

## STAGE ATHLÉTISME EN AUVERGNE



### DESCRIPTION

Un **stage d'athlétisme d'été** dans des conditions d'entraînement exceptionnelles ! Un programme adapté à tous les niveaux et tous les profils avec des encadrants qualifiés ! Le top de la **colonie de vacances sportive**.

Cette **colonie de vacances sportive** vous propose de vous initier ou de vous perfectionner à l'athlétisme dans des conditions de pratique d'exception. Le programme est adapté à tous les niveaux de pratique et vous serez encadré par des encadrants qualifiés.

#### Activités

Un **stage d'Athlétisme** (garçons et filles), sur le site d'Yssingaux, dans des conditions d'entraînement exceptionnelles ! De l'initiation au perfectionnement !

Ce programme mélange deux séances d'entraînement par jour (2x1h45 en moyenne), et des activités ludiques, récréatives, sportives ou non les débuts d'après-midi, des veillées à thèmes le soir ... pour des journées sportives et bien remplies ! Un mélange subtil pour passer de superbes vacances ! Les garçons et filles de 9 à 17 ans pratiquent leur sport favori sous la conduite d'entraîneurs qualifiés, par groupes d'âges et de niveau (Nous pouvons également, sur demande, individualiser le programme d'entraînement d'un stagiaire) afin de permettre à chaque stagiaire de s'exprimer dans les meilleures conditions possibles.

Cet ensemble de conditions nous permet de garantir aux stagiaires et aux parents, un environnement optimal pour : assurer le bien-être et la sécurité des enfants, s'initier, se perfectionner, faire de réels progrès, s'amuser et passer d'inoubliables vacances !

Découvrez tous nos [stages sportifs été](#).

#### Option possible

**Anglais** : (Réservé aux 11-17 ans) 5 cours (du lundi au vendredi) de 2h d'anglais avec des enseignants sur un mode ludique avec supports vidéo et photos, principalement basés sur un échange verbal.  
**(+ 60 € la semaine ou 120 € la quinzaine)**

#### Programme

De l'initiation au perfectionnement, les groupes d'entraînement sont faits par âge et niveau ! Nous pouvons également, sur demande, individualiser le programme d'entraînement d'un stagiaire.

L'Athlétisme est une activité de performance motrice à dominante énergétique.

Elle met en jeu la capacité à explorer et à repousser ses limites pour faire plus et mieux en sollicitant les grandes fonctions physiologiques. Dans nos stages, nous travaillons 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, les athlètes pourront se spécifier dans l'une des courses de vitesse (100m, 200m, 400m) ou pourront choisir de s'entraîner 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).

Une programmation individualisée en fonction de la spécialité du stagiaire, de son âge, de ses besoins et envies, de ses points faibles et forts sera mise en place !

- Un livret de formation personnalisé remis à chaque stagiaire en fin de séjour !

à partir de **570.00 € / jeune**

Du 07/07/2019 au 25/08/2019

Âges : de 9 à 15 ans

Organisateur : **DJURINGA JUNIORS - France**

Agrément : **Jeunesse et Sports**

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

#### Adresse du séjour

Complexe de Choumouroux  
43200 YSSINGEAUX

- Deux sessions d'entraînement journalières (2 x 2h00 en moyenne) du lundi au vendredi.
- Une séance "bilan" le samedi matin : décrassage, remise des livrets de formation, échange avec les éducateurs, etc.
- Gala de clôture (samedi de 16h à 19h) : démonstrations sportives, danses .... spectacle dans une ambiance de fête !

## Journée type

- 7h45-8h45 : Réveil - Petit déjeuner - toilette
- 9h00-11h45 : Séance d'entraînement
- 12h00-13h15 : Déjeuner - Temps de détente et loisirs
- 13h30-16h00 : Animations - activités annexes - Options langues - Temps de détente
- 16h15 : Goûter
- 16h30-19h00 : Séance d'entraînement
- 19h15-20h30 : Dîner - Temps de détente et activités libres
- 20h30- entre 21h30 et 22h30 : Soirée animée (thèmes et durées adaptées aux âges) - Coucher (Horaire adapté à l'âge des enfants !)

## Activités annexes

**Exemple d'activités possibles** : Laser game en extérieur, 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.

## Encadrement

### 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, veillées, vie quotidienne).
- Une équipe d'animateurs sur la base de 1 pour 8 jeunes pour animer les activités annexes et animations, les sorties et les veillées
- Une équipe d'intendance qui gère tous les petits besoins spécifiques (accueil ...).
- Une équipe d'infirmier présente 24h/24.

