



# Vacances d'été

## Programme des activités

*Semaine 5 : du lundi 4 au vendredi 8 août*

### Programme de la semaine 5

#### **Les petits explorateurs de la savane**

Prenez vos jumelles et vos chapeaux de safari, les petits explorateurs partent à l'aventure ! Pendant une semaine, tu partiras à la découverte des animaux fascinants de la savane : lions majestueux, éléphants curieux, girafes élancées, zèbres rayés... À travers des ateliers créatifs spécialement pensés pour toi, tu plongeras dans l'univers de la savane en fabriquant tes propres animaux, en imaginant des paysages lointains et en donnant vie à la faune sauvage avec tes dix doigts.

Chaque journée sera rythmée par des activités de création, d'imaginaire et de jeu, dans une ambiance chaleureuse et adaptée à ton rythme.

Une semaine de découvertes, de rires et de création, pour rêver en grand et voyager loin, tout en douceur.

*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 €*

#### **Du sport et du Fun pour les kids**

La semaine va t'offrir un panel d'activités sportives et ludiques. Un avant-goût :

- Du football pour des apprentissages de base dont le dribble, le tir et les passes.
- Du basketball avec des dribbles, des tirs au panier et des passes.
- De l'athlétisme pour des courses, des sauts et des lancers.
- De la natation et des jeux d'eau à Plopsaqua.
- Des jeux d'adresse et de coordination, dont des parcours d'obstacles, des jeux de relais, etc.
- Des jeux collectifs : jeux de ballon, jeux de poursuite...

L'équipe d'encadrement aura à cœur de te donner l'opportunité de découvrir toutes ces activités dans nos infrastructures parfaitement adaptées

*Âge : 4 à 6 ans*

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

*Prix : 90 €*

#### **Les marmitons des contes enchantés**

Bienvenue dans un monde où la cuisine rencontre la magie des contes ! Pendant une semaine pleine de saveurs et de fantaisie, tu enfileras ton tablier de petit marmiton et tu deviendras le chef cuisinier des royaumes enchantés. Chaque jour, tu découvriras une nouvelle histoire merveilleuse et une recette inspirée de ses personnages : la soupe fumante de la sorcière, les biscuits croustillants du Petit Poucet, les fruits dorés du jardin de la Belle au Bois dormant... et bien d'autres surprises gourmandes.

Tu voyageras à travers les univers féeriques des contes classiques et revisités, en laissant parler ton imagination et ta créativité. En plus de cuisiner, tu participeras à des activités créatives autour des personnages et des décors magiques : création de menus enchantés, fabrication de petits objets, dessins, décorations et jeux sensoriels. Tu apprendras à reconnaître les saveurs, à manipuler les ingrédients, à respecter les règles de la cuisine, tout en t'amusant.

Chaque journée sera rythmée par une histoire, une recette et un moment de partage autour de ce que tu auras préparé. Tu pourras même repartir avec tes créations pour les faire goûter à ta famille, et leur raconter les aventures magiques qui t'ont inspiré.

*Âge : 4 à 6 ans.*

*Équipement : Tenue décontractée et en fonction de la météo.*

*Prix : 90 €*

### **Splash et Plopsaqua**

Plonge dans un monde d'aventure aquatique avec notre stage de natation taillé pour toi !

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 en toute sécurité avec enthousiasme et confiance. Pas à pas, tu apprendras à travers des jeux et des activités proposées, 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...

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

*Une réduction de 10 € sera appliquée en échange, à la table d'inscription, d'une copie recto verso de l'abonnement à Plopsaqua.*

*Âge : 5 à 7 ans.*

*Équipement : tenue de bain et tenue sportive.*

*Prix : 95 €*

### **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 volleyball, 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 €*

### **Kayak et voile**

En collaboration avec le RBBC, nous te proposons une semaine d'aventures nautiques, avec un programme dynamique mêlant sport, découverte et respect de l'environnement.

Le cœur du stage est le kayak, sous toutes ses formes : randonnée, slalom et fleuve. Tu découvriras aussi l'école de pagaie et les bases essentielles de la sécurité. En voile, tu t'initieras à la navigation, tu apprendras à reconnaître les différents types de voiliers, à mettre à l'eau, embarquer et naviguer en toute sécurité.

