



Ecole de Natation du NCAIp'38

Stage de Pâques

Du 18 au 22 avril 2016
Piscine Universitaire de St Martin d'Hères

Deux options possibles :

- Option 1 : stage natation ouvert aux enfants de 5 ans à 12 ans :
 - Natation le matin (8h30 à 12h) au campus.
 - Coût : 80€
- Option 2 : stage sportif ouvert aux enfants de 7 ans à 12 ans :
 - Natation le matin (8h30 à 12h) au campus.
 - Pique-nique le midi
 - Activités sportives l'après-midi (13h30 à 17h) : escalade, sport-co, tir à l'arc, cirque, rando vélo.
 - Coût : 170€

Inscriptions :

- En ligne via notre site internet à partir du 15 mars 2016.
http://commerce.sage.com/ncalp38/MainContext_GoHomeSection.aspx?

Je m'inscris/stages/école de natation.

Merci d'indiquer le Nom, prénom et la date de naissance de l'inscrit au stage en commentaire.

- Par retour du coupon d'inscription ci-dessous accompagné du règlement du stage (retour avant le 5 avril 2016).
- **Coût du stage :**
 - **80€ pour l'option 1**
 - **170€ pour l'option 2**
 - **5€ supplémentaires pour les enfants non-adhérents au club**



Ecole de Natation du NCAIp'38

Stage de Pâques

Organisation :

Stage natation : Option 1

- 8h30 à 9h : accueil des enfants
- 9h à 12h : Natation, travail à sec (travail de coordination, d'habiletés motrices et de la souplesse) et jeux aquatiques.
- 12h : FIN

Stage natation et multi-sport : Option 2

- Matin :
 - 8h30 à 9h : accueil des enfants
 - 9h à 12h : Natation et travail à sec (travail de coordination, d'habiletés motrices et de la souplesse)
- 12h à 13h30 : Pique-nique et temps calme
- Après-midi :
 - 13h30 à 17h : activités sportives (voir le détail ci-dessous)
 - 17h : FIN

Planning prévisionnel du stage :

| | Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi |
|-------------|-----------------|-------------------|---------------------------|-----------------|-----------------|
| 8h 30 à 9h | Accueil | Accueil | Accueil | Accueil | Accueil |
| 9h – 10h | Natation | Natation | Natation | Natation | Natation |
| 10h – 11h | Travail à sec | Travail à sec | Travail à sec | Travail à sec | Travail à sec |
| 11h – 12h | Jeux aquatiques | Jeux aquatiques | Jeux aquatiques | Jeux aquatiques | Jeux aquatiques |
| 12h – 13h30 | Pique-nique | Pique-nique | Pique-nique | Pique-nique | Pique-nique |
| 13h30 - 17h | Escalade EV2* | Sports-collectifs | Cirque et jeux aquatiques | Tir à l'arc* | Rando vélo |
| 17h | FIN | FIN | FIN | FIN | FIN |

*Activité encadrée par un (des) BE

Les activités de l'après-midi peuvent changer.

Coupon réponse :

Nom Prénom Date de naissance

Tél : Email

Je participerai au stage qui aura lieu du 18 au 22 avril 2016 à la piscine universitaire.

- Option 1 : stage de natation
- Option 2 : stage multisports

Joindre le chèque du règlement du stage à l'ordre du NCAIp'38.