

## PROGRAMME STAGES DECOUVERTE du 22 au 26 avril 2024

SEMAINE 1	Groupe Olymp' épique 11/13 ans	Groupe Green 11/13 ans	Groupes Yellow 14-17 ans	Stage boot Camp TEENS 11/17	Effectif par stage
Lundi 22 avril	Jeux de cohésion			Circuit cardio ludique (courses d'obstacles, relais) Cross training Enigmes, jeux de coopération Initiation aux bases de la nutrition sportive	12
Mardi 23 avril	Boxe	Patinoire	Balade en vélos électriques	Circuit HIIT Jeux d'équipe Coordination, agilité Initiation aux bases de la chrono nutrition	12
Mercredi 24 avril	Aviron	LH Parcours Aventure Forêt de Montgeon	Trampoline	Team building Cross training Initiation aux bienfaits des fruits frais	12
Jeudi 25 avril	Grand jeu LH express / rencontre Roumois Seine			Echauffement interactif Circuit « cardio renfo » Initiation à la relaxation Défi final coopératif Quizz alimentaire	12
Vendredi 26 avril	WAKANTA AVENTURE				48

### Informations importantes :

**15€ la semaine**

**Inscriptions obligatoires auprès du Service Jeunesse et Vie associative (100 rue d'Angers - Fabrique de Sanvic - 02 35 19 47 42)**

**Lundi, mardi, mercredi et jeudi : RDV à 13h15 à la Fabrique Sanvic / Départ à 13h30 / Retour à 17h**

**Vendredi : RDV à 9h30 à la Fabrique Sanvic / Fin à 17h / Prévoir un pique-nique.**

*Attention les horaires sont susceptibles d'être modifiés en fonction des besoins*

**PROGRAMME STAGES DECOUVERTE**  
**du 29 avril au 3 mai 2024**

SEMAINE 2	Groupe Olymp' épique 11/13 ans	Groupe Green 11-13 ans	Groupe Yellow 14-17 ans	Stage 11-17 ans Cuisiner le Monde	Effectif par stage
Lundi 29 avril	Jeux de cohésion			Cuisine indienne	12
Mardi 30 avril	Boxe	Patinoire	Balade en vélos électriques	Cuisine libanaise	12
Mercredi 1er mai	Féié	Féié	Féié	Féié	Féié
Jeudi 2 mai	Grand jeu LH express / rencontre avec Roumois Seine			Cuisine mexicaine	12
Vendredi 3 mai	Woody Park à Fécamp				48

**Informations importantes :**

15€ la semaine

Inscriptions obligatoires auprès du Service Jeunesse et Vie associative (100 rue d'Angers - Fabrique de Sanvic - 02 35 19 47 42)

Lundi, mardi, mercredi et jeudi : RDV à 13h15 à la Fabrique Sanvic / Départ à 13h30 / Retour à 17h

Vendredi : RDV à 9h30 à la Fabrique Sanvic / Fin à 17h / Prévoir un pique-nique.

*Attention les horaires sont susceptibles d'être modifiés en fonction des besoins*