L'approche du sauvetage en eaux vives mêle théorie et pratique : maniement du kayak, de la planche de surf et des lignes de vie, avec démonstrations et exercices adaptés à ton âge. L'orientation te permettra d'explorer l'usage des cartes et de la boussole, de se situer et de se déplacer en autonomie. Une attention particulière est portée à l'étude du milieu aquatique et à la protection de l'environnement. À travers une méthode participative, tu réfléchiras aux effets du climat, tu observeras la faune et la flore, et identifieras les gestes concrets pour préserver ton cadre de vie. Tu découvriras aussi le stand up paddle, en apprenant à te déplacer en équilibre selon différentes positions, et tu t'initieras à l'aviron.

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

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

Le programme complet ici.

*Âge : 10 à 16 ans*

*Équipement : sportive et de bain.*

*Prix : 170 €*

### **VTT mécanique et grandes randonnées**

Pendant le stage, les participants auront l'occasion d'acquérir des connaissances pratiques en mécanique de vélo. Ils apprendront les bases de la réparation des VTT, notamment le réglage des dérailleurs, le remplacement des câbles, le réglage des freins, le changement de pneus et l'entretien général du vélo. Ils seront guidés par notre animateur expérimenté qui partagera ses connaissances et son expertise en matière de mécanique de vélo. En plus des aspects mécaniques, les jeunes auront la possibilité de participer à de belles randonnées à vélo à travers nos campagnes hesbignones. Le Ravel et les chemins de remembrement seront privilégiés.

*Âge : 11 à 16 ans*

*Équipement : tenue sportive en fonction de la météo, un VTT parfaitement en ordre et casque obligatoire.*

*Prix : 85 €*

### **Pêche et pétanque**

Apprendre à pêcher intelligemment en respectant la nature en général et le milieu aquatique en particulier, c'est ce qui nous guidera à travers l'activité. La pêche en étang n'aura plus de secret pour toi qui maniera trucs et ficelles du pêcheur chevronné. Tu apprendras les bases de la pêche, y compris le montage de l'équipement, le choix des appâts, les techniques de lancer et de récupération, ainsi que les règles de sécurité liées à la pratique de ce sport. La semaine sera également consacrée à la pétanque. Durant l'activité, les jeunes auront l'occasion d'apprendre les bases de ce sport, ainsi que des techniques avancées pour améliorer leur précision et leur stratégie. Ils seront encadrés par un animateur expérimenté et passionné, qui veillera à ce que chacun progresse à son propre rythme. Des exercices ludiques et des mini-tournois seront organisés pour favoriser la compétition amicale et l'esprit d'équipe.

