PROGRAMME *du stage*

BIENVENUE AU STAGE D'ETE 2021 !

Du lundi 2 août au matin au dimanche 8 août après le déjeuner.

ENFANTS ET ADOS (6-16 ANS)

Lieu du stage et des activités : Village-Vacances d'Yravals
Les ados de 15 à 16 ans peuvent participer au stage adultes.

Lundi > Vendredi	**8H - 9H** Petit déjeuner	**9H - 11H45** Accueil en terrasse Cours de Shindaï-do	**12H30** Déjeuner	**14H - 16H45** Animations et activités*	**20H** Dîner
Samedi	**8H - 9H** Petit déjeuner	**9H - 11H45** Animations et activités	**12H30** Déjeuner	**14H - 16H45** Animations et activités*	**20H** Dîner

*prévoir un goûter et à boire

ADULTES

Lieu du stage : Halle des Sports, avenue des Guinguettes, 66760 Bourg-Madame
(en venant de Latour-de-Carol, la Halle est sur la gauche à la sortie de Bourg-Madame)

Lundi > Samedi	**8H - 9H** Petit déjeuner	**9H30 - 11H30** Cours adulte	**12H30** Déjeuner	**14H30 -16H30** Cours Adulte	**20H** Dîner
Dimanche	**8H - 9H** Petit déjeuner	**10H - 11H30** Temps d'échanges, bilan et suivi du stage	**12H30** Déjeuner de clôture		

Mercredi à 16H30 : temps d'échange pédagogique pour les instructeurs
Jeudi à 18H : séminaire pour les dirigeants des clubs
Vendredi à 18H : Assemblées Générales (tous les participants au stage sont les bienvenus)
Les chambres doivent être nettoyées et libérées pour 10H le dimanche matin.

Nous vous souhaitons une excellente semaine sportive et conviviale !

PROTOCOLE *sanitaire*

Pour faire face à la crise sanitaire, nous avons mis en place un protocole afin que cette semaine se déroule en toute sécurité pour chacun.e d'entre vous :

- Veillez à apporter **votre propre tapis** et un grand drap de bain (si vous n'avez pas de tapis, nous vous en prêterons un que vous conserverez pendant tout le stage).
- À votre arrivée à la Halle aux sports, merci d'**enlever vos chaussures**. Si vous ne souhaitez pas marcher pieds nus, apportez une paire de chaussures (ou de chaussettes) destinées exclusivement aux cours.
- Merci également de vous munir d'un sac dans lequel vous placerez vos chaussures à l'arrivée.
- Merci d'**arriver en tenue** car les vestiaires seront fermés.
- Merci de **porter un masque** pour circuler dans le gymnase ainsi que pour entrer et sortir.
- Veillez à vous **laver les mains** à votre arrivée en suivant le protocole affiché sur les lavabos.
- Veuillez à bien **respecter les distances de sécurité** avant, durant et après les séances de cours.
- Merci d'installer vos tapis sur les emplacements marqués au sol.
- Notez l'importance de la **ponctualité** ; prévoyez un temps de mise en place pour chaque demi-journée du stage.

À apporter lors des séances :

- un tapis de sol personnel, un coussin ou un petit banc
- une tenue confortable
- un masque
- du papier et un stylo