SPORTS ACADEMY EN DEMI-PENSION EN AUVERGNE





DESCRIPTION

Tu es un(e) mordu(e) de sport ? Viens par ici, cet été de juillet à août, Djuringa Juniors revisite pour toi les **stages sportifs en demi-pension !**

Séjour en demi-pension : pas de nuitée

Tu seras accueilli·e à la journée, du lundi au vendredi de 8h45 à 18h30, et le samedi tu pourras rester sur le centre jusqu'à 23h15 si tu le souhaites pour participer au dîner (compris) et à la boum de fin de séjour. C'est la formule idéale si tu habites près du centre ou que tes parents sont en vacances à proximité.

Tu souhaites rester dormir sur place ? Nos stages sportifs existent également en pension complète : EN SAVOIR +

LE RYTHME DE LA SEMAINE

- Deux **sessions d'entraînement** journalières (2x1h30 à 2h en moyenne) hors jeudi matin : repos puis 2 séances l'après-midi. Le jeudi, tu seras accueilli(e) à partir de 13h30 jusqu'à 18h30.
- Des **activités ludiques**, récréatives et sportives les fins d'après-midi (sauf le jeudi) : baby-foot, tennis de table, grands jeux, tennis, basket-ball, volley-ball, course d'orientation, sorties, animations diverses, découverte de l'environnement, spectacles, soirées animées et musicales, etc.
- Une **séance "bilan"** le samedi matin : décrassage, remise des livrets de formation, échange avec les éducateurs, etc.
- **Olympiades festives et sportives** par tranches d'âges en clôture du séjour (samedi de 16h à 19h).

LES PLUS :

- Groupes d'entraînements par âge et niveau,
- Possibilité d'invidualiser le programme si tu le souhaites, sur demande,
- Remise d'un livret de formation personnalisé à chaque stagiaire en fin de séjour.

LES STAGES SPORTIFS PROPOSES

Au moment de ton inscription, tu devras choisir une discipline parmi 13 suivantes, que tu pratiqueras pendant tout ton séjour. Si tu souhaites venir plusieurs semaines, tu pourras (si besoin) choisir un sport différent par semaine.

- Athlétisme (nouvelles infrastructures)
- Badminton
- Hand-Ball
- Judo

à partir de 240.00 € / jeune

Du 06/07/2026 au 21/08/2026

Ages : **de 9 à 17 ans**

Organisateur : **DJURINGA JUNIORS - France**

Agrément : **JEUNESSE ET SPORTS**

Frais de dossier : **19.00 € / jeune**

Adresse du séjour

43200 YSSINGEAUX

- Basket-Ball
- Football
- Gymnastique Artistique (GAF/GAM)
- Equitation
- Break dance
- Multi-Combat
- Tennis
- Tennis de table
- Beach volley

ATHLETISME

De l'initiation au perfectionnement, tu t'adonneras à cette activité de performance motrice à dominante énergétique qu'est l'athlétisme. Tu travailleras ainsi ta capacité à explorer, repousser tes limites pour faire plus et mieux en sollicitant tes grandes fonctions physiologiques. Nous travaillerons également les actions de course, de saut, de lancer favorisant chez le stagiaire le développement moteur, énergétique, cognitif et socio-affectif.

Au cours de ce stage, tu pourras te spécifier dans l'une des courses de vitesse (100m, 200m, 400m) ou tu pourras choisir de t'entrainer sur du demi-fond (800m, 1500m ou 3000m) ainsi que sur de la course de haies ou relais 4*100m. Le programme sera complété par des séances de sauts (longueur, triple saut et hauteur) et de lancer (poids et disque).

BADMINTON

De l'initiation au perfectionnement, toutes les notions spécifiques au badminton seront abordées dans ce stage ouvert bien entendu, aux filles comme aux garçons :

- **Travail technique** : jeu au filet, fond de court, le mi court, prise de raquette, positionnement du corps par rapport au volant, mouvement de l'épaule-coude-poignet.
- **Travail énergétique** : shadow et déplacements
- **Travail cognitif** : lecture du volant, anticipation du corps par rapport au volant,
- **Exercices variés** : jeu en double, situations évolutives, ludiques et variées.

