



	Horaires	Animations	Descriptif/infos	Intervenants	Tranche d'âge	Tarif (pts Yaouank)	Lieu de Rdv
Lundi 12/04	14h30 16h30	INSCRIPTIONS ACTIVITES > BUREAU SEJS EN MAIRIE	Les animations sont entièrement gratuites pour ces vacances, mais il faudra néanmoins s'inscrire au préalable car le nombre de place est limité, notamment à cause du contexte sanitaire.	FX TOULARASTEL	Pour tous	Gratuit	Mairie ou Courriel : sportjeunesse@tregastel.fr ou Tél : 07.62.32.61.79
	15h00 17h00	MINI-TENNIS en 1 contre 1	Match en 1 contre 1. Prêt de raquette et désinfection du matériel ainsi que mise à disposition de gel hydroalcoolique.	Pierre GUILLOU	11/17 ans*	Gratuit	City stade
Mardi 13/04	10h30 12h00	GOLF	Apprentissage des techniques de bases autour de défis et jeux collectifs, suivi d'un parcours en scramble.	FX TOULARASTEL	7/11 ans**	Gratuit	Espace multisports Poul Palud > Rdv Skate Park
	15h00 17h00	TENNIS BALLON 1 contre 1	Match en 1 contre 1 à l'aide d'un ballon de foot. Prêt de raquette et désinfection du matériel ainsi que mise à disposition de gel hydroalcoolique.	Pierre GUILLOU	11/17 ans*	Gratuit	City stade
Mercredi 14/04	10h30 12h00	GOLF ARCHERY	Activité à mi-chemin entre le Golf et le Tir à l'arc, où il s'agira de réaliser un parcours à l'aide de son arc et d'une flèche adaptée. Jeux et défis collectifs sont également au rendez-vous!	FX TOULARASTEL	7/11 ans**	Gratuit	Espace multisports Poul Palud > Rdv Skate Park
	15h00 17h00	CARTE BLANCHE	Viens avec tes potes et choisis ton sport! Mise à disposition de matériel.	Pierre GUILLOU	11/17 ans*	Gratuit	City stade
Jeudi 15/04	10h30 12h00	FRISBEE GOLF	Activité basée sur les règles du Golf, où il s'agira de réaliser un parcours à l'aide de frisbee adapté à chaque distance de tir. Jeux et défis collectifs sont également au rendez-vous!	FX TOULARASTEL	7/11 ans**	Gratuit	Espace multisports Poul Palud > Rdv Skate Park
	15h00 17h00	KAM JAM	Activité se jouant à 2 ou 4 Joueurs où il s'agit de mettre le frisbee dans un genre de panier. La manière d'y parvenir rapporte entre 1 et 3 points ou fait gagner directement la manche!	Pierre GUILLOU	11/17 ans*	Gratuit	Espace multisports Poul Palud > Rdv Skate Park
Vendredi 16/04	10h30 12h00	FOOT GOLF	Activité basée sur les règles du Golf, où il s'agira de réaliser un parcours à l'aide d'un ballon de football. Jeux et défis collectifs sont également au rendez-vous!	FX TOULARASTEL	7/11 ans**	Gratuit	Espace multisports Poul Palud > Rdv Skate Park
	15h00 17h00	FOOTING/RENFORCEMENT MUSCULAIRE/ETIREMENT	Séance de cardio training adaptée aux adolescents suivi d'une session d'étirement.	Pierre GUILLOU	11/17 ans*	Gratuit	Espace multisports Poul Palud > Rdv Skate Park
Lundi 19/04	10h30 12h00	ART DU CIRQUE	Apprentissage des bases du jonglage, de l'équilibre et même de la clownerie, afin d'aboutir à une petite mise en scène finale!	Pierre GUILLOU	7/11 ans**	Gratuit	Espace multisports Poul Palud > Rdv Skate Park
	15h00 17h00	FOOT GOLF	Viens défier tes ami(e)s autour de courses et défis en voitures télécommandées.	FX TOULARASTEL	11/17 ans*	Gratuit	City stade
Mardi 20/04	10h30 12h00	COURSE D'ORIENTATION	Apprentissage de la lecture de carte et de la compréhension d'une légende. Recherche de balises cachées dans la nature, en binôme, à travers un parcours étoile et autres défis orientation. Observation et endurance seront au rendez-vous!	Pierre GUILLOU	7/11 ans**	Gratuit	Espace multisports Poul Palud > Rdv Skate Park
	15h00 17h00	TOUR DU MONDE BASKET	Défis individuels et/ou par équipe avec un ballon autour du panier de basket.	FX TOULARASTEL	11/17 ans*	Gratuit	City stade
Mercredi 21/04	10h30 12h00	PARKOUR	C'est l'Art de savoir se déplacer dans son environnement en utilisant l'ensemble de ses capacités motrices à travers des sauts, des réceptions, de l'endurance et du plaisir!	Pierre GUILLOU	7/11 ans**	Gratuit	Espace multisports Poul Palud > Rdv Skate Park
	15h00 17h00	CARTE BLANCHE	Viens avec tes potes et choisis ton sport! Mise à disposition de matériel.	FX TOULARASTEL	11/17 ans*	Gratuit	City stade
Jeudi 22/04	10h30 12h00	VTT	Apprentissage des techniques de bases autour de défis/jeux de maniabilité et d'équilibre sur VTT suivi d'une balade sur Trégastel. Prévoir son vélo et un casque (possibilité de prêt de casque si besoin).	FX TOULARASTEL et Pierre GUILLOU	7/11 ans**	Gratuit	Rdv salle Omnisports
	15h00 17h00	JEU DE PISTE	Enquête sous forme de jeu de piste. Serez-vous relever ce nouveau défi?	FX TOULARASTEL	11/17 ans*	Gratuit	Rdv City stade
Vendredi 23/04	10h30 12h00	JEUX DE RAQUETTES	Apprentissage des bases et des règles du badminton et/ou tennis en fonction de la météo. Jeux et défis collectifs au programme.	Pierre GUILLOU	7/11 ans**	Gratuit	Espace multisports Poul Palud > Rdv Skate Park
	15h00 17h00	FOOTING/RENFORCEMENT MUSCULAIRE/ETIREMENT	Séance de cardio training adaptée aux adolescents suivi d'une session d'étirement.	FX TOULARASTEL	11/17 ans*	Gratuit	Espace multisports Poul Palud > Rdv Skate Park