



SÉJOUR SPORTIFS AU PAYS BASQUE

- Depuis 2017 -



MULTI ACTIVITÉS & SURF 11 à 15 ans





**SÉJOURS SPORTIFS D'ÉTÉ
PAYS BASQUE - Édition 2025**

Multi activités & SURF

**FORMULE
DEMI-PENSION**

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
9:00 - 9:45	Accueil : Lancement et présentation du stage			Arrivée des stagiaires	
10:00 - 12:00	Tests d'aptitude	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	SURF ou PADDLE SURF	SURF ou PADDLE SURF	SURF ou PADDLE SURF	SPORTS COLLECTIFS	SURF ou PADDLE SURF
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 D'ÉTÉ
PAYS BASQUE - Édition 2025**

Multi activités & SURF

FORMULE PENSION COMPLÈTE

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				Arrivée des stagiaires
10:00 - 12:00	Tests d'aptitude	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	SURF ou PADDLE SURF	SURF ou PADDLE SURF	SURF ou PADDLE SURF	SPORTS COLLECTIFS	SURF ou PADDLE SURF
16:45 - 17:00			Temps calme & goûter		Colloque de fin de stage <i>(Parents conviés)</i>
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		

*Arrivée le dimanche soir optionnelle 60€ supplémentaire



- 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



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

