

Danse fitness et plage !



Une colo pour bouger et danser ... et se baigner !

Catégorie : Stage sportifs, colonie de vacances mer, Multi sports

De : 9 ans à 17 ans

Capacité : 24 personnes

A partir de : euro

Lieu : Hendaye - Pyrénées Atlantiques (64)

Pays : FRANCE

Saison : ETE JUILLET, ETE AOUT

Moyen de transport : TRAIN, CAR, CAR ET/OU TRAIN, PROPRES MOYENS

Temps forts : Séances de danse zumba et sh\bam ... sortie en Espagne, paintball, parcours dans les arbres, baignade, plage.

Description :

Une colonie de vacances pour les jeunes qui souhaitent profiter, faire du sport, bouger et danser, le tout dans un cadre propice aux vacances. Les jeunes participeront à 4 séances de danse fitness, mais aussi pratiqueront le paintball, un parcours dans les arbres, une journée à San Sébastian, baignade, jeux de plages ... Possibilité en option (en supplément) : 1 baptême de jetski pour les 12-17 ans (+40?), 1 séance de bouée tractée pour les 9-11 ans (+30?)

Programme :

Une colo pour bouger, s'éclater et danser ! Au programme 4 séances de 2h de danse fitness dans la semaine.

Les jeunes découvriront et pratiqueront des danses à la mode du type Zumba, Sh\bam et autres discipline qui allie danse, sport, fitness et bien être !

Rythmes latinos, chorégraphie, musiques à la mode seront au rendez-vous !!!

Et en plus de ces activités :

- 1 Excursion en Espagne : Les jeunes profiteront de la proximité de la frontière pour s'immerger une journée au c?ur du pays basque espagnol au cours d'une escapade à San Sebastian !

- 1 séance de Paintball : Session spéciale en forêt, dans un espace de jeux boisé de plus de 4000m2 avec des caches en éléments entièrement naturels (palettes, croix en bois, tonneaux, rondins, troncs d'arbres couchés, bunker en bois...) opposant deux équipes dont les joueurs sont équipés de masques de protection et de lanceurs. Chaque équipe devra faire preuve de cohésion et de stratégie pour l'emporter ! Toute la man?uvre consiste dans le placement des joueurs et dans la bonne adaptation du terrain !

- 1 séance de Parcours aventures dans les arbres : Ce parcours dans les arbres est idéal pour se familiariser avec la hauteur et les sensations que cela procure. Il faut compter environ 2h00 d'activité. Il est idéalement destiné aux enfants. Depuis 2014, nous utilisons des mousquetons dits « intelligents » afin de pratiquer cette activité en totale sécurité et en restant acteur de sa progression...

Ce séjour sera aussi et surtout l'occasion de profiter de l'océan, des vagues sur les magnifiques et vastes plages d'Hendaye (baignade, jeux de plage, ?) Les enfants pourront découvrir cette petite planche maniable et ludique qu'est le bodyboard lors des sorties à la plage. Nous mettrons ces planches à disposition des enfants afin qu'ils s'amuse à glisser sur les vagues.

Les colonies, ce sont aussi des moments de bonnes rigolades avec les copains, des veillées thématiques inoubliables avec les animateurs et l'occasion de découvrir la beauté des paysages et les spécialités d'une destination touristique pour repartir avec pleins de beaux souvenirs en tête?

Activités : DANSE, EXCURSIONS, BAIGNADES, GRANDS JEUX, AËROBIC

Transport :

Encadrement : La colonie de vacances sera encadrée par une équipe pédagogique de qualité, selon la réglementation en vigueur et des protocoles de recrutement sérieux : Un directeur BAFD (ou équivalent), 2 di

Formalités : Fiche sanitaire, Attestation médicale des vaccinations à jour ou copie du carnet de vaccinations

Departement :

PYRENEES-ATLANTIQUES

Capacité :

150

Description :

Le Lycée Aizpurdi est situé idéalement en plein cœur du village basque d'Hendaye à moins de 2 kilomètres des plages et à quelques centaines de mètres de la frontière espagnole.

Nous bénéficions d'un internat pouvant accueillir 150 jeunes maximum dans des chambres de 2 à 4 personnes. Sa disposition sur 4 étages permet une bonne gestion des différentes tranches d'âges (6-8 ans, 9-11 ans, 12-14 ans et 15-17 ans).

Les sanitaires, récemment rénovés, sont situés à chaque étage à proximité des chambres.

Nous profitons également d'infrastructure de grande qualité : 1 gymnase avec terrain de volleyball, matériel de fitness et de gymnastique, matériel de tennis de table, 1 cuisine pédagogique professionnelle, 1 salle informatique et multimédia, des salles d'activités équipées de tables, chaises et projecteurs vidéo.

Mode de vie : Les jeunes dorment dans un établissement en dur sur un lit simple de 90x190 dans une chambre prévue pour 2 à 4 personnes. Nous profiterons pleinement des infrastructures offertes par le centre de vacances notamment un terrain de basket, gymnase...