



# Vacances d'été

## Programme des activités

*Semaine 2 : du lundi 15 au vendredi 19 juillet*

### Programme de la semaine 2

#### **Deviens un super héros**

Encouragée et encouragé par notre équipe d'animation tu vas créer ton propre personnage de super-héros, en imaginant des pouvoirs spéciaux, ton costume et ton nom. À travers des histoires, des contes, des légendes et des activités, tu apprendras les valeurs du super-héros dont le courage, l'amitié, le respect et l'altruisme. Pendant les ateliers de bricolage, tu auras la possibilité de fabriquer tes propres accessoires de super-héros tels que des masques, des capes et des boucliers, en utilisant une variété de matériaux créatifs issus de la récupération. Une semaine bien remplie avec des activités qui te feront bouger et encore bouger.

*Les parents prévoient des vêtements de rechange, des mouchoirs, doudou et langes en cas de besoin.*

*Âge : 2 ½ à 5 ans*

*Équipement : tenue en fonction de la météo.*

*Prix : 80 €*

#### **Kids et les trésors de la nature**

Être à l'extérieur et dans la nature est une sacrée chance pour nous tous. Vivre en symbiose avec la nature nous rend plus heureux et en meilleure santé. Alors, la nature, nous allons apprendre à la protéger. Et pour ça, tu dois tout simplement en avoir le goût et la meilleure façon de l'avoir, c'est l'expérimentation. Ta semaine de stage sera active et orientée « prise de conscience que la nature est un bien tellement précieux ».

En fin de semaine, nous aurons déjà fait l'acquisition de bons réflexes :

- Je respecte l'eau, c'est précieux. Je ne laisse pas couler le robinet.
- Je ne laisse pas la lumière allumée, je ferme l'interrupteur.
- Je mange ce que j'ai reçu. Je fais attention à ne pas gaspiller la nourriture.
- Je n'oublie pas que ma feuille de dessin est des arbres.
- Et bien d'autres choses encore...

*Âge : 4 à 6 ans.*

*Équipement : tenue sportive et décontractée en fonction de la météo.*

*Prix : 80 €*

#### **Eclaboussures de bonheur – Les Kids à la natation**

Plonge dans un monde d'aventure aquatique avec notre stage de natation pour les kids !

Dans l'univers enchanteur de Plopsaqua, tu vas découvrir un programme ludique, une introduction joyeuse et en sécurité de la natation. Un environnement idéal également où tes aptitudes de futur nageur pourront se déployer et s'affiner. Sous l'œil attentif de nos animateurs expérimentés, tu entreprendras un périple aquatique avec enthousiasme et confiance. Pas à pas, tu apprendras à travers des jeux et des activités interactives, les gestes fondamentaux qui te propulseront sur et sous l'eau avec de plus en plus d'aisance. La natation est une activité qui t'inculque la discipline, la concentration et la persévérance. Pas à pas, tu vas progresser...

*Âge : 4 à 6 ans.*

*Équipement : tenue de bain et tenue sportive.*

*Prix : 95 €*

### **Mini-aventuriers**

Le stage va t'offrir un éventail d'activités pour te permettre de vivre chaque jour de nouvelles aventures. Voici un petit aperçu de ce qui te sera proposé : du tir à l'arc sécurisé, de l'orientation, un jeu de piste et une chasse au trésor dans un lieu secret. Nous te proposons également une balade "pieds nus". Déjà partant ? Et en plus, en partenariat avec "Couleur aventure", nous organisons un parcours aux sensations garanties ! De l'accrobranche, encadrés d'une équipe de moniteurs brevetés, une activité qui te fera découvrir des sensations inédites et te permettra de dépasser tes craintes et surtout prendre du plaisir en toute sécurité au cœur de la nature et des arbres. Avant le départ et après un briefing, chaque participant recevra un baudrier et des longues afin de rester en sécurité sur tout le long du parcours. Un stage où tu vas bouger, bouger...

