

**Loisirs**  
Club 4.80



## Apprentissage de la natation / ALENCON

**Age Des enfants** : de 7 à 10 ans

**Lieu** : Centre Loisirs Club 3IFA Alençon - Rue du Roselet,  
72610 St Patern - Le Chevain

**Moyens de transport** : TGV -> PARIS MONTPARNASSE -> Le  
Mans ou Alençon (1H00) puis bus jusqu'au centre de  
vacances (40 minutes)



Encadré par des maitres-nageurs durant 5 séances de 1H15 votre enfant pourra pendant ce séjour apprendre à nager ou encore se perfectionner (**Pour la piscine : maillot de bain et bonnet de bain OBLIGATOIRE**).

Quand il ne sera pas à la piscine, une multitude d'activités sera proposés sur place par l'équipe d'animation dont 1 journée dans un accrobranche.

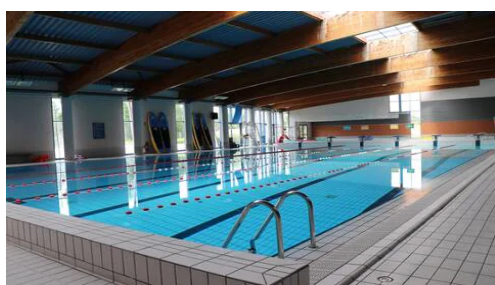
Sur le centre de vacances, chaque chambre est équipée de box individuel comprenant lit, placard.

La cuisine proposée est une cuisine traditionnelle, faite sur place par une équipe spécialisée avec des produits de qualité et des produits régionaux. Le centre dispose d'un amphithéâtre 2 salles d'animation de 400 m<sup>2</sup>, 1 salle de sports, 1 terrain en herbe pour la pratique des sports collectifs, 1 piste d'athlétisme.

**Le complexe aquatique est quant à lui situé à 5 minutes en bus du centre de vacances.**

### **Activités :**

- 5 séances d'apprentissage à la natation pour les séjours de 10 jours  
**Les séances seront encadrées par des Maitres-Nageurs diplômés !!**
- 1 après-midi dans un accrobranche
- Activités sportives, ludiques, artistiques
- Veilles quotidienne organisé par l'équipe d'animation



**PROGRAMME du séjour :**

**APPRENDRE A NAGER 7-10 ans**

**Ce planning d'activités est donné à titre indicatif. Il sera modifié en fonction des créneaux donnés par les différents prestataires. Il peut être soumis à modification en fonction des conditions**

|            | Jour 1              | Jour 2                            | Jour 3                      | Jour 4  | Jour 5                   | Jour 6  | Jour 7                       | Jour 8                            | Jour 9                               | Jour 10                | Jour 11   | Jour 12              |
|------------|---------------------|-----------------------------------|-----------------------------|---|--------------------------|---|------------------------------|-----------------------------------|--------------------------------------|------------------------|---|----------------------|
| MATIN      | <b>VOYAGE ALLER</b> | Piscine                           | , loup garou, gamelle       | tournoi de foot, bandana à décorer              |                          | Piscine, activités manuelles, ping-pong devinette | activités manuelles, rameur  | activités manuelles, chant, danse | activités manuelles, jeux extérieurs | Préparation Olympiades | Activités manuelles, rangement des chambres, inventaire | <b>VOYAGE RETOUR</b> |
| APRES-MIDI |                     | chantes et petits jeux            | Poule renard vipere, Gamell | Piscine, poule renard vipere, bandana à décorer | Piscine, tournoi de foot | activités manuelles, douaniers                    | Piscine, activités manuelles | activités manuelles, jeux         | Accrobranche                         | Olympiades             | Activités manuelles, rangement des chambres, inventaire |                      |
| SOIREES    |                     | Veillée de présentation de séjour | Bataille navale géante      | Veillée conte, blind test                       | Loup garou               | Time's Up, Gardien de la galaxie                  | Jeu de société, loup garou   | Gardien de la galaxie, karaoké    | Veillée casino                       | Soirée dansante        | Soirée Remise des médailles des Olympiades              |                      |

5 séances d'apprentissage de la natation pour un séjour de 10 jours

**La journée se déroulera approximativement ainsi :**

- 7h30 - 8h30 = réveil échelonné
- petit déjeuner
- rangement des chambres + toilette
- 10h - 11h45 = activités
- 12h15-13h00 = déjeuner
- 13h00 - 13h45 = temps calme détente
- 14h- 16h30 = activités
- 16h30 = goûter
- 17h-19h = temps calme, douche
- 19h15-20h30 = dîner
- 20h45 = veillées

Coucher échelonné en fonction de la fatigue des enfants.

