



Stage de reprise GAM/GAF compétition août 2020 - semaine 35

Lundi 24 août : Randonnée, première étape du chemin de Saint-Jacques

Ouvert aux compétiteurs/trices né/e/s en 2014 et avant.

Rendez-vous à 8h30 aux tennis d'Espaly. Randonnée jusqu'à Saint-Privat d'Allier sur le chemin de Saint-Jacques de Compostelle (20 km environ en passant par Bains). Retour en bus.

Prévoir pique-nique, tenue appropriée à la météo, ainsi que la quantité d'eau, chaussures fermées et confortables, chapeau et crème solaire... ou K-Way !

Tarif : 15 €.

Nous acceptons les parents qui souhaitent accompagner (2 €).

Mardi 25 août et jeudi 27 août : Condition physique et jeux collectifs au stade Massot

10h-12h : compétiteurs/trices GAM/GAF né/e/s entre 2010 et 2014 inclus.

14h-16h : compétiteurs/trices GAM/GAF né/e/s en 2009 et avant.

Tarif : 12 € (2 jours indissociables).

Mercredi 26 août : Activités de plein air sur la base nautique du camping Rondin des bois à Rocles (48300) et accrobranche

Gymnastes compétiteurs/trices né/e/s entre 2009 et 2014 inclus :

Rendez-vous à 9h30 sur place / 8h30 place de la Libération.

Le matin : 1 activité au choix parmi voile*, canoë*, et paddle*.

Après-midi : parcours accrobranche.

Fin d'activité à 16h15.

Prévoir pique-nique pour midi, maillot de bain/serviette, chaussures pouvant aller dans l'eau, crème solaire, chapeau, short pas trop court pour le baudrier.

Tarif : 35 €.

Gymnastes compétiteurs/trices né/e/s en 2008 et avant :

Rendez-vous à 16h sur place / 15h place de la Libération.

L'après-midi : 1 activité au choix parmi voile*, canoë*, paddle*, VTT, et trottinette électrique.

Le soir : accrobranche nocturne.

Fin d'activité à 23h.

Prévoir pique-nique pour le soir, tenue adaptée à l'activité choisie, veste pour le soir.

Tarif : 40 €.

Pour les parents qui le souhaitent, possibilité de louer du matériel sur place : canoë, pédalo, catamaran, ou de faire le parc accrobranche.

*** A fournir** : attestation d'aisance aquatique délivrée par un maître-nageur (pièce jointe).

Vendredi 28 août : Randonnée à vélo sur la voie verte

Ouvert aux compétiteurs/trices né/e/s en 2014 et avant.

Savoir faire du vélo avec aisance, de préférence un 20 pouces.

Rendez-vous à 9h30 place de la Libération, à 10h au point 0 de la voie verte (en dessous de Weldom), ou à 11h30 à la gare de Coubon.

Retour à 16h30.

Prévoir pique-nique.

Tarif : 15 €.

Les parents qui souhaitent accompagner seront les bienvenus (gratuit).

Ma/mon/notre fille/fils né/e le

participera aux activités suivantes proposées par *Velay Gym* dans le cadre de son inscription en section compétition pour la saison sportive 2020-2021 (dossier déposé) :

Cocher la ou les cases choisies. Merci.

- La **randonnée** du lundi 24/08/2020 (15 €)
○ Présence d'un accompagnateur (2 €)
- Une **activité* de plein air** du mercredi 26/08/2020 (2008 et avant : 40 € / 2009-2014 : 35 €)
○ **Voile** (*attestation d'aisance aquatique demandée*) *ou*
○ **Canoë** (*attestation d'aisance aquatique demandée*) *ou*
○ **Paddle** (*attestation d'aisance aquatique demandée*) *ou*
○ **VTT** (né/e/s en 2008 et avant) *ou*
○ **Trottinette électrique** (né/e/s en 2008 et avant)

** Ces activités étant à effectif limité, les choix seront honorés dans la mesure des places disponibles, dans l'ordre de réception des inscriptions.*

- La **sortie vélo** du vendredi 28/08/2020 (15 €)
○ Présence d'un accompagnateur (*gratuit*)
○ Départ de la place de la Libération
○ Départ du point 0 de la voie verte
○ Départ de la gare de Coubon

- Multiactivités** des mardi 25/08 et jeudi 27/08/2020 (12 €)

- La **semaine entière** du 24 au 28/08/2020 (2008 et avant : 70 € / 2009-2014 : 65 €)

Ci-joint le **règlement de euros** correspondant, à l'ordre de *Velay Gym*.

Fait à

Signature des parents

Le

Page à retourner par mail à coach.velaygym@gmail.com pour le 7 août 2020 au plus tard
et à déposer, accompagné du règlement (pas d'espèces), sous enveloppe fermée,
dans la boîte aux lettres du club,
16 place de la Libération, 43000 Le Puy-en-Velay.