Le but est de t'initier et/ou développer tes capacités à t'adapter à tous les types d'adversaires mais surtout de créer tes propres stratégies.

BASKETBALL

De l'initiation au perfectionnement, tu t'adonneras à ton sport préféré tout au long de la semaine. Sous la forme de jeu au poste, tu perfectionneras :

- **maîtrise technique individuelle** : dribbles, shoots, lancers, rebonds, etc,
- **ainsi que ta maîtrise collective** : démarquage, fondamentaux défensifs et offensifs, timing d'attaque, pression...

Toutes les séances sont accompagnées de jeux (1c1, 2c2) ainsi que de tournois et concours (draft).

BEACH VOLLEY

Tu découvriras les techniques de base et les gestes spécifiques sur le sable, les matchs se jouent habituellement en 2 contre 2, mais ici, tu apprendras à jouer en 3 ou 4 par équipe, pour un apprentissage plus ludique et accessible.
Tout cela se fera **à travers ateliers, matchs, tournois et jeux**, en mettant l'accent sur **le jeu collectif, l'entraide, la solidarité et le dépassement de soi**.

Au programme :

- **Technique individuelle** : services (skyball, flottants, topspin), réceptions et défenses, passes et attaques,

- **Technique collective et tactique** : placements, relations en duo ou à quatre, couverture du terrain et maîtrise du sable.

BREAK DANCE

Ce stage est idéal pour t'amuser tout en développant ton énergie, ta créativité et ton style unique. Tu apprendras les bases du Break-Dance (hip-hop), perfectionneras tes mouvements et auras l'occasion de créer tes propres chorégraphies dans une ambiance conviviale et décontractée.

Au programme :

- **Coordination** : mouvements rapides, renforcement musculaire, souplesse et

endurance,
- **Expression artistique** : canalise tes émotions à travers la danse et développe ton propre style,
- **Confiance en soi** : relever des défis et performer en groupe t'aidera à oser et à être fier·e de toi,
- **Travail en équipe** : partage, collaboration et création de chorégraphies collectives,
- **Evasion créative** : musiques entraînantes, séances dynamiques et battles pour mettre ton talent en valeur !

EQUITATION

Ce stage d'équitation ouvert aux débutants comme aux confirmés te permettra de pratiquer tous les jours avec les autres jeunes de ton niveau, par le biais de divers exercices/séances pour t'améliorer ou t'initier : monte, soins aux chevaux, entretien, préparation de galops, balade, etc.

Pour ce séjour, un **supplément de 160€** est à prévoir.
Licence d'équitation **+30€** (passage de galop 1, 2, 3 et 4)

FOOTBALL

De l'initiation au perfectionnement, toutes les composantes de l'entraînement du footballeur sont abordées lors de ce stage sportif ouvert (bien entendu) aux filles comme aux garçons :

- **maîtrise individuelle** : toucher de balle, la coordination, la motricité, les conduites de balle, les techniques de débordements, les contrôles, les passes, les dribbles, le tir…
- **maîtrise collective** : le démarquage, la relation appui/soutien, l'occupation du terrain, le jeu combiné à 2, à 3…,
- les techniques défensives (duels, interception, cadrage, la couverture, la défense en zone…).
- **Séances spécifiques gardiens de but** tous les jours : les prises de balle, les plongeons, les déplacements, les parades réflexes, les fermetures d'angles, les relances, le placement, les duels….
- **Matchs, tournois, mises en situation**, etc.

GYMNASTIQUE ARTISTIQUE

De l'initiation au perfectionnement, tu pratiqueras la gymnastique artistique avec des encadrants qualifiés. La gymnastique est un sport complet demandant force, souplesse, équilibre, technique et une touche artistique. Elle se pratique sur plusieurs agrès : saut de cheval, barres asymétriques, poutre, sol, anneaux.... le gymnaste recherche l'élégance et la technicité aux barres asymétriques, l'équilibre à la poutre, la légèreté et la chorégraphie au sol, l'impulsion au saut de cheval.