*Âge : 8 à 14 ans*

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

*Prix : 100 €*

### **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.

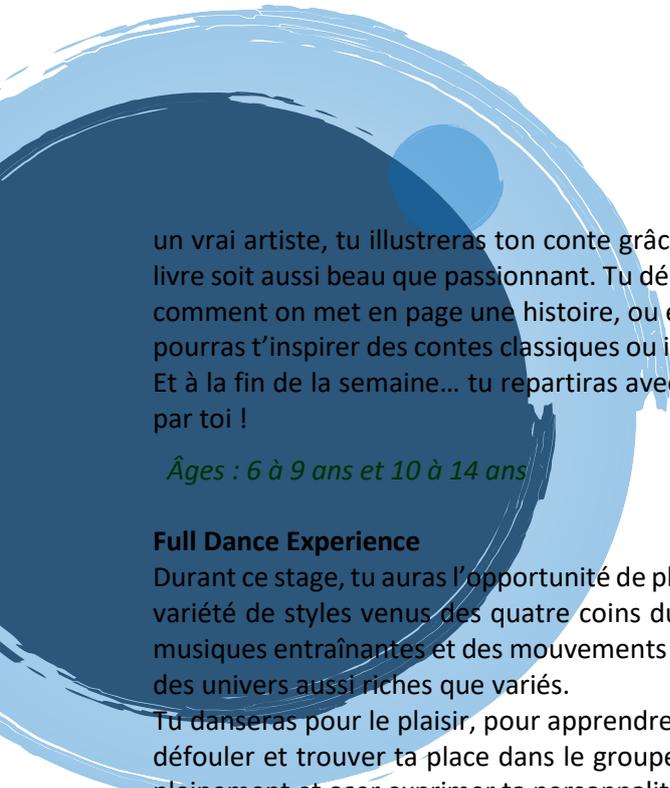
*Âges : 6 à 9 ans et 10 à 14 ans*

*Équipement : tenue sportive.*

*Prix : 85 €*

### **Création de contes illustrés**

Durant cette semaine magique, tu deviendras l'auteur et l'illustrateur de ton propre conte. Plume à la main, pinceaux aux doigts et idées plein la tête, tu vas inventer une histoire sortie tout droit de ton imagination : un héros courageux, une créature étrange, un mystère à résoudre, un royaume fantastique... tout est possible dans le monde que tu vas créer ! Chaque jour, tu participeras à des jeux d'écriture amusants pour t'aider à construire ton récit : créer des personnages hauts en couleur, imaginer des décors extraordinaires, inventer des rebondissements surprenants... Tu apprendras à donner vie à ton histoire pas à pas, tout en t'amusant. Et comme



un vrai artiste, tu illustreras ton conte grâce à des ateliers de dessin, de peinture et de bricolage, pour que ton livre soit aussi beau que passionnant. Tu découvriras aussi des secrets de fabrication : comment on relie un livre, comment on met en page une histoire, ou encore comment rendre un personnage attachant ou mystérieux. Tu pourras t'inspirer des contes classiques ou inventer quelque chose d'entièrement nouveau, unique, à ton image. Et à la fin de la semaine... tu repartiras avec ton propre petit livre illustré, entièrement imaginé, écrit et décoré par toi !

*Âges : 6 à 9 ans et 10 à 14 ans*

*Équipement : tenue décontractée.*

*Prix : 85 €*

### **Full Dance Experience**

Durant ce stage, tu auras l'opportunité de plonger dans l'univers fascinant de la danse et de découvrir une grande variété de styles venus des quatre coins du monde. Chaque jour sera une nouvelle aventure rythmée par des musiques entraînantes et des mouvements expressifs. Tu voyageras à travers les danses du monde, en explorant des univers aussi riches que variés.

Tu danseras pour le plaisir, pour apprendre et progresser, mais aussi pour t'exprimer, te dépasser, t'amuser, te défouler et trouver ta place dans le groupe. Que tu sois timide ou débordant d'énergie, tu pourras t'épanouir pleinement et oser exprimer ta personnalité à travers ton corps et le mouvement.

Le contenu du stage sera multidisciplinaire et dynamique : tu découvriras les bases du Hip-Hop, l'énergie communicative de la Zumba, la grâce du jazz, sans oublier des moments de création libre où tu pourras proposer tes propres idées de chorégraphies. Tout au long de la semaine, tu évolueras dans une chouette où la créativité et la bonne humeur seront au rendez-vous.

En fin de semaine, tu auras l'occasion de mettre en lumière tout ce que tu auras appris lors d'une petite représentation. Tu seras alors capable d'exécuter une chorégraphie complète, préparée avec le groupe.

*Âges : 6 à 9 ans et 10 à 14 ans*

*Équipement : tenue sportive et décontractée.*

*Prix : 85 €*

### **Tutti frutti manuel**

Pendant toute la semaine, tu auras l'occasion de mettre la main à la pâte et de donner vie à toutes sortes de créations originales. Chaque jour, tu découvriras de nouvelles techniques de bricolage, de nouveaux matériaux à explorer, et mille façons de transformer des idées en objets concrets.

Carton, bois, papier, tissu, peinture, récup'... tout est prétexte à créer !

Tu pourras découper, coller, assembler, peindre, tordre, plier, sculpter... et surtout, t'exprimer librement. À travers des projets variés, tu développeras ta créativité, ta patience, ta précision et ton sens pratique, tout en t'amusant avec les autres.

Tutti Frutti, c'est aussi un joyeux mélange : des bricolages colorés, des techniques diverses, et des idées qui fusent dans tous les sens. Que tu sois déjà un bricoleur en herbe ou que tu découvres le plaisir de créer de tes mains, tu trouveras ta place dans ce stage riche en découvertes.

À la fin de la semaine, tu repartiras avec une belle collection d'objets faits maison. Et surtout, avec la fierté d'avoir imaginé, construit et personnalisé tes propres créations, dans une ambiance chaleureuse et pleine de fantaisie !

*Âges : 6 à 9 ans et 10 à 14 ans*

*Équipement : tenue décontractée.*

*Prix : 85 €*

