




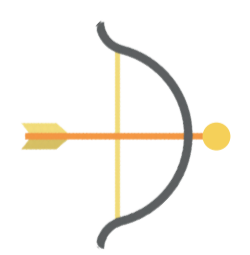

La Région pense aux jeunes Franciliens qui ne partent pas en vacances cet été.

Pour leur donner accès à l'évasion, la détente et aux sensations fortes à travers une multitude d'activités sportives en plein air, pour leur permettre de s'initier au secourisme, perfectionner leur anglais, participer à divers ateliers...

Rendez-vous du lundi 12 juillet au vendredi 13 août 2021, au Village Sportif et Culturel de l'Île de Loisirs du Port aux Cerises, à Draveil en Essonne (91) !

LISTE DES ACTIVITÉS

Toutes les activités sont destinée aux jeune de **11 à 17 ans**.

ACTIVITÉS	C'EST QUOI ?	QUAND ?
	<p>SLACKLINE</p> <p>La slackline est une pratique sportive récente s'apparentant au funambulisme. Elle s'en distingue cependant clairement par l'utilisation d'une sangle élastique en polyester, ainsi que par l'absence d'accessoire de type balancier et de stabilisation de la sangle.</p>	<p>10h - 11h 11h - 12h 13h - 14h 14h - 15h 15h - 16h 16h - 17h</p>
	<p>FLAG RUGBY</p> <p>Le flag rugby est une activité sportive qui permet de s'approcher de la pratique du rugby en évitant, en réduisant, le contact physique entre les élèves (le plaquage est remplacé par le vol de foulard).</p>	<p>10h - 11h 11h - 12h 13h - 14h 14h - 15h 15h - 16h 16h - 17h</p>
	<p>ULTIMATE / DISC GOLF</p> <p>Sport qui se joue avec un frisbee, opposant deux équipes de cinq ou sept joueurs. Le disc-golf est un jeu basé sur les règles du golf. On y joue à l'aide de disques spécifiques similaires à des frisbees, mais plus petits et plus lourds. Ces disques sont lancés en direction d'une cible, qui sert de « panier ». Le but étant d'atteindre la cible en utilisant le moins de coup possible.</p>	<p>10h - 11h 11h - 12h 13h - 14h 14h - 15h 15h - 16h 16h - 17h</p>
	<p>ARCHERY TAG</p> <p>L'Archery tag est une activité sportive similaire au paintball, les joueurs étant équipés d'arc et de flèches dont l'extrémité est en mousse. Deux équipes s'affrontent : la première à toucher tous les centres des 5 cibles de l'adversaire remporte la partie.</p>	<p>10h - 11h 11h - 12h 13h - 14h 14h - 15h 15h - 16h 16h - 17h</p>
	<p>BADMINTON</p> <p>Les joueurs marquent des points en frappant un volant à l'aide de leur raquette pour le faire tomber dans le demi-terrain adverse. L'échange se termine dès que le volant touche le sol, ou s'il y a faute.</p>	<p>10h - 11h 11h - 12h 13h - 14h 14h - 15h 15h - 16h 16h - 17h</p>

ACTIVITÉS

C'EST QUOI ?

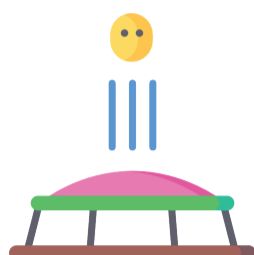
QUAND ?



CANOE KAYAK

Le canoë-kayak est une activité pratiquée avec des embarcations propulsées à la pagaie, impliquant la maîtrise du bateau, un entraînement technique et physique, l'équipement...

10h - 11h
11h - 12h
13h - 14h
14h - 15h
15h - 16h
16h - 17h



SPIKE BALL

Chaque équipe doit faire rebondir tour à tour la balle sur un filet fixé à un cadre rond proche du sol, après trois touches au maximum, comme au volley.

10h - 11h
11h - 12h
13h - 14h
14h - 15h
15h - 16h
16h - 17h



HOCKEY SUR GAZON

Sport collectif pratiqué sur gazon où deux équipes de onze joueurs chacune s'affrontent. C'est un jeu de balle qui se pratique avec une crosse.

10h - 11h
11h - 12h
13h - 14h
14h - 15h
15h - 16h
16h - 17h



BOXE

Équipés de gants rembourrés, les participants portent des coups sur des modules afin d'assimiler les gammes de la boxe.

10h - 11h
11h - 12h
13h - 14h
14h - 15h
15h - 16h
16h - 17h



PREMIER SECOURS

Apprendre, pratiquer et maîtriser les gestes de premiers secours avec notre intervenant.

14h - 14h40
14h40 - 15h20
15h20 - 16h
16h - 16h40



ANGLAIS

Apprenez les bases de l'anglais, dans différentes situations, avec notre intervenant.

10h - 10h40
10h40 - 11h20
11h20 - 12h40

RÉSERVATIONS

Pour toutes informations complémentaires veuillez nous contacter au : 01.69.83.46.23
Pour toutes réservations veuillez nous contacter par mail à l'adresse suivante :
vsc@le-port-aux-cerises.iledeloisirs.fr

IMPORTANT : Toute réservation doit avoir lieu maximum le jeudi midi, de la semaine précédent votre venue.