Les thèmes suivants seront abordés :

- le **saut** : course d'élan, impulsion, acrobatie, réception..),
- les **barres** : grands tours, changements de barre, changements de prise, lâchers, sortie, réception...,
- la **poutre** : éléments de maintien, sauts, éléments acrobatiques, tours, chorégraphie...,
- le **sol** : mouvements gymniques, sauts, acrobaties, éléments avec envol, éléments de maintien et tours, le tout relié par une chorégraphie musicale...,
- les **anneaux**, le **cheval d'arçon**, etc.

HANDBALL

De l'initiation au perfectionnement, tous les essentiels de la pratique du handball te seront abordés lors de ton stage de handball ouvert, bien entendu, aux filles comme aux garçons :

- La **maîtrise individuelle** : développement des savoir faire individuels (tir-débordement-maîtrise des intentions défensives, coordination motrice et tonicité).
- La **maîtrise collective** : le démarquage, la relation appui/soutien, l'occupation du terrain, le jeu à 2, à 3 – Coordination des intentions individuelles pour récupérer la balle ou protéger le but….
- Des **séances spécifiques gardiens de but** tous les jours. Les séances alternent entre, techniques et/ou tactiques, Jeux réduits, jeux à thèmes, oppositions, tournois, qui permettent de développer les intentions et formes de jeux, l'activité perceptive et décisionnelle du joueur, etc.

JUDO

De l'initiation au perfectionnement, tu aborderas les thèmes suivants pendant ton stage judo, ouvert bien entendu aux filles comme aux garçons :

- La **maîtrise corporelle :** apprentissage des chutes, coordination, motricité, maîtrise des déplacements...,
- les **techniques debout** : Tachi-Waza : techniques de projections, situations d'attaques, contre-prises, saisies, Humi-Kata...,
- Les **liaisons debout-sol** : en positions diverses de dominant et dominé...,
- les **techniques au sol** : Ne-Waza, contrôles, retournements, entrées, défenses...,
- Sensibilisation aux **valeurs** et au **code des judokas**.

Toutes les séances sont agrémentées de **séquences de combat et de tournois**.

MULTI-COMBAT

A travers ce stage nous te proposons de découvrir différents sports de combats et différentes approches. Etant un stage d'éveil et d'initiation au combat, il peut accueillir aussi

bien des novices que des jeunes plus expérimentés qui souhaiteraient découvrir de nouvelles pratiques. Il sera principalement axé sur :

- le **Judo**,
- le **Karaté**,
- le **Krav Maga** (méthode de combat qui met l'accent sur l'apprentissage et le développement des capacités d'autodéfense).

Au programme :

- Découverte des techniques de base de ces arts martiaux (projection, contrôle au sol, chute...),
- Travail de contrôle et de frappe dans le respect des valeurs essentielles de ces sports (respect, contrôle de soi, modestie, honneur...).
- Apprendre à maîtriser ses gestes et son adversaire, le tout au contact d'une équipe technique qualifiée.

TENNIS

Au cours de ce stage ouvert aux garçons comme aux filles, tu pourras t'entraîner dans des conditions exeptionnelles sur nos infrastructures adaptées et t'initier ou améliorer ta pratique au travers des notions suivantes :

- Séquences **techniques et tactiques** : service, revers, coup droit, smash, déplacements, jeu de volée, jeu de fond de court, travail des effets, toucher de balle, replacement, notion de maîtrise du terrain adverse, etc.
- Séquences de **jeu**,
- **Mini-tournois**.

TENNIS DE TABLE

Pendant ton stage de tennis de table ouvert aux garçons comme aux filles, tu aborderas la pratique de ce sport de différentes façons :

- **Séances collectives** : travail des déplacements et technique,
- **Séances individualisées** sur les points forts ou points faibles aux paniers de balle et schémas de jeu (services, remises de services, coup droit, revers, effets, smash, etc,
- **Séances tactiques et analyse de jeu** : prises d'initiatives, gestion de l'échange, gestion des phases offensives et défensives, finition, défense haute, défense coupée, bloc à la table,
- Apprentissage des règles liées à l'**arbitrage**,
- **Tournois** en alternance avec les séances plus techniques/d'apprentissage.

