



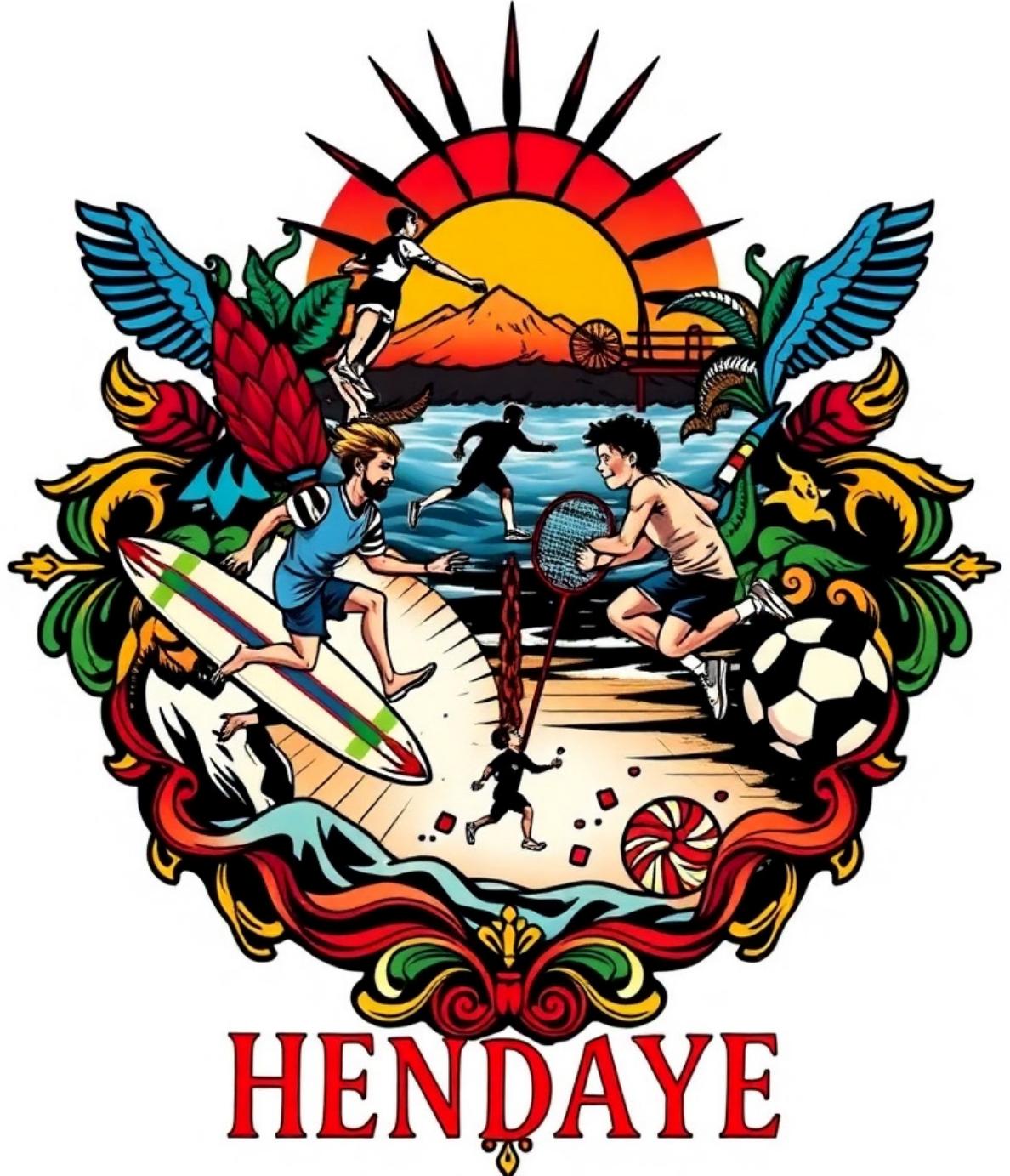
SÉJOUR SPORTIFS AU PAYS BASQUE

- Depuis 2017 -



MULTI ACTIVITÉS

11 à 15 ans





SÉJOURS SPORTIFS D'ÉTÉ PAYS BASQUE

MULTI ACTIVITÉS 10 à 15 ans

FORMULE DEMI-PENSION

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
9:00 - 9:45	Départ vers le centre d'entraînement			Arrivée des participants	
10:00 - 12:00	Accueil des stagiaires	BEACH SPORTS Psychomotricité	BEACH RUGBY	BEACH SPORTS Sports collectifs	BEACH SPORTS Jeux Basques
	TESTS DIVERS				
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	SPORTS COLLECTIFS	Initiation à la pelote Basque	SPORTS COLLECTIFS	SURF ou PADDLE SURF	CHALLENGE !
16:45 - 17:00		Temps calme & goûter		Colloque de fin de stage <i>(Parents conviés)</i>	
17:00 - 17:30		Départ			



06 au 10 Avril
13 au 17 Avril
20 au 24 Avril
27 Avril au 01 Mai
03 au 07 Août
10 au 14 Août
19 au 23 Octobre



Filles & garçons
Nés entre 2011 et 2015



SÉJOURS SPORTIFS PAYS BASQUE

MULTI ACTIVITÉS 10 à 15 ans

FORMULE PENSION COMPLÈTE

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
8:00 - 9:00					Réveil & petit-déjeuner
9:00	Départ vers le centre d'entraînement				
10:00 - 12:00	Accueil des stagiaires	BEACH SPORTS Psychomotricité	BEACH RUGBY	BEACH SPORTS Activité habileté + adresse Sports collectifs	BEACH SPORTS Jeux Basques
12:15 - 13:15	TESTS DIVERS			Repas	
13:15 - 14:15	Nutrition : préparation boisson isotonique	Dopage + Préparation physique	Temps calme	Initiation premiers secours	Temps calme
14:15 - 16:45	SPORTS COLLECTIFS	Initiation à la pelote Basque	SPORTS COLLECTIFS	SURF ou PADDLE SURF	CHALLENGE !
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		



06 au 10 Avril
13 au 17 Avril
20 au 24 Avril
27 Avril au 01 Mai
03 au 07 Août
10 au 14 Août
19 au 23 Octobre



Filles & garçons
Nés entre 2011 et 2015

*Arrivée le dimanche soir optionnelle 60€ supplémentaire



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