Extinction des lumières = 22h

**Les téléphones portables sont interdits sur le séjour.**

**Pour les nouvelles :** Un blog avec des photos de vos enfants pendant les vacances sera mis en ligne. Les codes d'accès vous seront donnés le jour du départ.

**En cas d'urgence,** vous pouvez joindre L.C 4.80 au 01-34-51-91-91

**À PRÉVOIR AUSSI :** Idées plein la tête, et ta bonne humeur (indispensable !!!).

On se retrouve au départ à la date prévue, et nous vous souhaitons de bons préparatifs.

A bientôt, le directeur et toute son équipe.

## QUELQUES CONSEILS POUR PRÉPARER TA VALISE

Liste conseillée pour votre séjour été 07/10 ans  
Un lavage du petit linge est prévu en milieu de séjour

NOM et PRENOM du participant \_\_\_\_\_

CENTRE \_\_\_\_\_

NOM de l'animateur \_\_\_\_\_

Chambre \_\_\_\_\_

### VÊTEMENTS

#### Tenue de départ non comprise

Bordures

| VETEMENTS                 | Conseillé Par Loisirs-club | Donné Par les parents | Compté à l'arrivée | Compté au départ |
|---------------------------|----------------------------|-----------------------|--------------------|------------------|
| Sous-vêtements            | 7                          |                       |                    |                  |
| Chaussettes               | 7 paires                   |                       |                    |                  |
| Tee-shirt                 | 7                          |                       |                    |                  |
| Tenue pour la nuit        | 2                          |                       |                    |                  |
| Pull, sweat, polaire      | 2                          |                       |                    |                  |
| Pantalons, jeans, jogging | 3                          |                       |                    |                  |
| Blouson imperméable       | 1                          |                       |                    |                  |
| Maillot de bain + bonnet  | 1                          |                       |                    |                  |
| Short                     | 2                          |                       |                    |                  |
| Casquette/bob             | 1                          |                       |                    |                  |
| CHAUSSURES                | Conseillé Par Loisirs-club | Donné Par les parents | Compté à l'arrivée | Compté au départ |
| Baskets                   | 2                          |                       |                    |                  |
| Claquettes, sandalettes   | 1                          |                       |                    |                  |
| Chaussons                 | 1                          |                       |                    |                  |

### TOILETTE

○ 1 nécessaire de toilette (brosse à dents, dentifrice, shampoing, peigne, etc...) + 2 serviettes (1 de bain et 1 de toilette)

### RENSEIGNEMENTS PRATIQUES



|                                     | Conseillé Par Loisirs-club | Donné Par les parents | Compté à l'arrivée | Compté au départ |
|-------------------------------------|----------------------------|-----------------------|--------------------|------------------|
| Petit sac à dos                     | 1                          |                       |                    |                  |
| Masques jetables catégorie 1        | 1 boîte                    |                       |                    |                  |
| Sac à linge sale                    | 1                          |                       |                    |                  |
| Crème solaire indice 50 minimum     | 1                          |                       |                    |                  |
| Lunettes de soleil                  | 1                          |                       |                    |                  |
| Enveloppes timbrées –papier - stylo | X                          |                       |                    |                  |

**EVITEZ FORMELLEMENT** les objets de valeur et vêtements de marque.  
**LES VOLS** (espèces, vêtements, MP3, portables etc...) ne sont pas assurés  
Chaque participant en a la complète responsabilité.

**ARGENT DE POCHE** : espèces en Euros.



LOISIRS-CLUB 4.80 : 26 rue Jean Jaurès – BP 10008 – 78104 ST GERMAIN EN LAYE Cedex

TEL : 01.34.51.91.91

E.mail : [contact@loisirs-club.fr](mailto:contact@loisirs-club.fr)

Internet : [www.loisirs-club.fr](http://www.loisirs-club.fr)