

CLUB ADOS

PROGRAMME : SEMAINE DU 8 AU 12 JUILLET 2024

Lundi 08	LUGE D'ETE	
	TIR A L'ARC	
Mardi 09	ESCALADE BLOC	SUPPL 5 €
Mercredi 10	MINI GOLF (1 parcours)	
	JEUX : SPORT CO AU CHOIX	
Jeudi 11	JOURNEE MORILLON	SUPPL 20€
	RAFTING* 10H LAC BLEU	
Vendredi 12	Base de loisirs	
	Molky et jeux d'adresse	

IMPORTANT:

Prévoir un pique nique et goûter **TOUS LES JOURS**

*** Pour les activités dans l'eau (Rafting) :**

Amener une copie d'un test d'aisance (en accueil collectif de mineurs) délivré par un maitre nageur

Affaires à prendre:

LUGE D'ÉTÉ , JEUX,
TIR A L'ARC

Tenue de sport de préférence / Cheveux longs attachés
Chaussures de sports

ESCALADE BLOC

Tenue de sport de préférence / Cheveux longs attachés

JOURNEE MORILLON

RAFTING

PLAGE

Maillot de bain mis le matin de l'activité

Serviette

Casquette/Chapeau + Crème solaire + Lunettes de soleil + Jeux

Horaires:

Du Lundi au vendredi: RDV entre 8h30 et 9h30 (**SAUF SI PRECISE**)

A l'ancien accueil du Club des sports - 223 Place de l'Eglise - 74200 LA CLUSAZ
(au bout de la galerie après l'Agence Gobert Immobilier)

Départ: 9H30

Fin: vers 17H30

CLUB ADOS

PROGRAMME : SEMAINE DU 15 AU 19 JUILLET 2024

Lundi 15	MINI GOLF JEUX : MOLKKY, SPORT CO, BOUEE (AIRBAG)...	
Mardi 16	PARAPENTE / Jeux collectif	SUPPL 25€
Mercredi 17	Randonnée	
Jeudi 18	Accrobranche Grand bornand Piscine Grand bornand	SUPPL 10€
Vendredi 19	Jeux Club ados Remontée de rivière	

IMPORTANT: Prévoir un pique nique et goûter **TOUS LES JOURS**

*Pour l'activité PARAPENTE : fournir une autorisation parentale

Affaires à prendre:	<u>JEUX</u>	Tenue de sport de préférence / Cheveux longs attachés Chaussures de sport
	<u>PARAPENTE</u>	Chaussures fermées / de sport / Cheveux longs attachés k_way ou petite veste
	<u>RANDONNEE</u>	Chaussures fermées / de sport Pull, casquette/chapeau, paire de lunettes, crème solaire Veste de pluie / Coupe-vent (en fonction du temps)
	<u>JOURNEE GRAND BORNAND</u>	Chaussures fermées / de sport / Cheveux longs attachés Pull, casquette/chapeau, paire de lunettes, crème solaire Veste de pluie (en fonction du temps)
	<u>PISCINE</u>	Serviette, casquette/chapeau, crème solaire, lunettes... Maillot de bain PAS DE SHORT LONG !!
	<u>REMONTEE DE RIVIERE</u>	Chaussures fermées ne craignant pas l'eau & non glissantes (types vieilles baskets) serviette, vêtements & chaussures de rechange

Horaires: Du Lundi au vendredi: RDV entre 8h30 et 9h30 (**SAUF SI PRECISE**)
 A l'ancien accueil du Club des sports - 223 Place de l'Eglise - 74200 LA CLUSAZ
 (au bout de la galerie après l'Agence Gobert Immobilier)
Départ: 9H30
Fin: vers 17H30

CLUB ADOS

PROGRAMME : SEMAINE DU 22 AU 26 JUILLET 2024

Lundi 22	Karting Thônes Piscine Thônes	SUPPL 15€
Mardi 23	BIVOUAC / à la retenue colinaire de Merdassier (L'étale) Randonnée pour arriver sur le lieu du bivouac et pour le retour.	SUPPL 9€
Mercredi 24		
Jeudi 25	Escalade bloc	SUPPL 5€
Vendredi 26	Jeu de piste Sport & co	