*Âge : 5 à 7 ans*

*Équipement : tenue décontractée et en fonction de la météo*

*Prix : 110 €*

### **Multisports**

Le stage offre aux enfants l'opportunité de pratiquer une variété de sports différents dans un cadre amusant et stimulant. Les activités proposées vont inclure des sports collectifs tels que le football, le basketball, le volley-ball, le handball, le hockey... Les enfants peuvent également découvrir des sports individuels tels l'athlétisme et la natation. En plus des sports classiques, des activités plus ludiques et créatives seront également proposées. Outre l'aspect sportif, le multisports a également pour objectif de favoriser la socialisation, l'esprit d'équipe, la confiance en soi et le développement des compétences sociales de nos jeunes. En résumé, la semaine sera l'occasion idéale de découvrir différents sports, de s'initier à de nouvelles compétences et de rencontrer de nouveaux amis, tout en s'amusant et en restant actifs. Bon stage avec nous.

*Âges : 6 à 9 ans et 10 à 14 ans*

*Équipement : tenue sportive.*

*Prix : 80 €*

### **Basket**

Le stage de basket est une occasion idéale pour les jeunes passionnés de sport et de basket-ball en particulier de développer leurs compétences et leur amour pour ce sport dynamique. Ce stage offrira aux jeunes une expérience d'apprentissage ludique et stimulante.

Les enfants seront encadrés par nos animateurs qualifiés. Ils les guideront tout au long de leur progression.

Les enfants auront l'occasion d'apprendre les bases du basket-ball, notamment les techniques de dribble, de passe, de tir et de défense. Ils apprendront les bonnes postures et positions, ainsi que les règles essentielles du jeu. Les enfants seront répartis en petits groupes en fonction de leur âge, leur niveau et de leurs capacités. Les exercices seront conçus de manière à stimuler leur coordination, leur agilité et leur condition physique.

Des mini-matches seront également organisés pour permettre aux enfants d'appliquer leurs compétences dans un contexte de jeu réel.

Nous proposerons également des activités complémentaires, dont d'autres sports.

L'objectif principal de ce stage est de permettre aux enfants de s'amuser, de s'épanouir et de progresser dans leur pratique du basket.

*Âges : 6 à 9 ans et 10 à 14 ans*

*Équipement : tenue sportive.*

*Prix : 80 €*

### **Voyage autour du monde en bricolage**

Viens avec nous pour un voyage merveilleux à travers les cinq continents ! Notre stage « Voyage autour du monde en bricolage » t'offrira l'opportunité de découvrir notre planète bleue à travers des activités de bricolage dans une ambiance super.

Chaque jour, tu auras l'occasion d'explorer une nouvelle région du globe, en apprenant sur ses traditions, sa cuisine, sa musique et bien sûr, son drapeau emblématique. Notre équipe d'animation te guidera dans la création de différents bricolages, en utilisant des matériaux simples et souvent de récupération. Chaque jour sera consacré à une région bien spécifique pour éveiller ta curiosité. Promis, ce sera chouette.

*Âges : 6 à 9 ans et 10 à 14 ans*

*Équipement : tenue décontractée.*

*Prix : 80 €*

### **Hexapoda**

Le groupe sera accueilli dans les bâtiments de la Maison de Hesbaye, sur un site naturel de 17 ha constituant un refuge exceptionnel pour la biodiversité. A l'abri de toute circulation motorisée, les enfants vont y découvrir différents milieux tels que le bois, la mare, le marais, la prairie... rassemblés sur un même site. Les animateurs proposeront de s'immerger dans le monde fascinant des insectes par le biais du musée (Hexapoda - Insectarium Jean Leclercq) et de son jardin entomologique.

Des journées thématiques seront organisées et traiteront de la biodiversité, de la pollinisation des fleurs, de la classification des insectes.

Divers petits jeux et aménagements à destination des enfants complètent l'espace mis à notre disposition.

*La deuxième partie de la journée sera réservée à des activités ludiques dans nos installations.*

*Âge : 6 à 12 ans*

*Équipement : tenue sportive.*

*Prix : 95 €*

### **Natation à Plopsaqua**

Voilà un stage où tu te sentiras comme un poisson dans l'eau ! Tu ne sais pas encore nager ? Tu fais quelques brasses ? Tu fais tes premiers plongeurs ? Quel que soit ton niveau, nos animateurs te proposeront une foule d'activités pour t'épanouir dans le milieu aquatique. Un programme dynamique t'offrira une combinaison parfaite d'apprentissage technique, de jeux aquatiques et de sécurité aquatique, le tout dans un environnement stimulant et amusant. Tu pourras apprendre et te perfectionner dans les différents styles et améliorer ta maîtrise de l'eau pour prendre plaisir sans crainte. Nous serons accueillis dans les installations de Plopsaqua. Le reste de la journée sera consacré à des activités multisports. Prévoir maillot, essuie et bonnet tous les jours.

