation boisson isotonique | Dopage + Préparation physique | Temps calme | Initiation premiers secours | Temps calme |
| 14:15 - 16:45 | GOLF Technique individuelle | GOLF Technique individuelle | GOLF Technique individuelle | SPORTS COLLECTIFS | GOLF Technique individuelle |
| 16:45 - 17:00 | Temps calme & goûter | | | | Colloque de fin de stage (Parents conviés) |
| 17:00 - 17:30 | Départ | | | | |



04 au 08 Août



Filles & garçons
Nés entre 2010 et 2014

| | DIMANCHE | LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENDREDI |
|---------------|--|---|--|--|--|--|
| 8:00 - 9:00 | Réveil & petit-déjeuner | | | | | |
| 9:00 | Départ vers le centre d'entraînement | | | | | |
| 9:00 - 9:45 | Accueil : Lancement et présentation du stage Tests d'aptitude | Arrivée des stagiaires | | | | |
| 10:00 - 12:00 | | BEACH SPORTS Psychomotricité | BEACH RUGBY | BEACH SPORTS Activité habileté + adresse Sports collectifs | BEACH SPORTS Jeux Basques | |
| 12:15 - 13:15 | | Repas | | | | |
| 13:15 - 14:15 | Nutrition : préparation boisson isotonique | Dopage + Préparation physique | Temps calme | Initiation premiers secours | Temps calme | |
| 14:15 - 16:45 | GOLF Technique individuelle | GOLF Technique individuelle | GOLF Technique individuelle | SPORTS COLLECTIFS | GOLF Technique individuelle | |
| 16:45 - 17:00 | Temps calme & goûter | | | | | Colloque de fin de stage (Parents conviés) |
| 17:00 - 17:30 | Retour vers l'hébergement | | | | | |
| 17:30 - 18:30 | Temps calme & douche | | | | | |
| 18:30 - 19:30 | Accueil des internes* | Animations et/ou multi-activités (pétanque, badminton, volleyball, ...) | | | | |
| 19:30 - 20:30 | Dîner | | | | | |
| 20:30 - 22:00 | Veillée libre | Veillée vidéos | Veillée sports | Veillée partage | Veillée festive | |
| 22:00 - 22:30 | Coucher | | | | | |



04 au 08 Août



Filles & garçons
Nés entre 2010 et 2014



Plus d'informations :
www.izaki-sports-academy.com