IMPORTANT: Prévoir un pique nique et goûter **TOUS LES JOURS**

Affaires à prendre:	<u>ESCALADE BLOC / jeux</u>	Tenue de sport de préférence / Cheveux longs attachés Chaussures de sport
	<u>PISCINE</u>	Serviette, casquette/chapeau, crème solaire, lunettes... Maillot de bain PAS DE SHORT LONG !!
	<u>BIVOUAC</u> (DANS UN SAC A DOS FERME!!!)	1 sac de couchage, 1 lampe de poche Vêtements chauds pour la nuit (pyjama ou jogging) Affaires de toilette (dentifrice/ brosse à dents/ de quoi se débarbouiller...)

Horaires: Du Lundi au vendredi: RDV entre 8h30 et 9h30 (**SAUF SI PRECISE**)
A l'ancien accueil du Club des sports - 223 Place de l'Eglise - 74200 LA CLUSAZ
(au bout de la galerie après l'Agence Gobert Immobilier)
Départ: 9H30
Fin: vers 17H30

CLUB ADOS

PROGRAMME : SEMAINE DU 29 JUILLET AU 2 AOÛT 2024

Lundi 29	Biathlon Grand Bornand PISCINE Grand bornand	SUPPL 10€
Mardi 30	Luge d'été Tir à l'arc	
Mercredi 31	MINI GOLF Sport Collectif	
Jeudi 1	Randonnée	
Vendredi 2	JOURNEE A MORILLON Rafting* Plage	SUPPL 20€
IMPORTANT: Prévoir un pique nique et goûter TOUS LES JOURS *Pour les activités dans l'eau (rafting...) : Amener une copie d'un test d'aisance (en accueil collectif de mineurs) délivré par un maitre nageur		
Affaires à prendre: BIATHLON / SPORT COLLECTIF Tenue de sport de préférence / Chaussures de sport <u>PLAGE / PISCINE</u> Maillot de bain PAS DE SHORT LONG !! Serviette Casquette/Chapeau + Crème solaire + Lunettes de soleil + Jeux <u>RANDONNEE</u> Chaussures fermées / de sport Pull, casquette/chapeau, paire de lunettes, crème solaire Veste de pluie / Coupe-vent (en fonction du temps) <u>MORILLON</u> <u>RAFTING + LAC BLEU</u> Maillot de bain mis le matin de l'activité Serviette Casquette/Chapeau + Crème solaire + Lunettes de soleil		
Horaires: Du Lundi au vendredi: RDV entre 8h30 et 9h30 (SAUF SI PRECISE) A l'ancien accueil du Club des sports - 223 Place de l'Eglise - 74200 LA CLUSAZ (au bout de la galerie après l'Agence Gobert Immobilier) Départ: 9H30 Fin: vers 17H30		

CLUB ADOS

PROGRAMME : SEMAINE DU 5 AU 9 AOÛT 2024

Lundi 5	Escalade bloc	SUPPL 5€
Mardi 6	BIVOUAC / Les confins Randonnée pour arriver sur le lieu du bivouac et pour le retour.	SUPPL 9€
Mercredi 7		
Jeudi 8	Accrobranche Cruseilles Piscine Cruseilles	SUPPL 10€
Vendredi 9	Base de Loisirs Jeux Molkky / Jeux d'adresse	

IMPORTANT: Prévoir un pique nique et goûter **TOUS LES JOURS**

Affaires à prendre <u>ESCALADE / BASE DE LOISIRS</u>	Tenue de sport de préférence / Cheveux longs attachés Chaussures de sport
<u>BIVOUAC</u> (DANS UN SAC A DOS FERME!!!)	1 sac de couchag 1 lampe de poche Vêtements chauds pour la nuit (pyjama ou jogging) Affaires de toilette (dentifrice/ brosse à dents/ de quoi se débarbouiller...
<u>ACCROBRANCHE CRUSEILLES</u>	Chaussures de marche / bonnes baskets Pull, casquette/chapeau, paire de lunettes, crème solaire Veste de pluie (en fonction du temps)
<u>PISCINE</u>	Serviette Casquette/Chapeau + Crème solaire + Lunettes de soleil Maillot de bain PAS DE SHORT LONG !!