Le stage est ouvert aux jeunes nageurs de tous niveaux, qu'ils soient débutants ou déjà familiers avec l'eau.

*Prévoir deux maillots et deux essuies tous les jours.*

*Âges : 6 à 9 ans et 10 à 14 ans*

*Équipement : tenue de bain et tenue sportive.*

*Prix : 95 €*

### **Badminton**

Le stage de badminton va faire découvrir à nos jeunes un sport passionnant.

L'objectif des activités proposées sera de développer les compétences techniques, la coordination, l'endurance et l'esprit d'équipe. Le stage vise également à promouvoir l'amusement et le plaisir de jouer ensemble.

Le programme va inclure des exercices de base tels que les déplacements sur le terrain, les coups de base (service, smash, amorti), ainsi que des jeux et des exercices ludiques pour développer la coordination et la réactivité. En plus des apprentissages techniques, des activités complémentaires seront proposées comme des mini-tournois, des jeux en équipe, des défis de précision, des jeux en groupe.

Le stage sera conçu de manière à être amusant, éducatif et sécuritaire. En offrant un environnement positif et stimulant, l'équipe d'encadrement aidera les jeunes à développer leur goût pour le badminton et à acquérir de nouvelles compétences sportives.

*Âge : 10 à 16 ans*

*Équipement : tenue sportive.*

*Prix : 95 €*

### **Tennis ETH et multisports**

Une organisation récente née d'un partenariat entre HESL, le RTCH (Royal tennis club hannutois) et son école ETH. La formule proposée est du tennis-multisports.

Pour le participant, la journée sera scindée en deux activités.

Une demi-journée sera consacrée au **tennis**. L'encadrement renforcé sera d'un animateur breveté association francophone de tennis pour un groupe de six jeunes. À ces conditions d'encadrement optimales s'ajoutera la mise à disposition des infrastructures du club (terrains extérieurs, terrains couverts et commodités intérieures). Une passerelle pour celles et ceux qui veulent se lancer dans la pratique du tennis ou simplement pour en découvrir la pratique.

L'autre demi-journée sera consacrée à de **multiples activités** comme l'athlétisme, le base-ball, la crosse canadienne, le foot, le kinball... Elle sera organisée dans les infrastructures HESL avec notre équipe

d'encadrement.

Tu veux déjà apprendre à connaître notre club partenaire ? rendez-vous sur <https://rtchannutois.be>

*Âges : 6 à 9 ans et 10 à 12 ans*

*Équipement : tenue sportive et chaussures de sport sans crampons.*

*Prix : 95 €*

### **Kayak et voile**

Un programme complet qui allie le kayak et la voile de l'orientation et de l'étude du milieu aquatique en activités complémentaires.

Le programme :

#### **Kayak:**

- Kayak de randonnée, de mer, de slalom et de rivière.
- Ecole de pagaie.
- Approche de la sécurité.

#### **Voile :**

- Théorie navigation.
- Types de voiliers.
- Mise à l'eau, embarquement, sécurité, navigation.

#### **Sauvetage :**

- Approche théorique des techniques de sauvetage en eaux vives.
- Découverte pratique du sauvetage en eaux vives (Kayak, planche de surf, lignes de vie).
- Démonstration sauvetage " Boat Rescue" et exercices pratiques (adaptés aux enfants de 8 - 12 ans).

#### **Orientation :**

- Découverte de l'orientation les cartes IGNB (échelle et légende).
- Découverte de la boussole (Points cardinaux et utilisation).
- Déterminer ma position.
- Me rendre d'un point A à un point B à l'aide de la boussole et de la carte.

#### **Etude du milieu et défis pour sa préservation : (méthode participative)**

- L'évolution du climat (quels sont vos constats).
- Approche du milieu aquatique : faune et flore et les interactions avec le bouleversement Climatique.
- Quels sont les gestes que nous pouvons réaliser à notre niveau pour protéger la planète. (Notre environnement direct).

Un programme élaboré avec notre partenaire, le Royal Beez Boating Club ASBL.

<https://www.voile-kayak-namur.be/>

*Âges : 8 à 9 ans et 10 à 14 ans*

*Équipement : sportive et de bain.*

*Prix : 170 €*