ENCADREMENT DU SÉJOUR

Un encadrement à plusieurs niveaux

- Une équipe de direction générale des séjours (5 personnes en moyenne).
- Un directeur technique spécialiste de la discipline sportive (présent sur les séances) qui gère la programmation des séances, le contenu et son équipe pédagogique.
- Entraînements assurés par des éducateurs brevetés d'état accompagnés de brevetés fédéraux sur la base de 1 pour 8.
- Un directeur du secteur hors entraînements (animations, vie quotidienne).
- Une équipe d' animateurs sur la base de 1 pour 8 jeunes pour animer les activités annexes et animations et les sorties,
- Une équipe d'intendance qui gère tous les petits besoins spécifiques (accueil ...).
- Une équipe d'infirmerie présente 24h/24.

LIEU DE PRATIQUE

Nous te donnons rendez-vous au complexe de Choumouroux à Yssingeaux (43). Disposant d'infrastructures sportives récentes et modernes, le centre bénéficie aussi de nombreuses salles de vie conviviales et adaptées pour un séjour des plus agréables. Toutes les activités sportives seront pratiquées sur place ou à proximité immédiate (accessible à pied en 5 à 15 minutes).

DOCUMENTS OBLIGATOIRES

/!\\\\ Spécimens donnés à titre d'exemple /! Les documents vous seront envoyés par mail une fois le 1er paiement reçu.

SPORTS ACADEMY EN DEMI-PENSION EN AUVERGNE

INFOS PRATIQUES

INFOS PRATIQUES

Encadrement

Vous souhaitez en savoir plus sur le nombre d'animateurs, leurs qualifications, et les méthodes de recrutement ?

PLUS D'INFOS

Transports

Ici, retrouvez toutes les informations concernant le transport de vos enfants, leur accompagnement, le prix du voyage, les repas et les lieux de rendez-vous.

PLUS D'INFOS

Administratif

Une question sur les documents obligatoires, la facturation, les délais et moyens de réglement, et comment préparer au mieux le séjour de votre enfant ?

PLUS D'INFOS

SPORTS ACADEMY EN DEMI-PENSION EN AUVERGNE





LE CENTRE D'ACCUEIL

Complexe de Choumouroux (ALSH)
Découvrez notre **centre flambant neuf « Le complexe de Choumouroux »** d'une capacité de 300 places, idéal pour la **demi-pension**. Situé sur les hauteurs de la ville d'Yssingeaux, ce centre est parfait pour la pratique sportive grâce à ses nombreuses infrastructures sportives et son cadre naturel idéal pour se ressourcer.

Le complexe de Choumouroux est composé de **2 bâtiments scolaires situés à proximité directe l'un de l'autre.** Ce complexe scolaire et sportif flambant neuf est le parfait compromis entre vie citadine et vie de campagne, grâce à sa situation **non-loin du centre-ville d'Yssingeaux et de toutes les comodités**, et son cadre dominant exceptionnel avec **vue sur les sucs volcaniques.**

Le complexe de Choumouroux permet un accueil exceptionnel de maximum **275 jeunes** grâce à ses infrastructures de vie quotidienne mais aussi grâce à ses infrastructures sportives dernier cri :

- Plusieurs salles de jeux et de loisirs
- Une grande salle de restauration
- Un grand foyer avec tables de ping-pong et de baby-foot
- Des salles vidéo
- Un gymnase
- City parc
- Beach-volley

En plus de ses infrastructures, le centre bénéficie également d'un **accès privilégié et proche aux installations sportives municipales d'une qualité exceptionnelle** :