Horaires: Du Lundi au vendredi: RDV entre 8h30 et 9h30 (**SAUF SI PRECISE**)
 A l'ancien accueil du Club des sports - 223 Place de l'Eglise - 74200 LA CLUSAZ
 (au bout de la galerie après l'Agence Gobert Immobilier)
Départ: 9H30
Fin: vers 17H30

CLUB ADOS

PROGRAMME : SEMAINE DU 12 AU 16 AOÛT 2024

Lundi 12	JEUX club ados Remontée de rivière	
Mardi 13	Golf / Randonnée Tyrolienne	SUPPL 10€
Mercredi 14	Mini golf Sport collectif	
Jeudi 15	Karting Thônes Piscine Thônes	SUPPL 15€
Vendredi 16	Base de Loisirs Jeux d'adresse	

IMPORTANT: Prévoir un pique nique et goûter **TOUS LES JOURS**

Affaires à prendre: JEUX / SPORT CO Tenue de sport de préférence / Cheveux longs attachés
BASE DE LOISIRS Chaussures de sport

REMONTEE DE RIVIERE **Chaussures fermées ne craignant pas l'eau & non glissantes**
 (types vieilles baskets)
 serviette, vêtements & chaussures de rechange

GOLF / RANDONNEE Chaussures fermées / de sport
 Pull, casquette/chapeau, paire de lunettes, crème solaire
 Veste de pluie / Coupe-vent (en fonction du temps)

PISCINE Serviette, casquette/chapeau, crème solaire, lunettes...
Maillot de bain PAS DE SHORT LONG !!

Horaires: Du Lundi au vendredi: RDV entre 8h30 et 9h30 (**SAUF SI PRECISE**)
 A l'ancien accueil du Club des sports - 223 Place de l'Eglise - 74200 LA CLUSAZ
 (au bout de la galerie après l'Agence Gobert Immobilier)
Départ: 9H30
Fin: vers 17H30

CLUB ADOS

PROGRAMME : SEMAINE DU 19 AU 23 AOÛT 2024

Lundi 19	Biathlon Grand Bornand Piscine Grand Bornand	SUPPL 10€
Mardi 20	Luge d'été Tir à l'arc	
Mercredi 21	Escalade Bloc	SUPPL 5€
Jeudi 22	Jeu de piste Sport Collectif	
Vendredi 23	Canyoning* Plage Angon	SUPPL 25€

IMPORTANT: Prévoir un pique nique et goûter **TOUS LES JOURS**

*** Pour les activités dans l'eau (canyoning) : Amener une copie d'un test d'aisance (en accueil collectif de mineurs) délivré par un maitre nageur**

Affaires à prendre	<u>JEUX / ESCALADE</u> <u>BASE DE LOISIRS</u>	Tenue de sport de préférence / Cheveux longs attachés Chaussures de sport
	<u>JOURNEE ANGON</u> <u>CANYONING + PLAGE</u>	Chaussures fermées Tenue de sport / cheveux longs attachés Maillot de bain + Serviette 1 Casquette + Crème solaire + Lunettes de soleil
	<u>PISCINE</u>	Serviette, casquette/chapeau, crème solaire, lunettes... Maillot de bain PAS DE SHORT LONG !!

Horaires: Du Lundi au vendredi: RDV entre 8h30 et 9h30 (**SAUF SI PRECISE**)
 A l'ancien accueil du Club des sports - 223 Place de l'Eglise - 74200 LA CLUSAZ
 (au bout de la galerie après l'Agence Gobert Immobilier)
Départ: 9H30
Fin: vers 17H30