- Trois terrains de football : deux gazonnés et un synthétique
- Une piscine
- Six courts de tennis : quatre extérieurs et deux couverts
- Un complexe omnisports avec : salle de gym aux agrès, dojo, salle d'armes, salle de tennis de table, une grande halle de compétition pour le hand-ball et basket-ball notamment
- Un skate-park
- Un stade d'athlétisme flambant neuf
- Un centre équestre à proximité

Sans oublier évidemment le plus grand terrain de jeu et de découverte que la nature puisse offrir : **les grands espaces extérieurs !**

LA REGION

Le centre est situé à Yssingeaux, en **pays du Velay** dans le midi de l'Auvergne où les reliefs volcaniques appelés « Sucs » côtoient une nature verdoyante et riche. Idéalement situé, le centre surplombe cette nature à la diversité étonnante !

Le Pays des Sucs est composé de neuf communes dont Yssingeaux. Toutes ont un point commun : de **nombreuses activités de plein air** parmi lesquelles des balades à cheval, à VTT ou à pied. La richesse du Pays des Sucs réside également dans ses multiples facettes, façonnées par le temps et l'histoire, qui se retrouvent dans un patrimoine rural d'antan encore aujourd'hui très présent. Culture, activité artisanale, vie de village, petite industrie et nature cohabitent en parfaite harmonie dans ces contrées portées par trois principales influences : Le Languedoc pour l'histoire et la langue, l'Auvergne pour le rattachement administratif et Rhône-Alpes pour l'économie.

Au détour de chaque sentier de terre, un nouveau paysage : tantôt des **forêts verdoyantes,** tantôt de **vastes prairies**, ou encore de **calmes villages de pierre**.

La richesse associative du Pays des Sucs permet aussi beaucoup d'**activités culturelles** dynamisant la vie des villages et des communes. La pratique sportive également est au cœur des initiatives de la commune d'Yssingeaux, ce qui en fait la destination idéale en particulier pour les jeunes que ce soit dans le cadre scolaire ou durant les vacances scolaires, où **stages sportifs** et clubs sportifs proposent des programmes riches et variés pour que chaque jeune puisse s'épanouir dans le sport de son choix.

SPORTS ACADEMY EN DEMI-PENSION EN AUVERGNE

TARIFS

Date de départ	Durée	Tarif

OPTIONS (Facultatives)

Option	Tarif
Passage de Galop de 1 à 4 (non-licencié)	30.00 €
Judo	0.00 €
Multi-Combat	0.00 €
Hand-ball	0.00 €
Equitation	160.00 €
Tennis	0.00 €
Badminton	0.00 €
Gymnastique Artistique	0.00 €
Tennis de table	0.00 €
Athlétisme	0.00 €
Football	0.00 €
Basket-ball	0.00 €
Beach Volley	0.00 €
Break-Dance	0.00 €
J\\\\\\\\\\\'apprends à nager	0.00 €
Natation	0.00 €

TRANSPORT (départ)

Ville de départ	Transport de départ	Tarif
SUR PLACE	TRANSPORT AU SOIN DES RESPONSABLES	0.00 €
SUR PLACE	TRANSPORT AU SOIN DES RESPONSABLES	0.00 €
SUR PLACE	TRANSPORT AU SOIN DES RESPONSABLES	0.00 €
SUR PLACE	TRANSPORT AU SOIN DES RESPONSABLES	0.00 €
SUR PLACE	TRANSPORT AU SOIN DES RESPONSABLES	0.00 €

TRANSPORT (retour)

Ville de retour	Transport de retour	Tarif
SUR PLACE	TRANSPORT AU SOIN DES RESPONSABLES	0.00 €
SUR PLACE	TRANSPORT AU SOIN DES RESPONSABLES	0.00 €
SUR PLACE	TRANSPORT AU SOIN DES RESPONSABLES	0.00 €
SUR PLACE	TRANSPORT AU SOIN DES RESPONSABLES	0.00 €
SUR PLACE	TRANSPORT AU SOIN DES RESPONSABLES	0.00 €

SUR PLACE	TRANSPORT AU SOIN DES RESPONSABLES	0.00 €
SUR PLACE	TRANSPORT AU SOIN DES RESPONSABLES	0.00 €