## Transport

Retrouvez ci-dessous les villes de départ proposées, ainsi que leurs tarifs respectifs. Vous avez la possibilité de choisir une ville de retour différente de celle de départ.

Si vous le souhaitez, vous pouvez également amener ou récupérer vos enfants sur place ce qui vous permet de visiter la structure d'accueil, et de rencontrer l'équipe pédagogique.

Le trajet s'effectue en Train ou TGV (en fonction de votre ville) jusqu'à Lyon, puis en car jusqu'à Yssingaux (43).

Pour le transport en car au départ de Paris, le retour s'effectue de nuit (la nuit de samedi à dimanche), arrivée prévue dimanche dans la matinée. Rendez-vous sur le parking du [Stade Charlety](#) (Paris 13).

## PIÈCES OBLIGATOIRES

## STAGE ATHLÉTISME 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

##### Administratifs

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

#### PLUS D'INFOS

#### PIÈCES OBLIGATOIRES

- Fiche sanitaire de liaison
- Certificat de vaccinations à jour ou copie des pages vaccins du carnet de santé
- Certificat médical de non contre-indication à la pratique des sports

## STAGE ATHLÉTISME EN AUVERGNE



### LE CENTRE D'ACCUEIL

Complexe de Choumouroux

Le complexe de Choumouroux est constitué de **2 bâtiments situés à proximité directe l'un de l'autre** : établissement scolaire flambant neuf situé à proximité du centre-ville d'Yssingeaux et bénéficiant d'un cadre dominant exceptionnel avec vue sur les sucurs volcaniques. Il constitue l'enceinte d'accueil des séjours.

**Il permet l'accueil de 275 stagiaires en chambres individuelles**, de 2 ou 3, avec salles de bains et toilettes privatives. Il compte de nombreux atouts : de très nombreuses salles de jeux et de loisirs, un grand foyer avec des tables de ping-pong et de baby-foot, des salles vidéo, un petit gymnase sur place, un city parc, un beach-volley, une spacieuse salle de restauration ... Le centre bénéficie par ailleurs d'un accès privilégié (et proche) aux installations sportives municipales.

**Des installations d'une qualité exceptionnelle** : 2 terrains de football engazonnés, un terrain de football synthétique, une piscine, 4 courts de tennis extérieurs et 2 couverts, un gymnase pour la pratique de la gymnastique rythmique et le badminton, un complexe omnisports avec salles de gymnastique aux agrès, dojo, salle de tennis de table, salles d'armes et une grande halle de compétition pour le hand-ball, basket-ball notamment, un skate parc, un stade d'athlétisme tout neuf, un centre équestre à proximité, un circuit de motocross non loin, sans compter le plus grand terrain de jeu : la nature environnante et les grands espaces extérieurs ...

### LA REGION

Dans le MIDI DE L'Auvergne, en pays du Velay, il est une contrée où le relief typique et unique est bosselé de pitons volcaniques: ce sont les Sucurs. Tout cela donne une diversité de paysages surprenante.

Neuf communes animent le Pays des Sucurs et rayonnent autour de la sous-préfecture, YSSINGEAUX. Au départ de chacune d'elles, des sentiers balisés vous emmèneront à cheval, à VTT, ou à pied, découvrir un patrimoine rural relatant la vie intense et laborieuse des villageois d'antan. Nature, culture, activité artisanale et petite industrie cohabitent en harmonie dans ce pays aux trois influences: le Languedoc par l'histoire et la langue, l'Auvergne par le rattachement administratif et Rhône-Alpes par l'économie.

A chaque détour de sentier, c'est un nouveau tableau qui apparaît: forêts aux sous-bois verdoyants et variés, vertes prairies bordées de haies, ruisseaux tumultueux ou aux méandres insouciantes, villages aux fermes restaurées.

La richesse associative du Pays des Sucurs permet de nombreuses animations annuelles de qualité.

Des initiations aux pratiques sportives sont proposées grâce aux nombreuses installations sportives et sites naturels disponibles.

Le Pays des Sucurs est un lieu idéal pour des vacances divertissantes et sportives, pour les jeunes et moins jeunes, familles, scolaires, clubs sportifs et stages sportifs.

## STAGE ATHLÉTISME EN AUVERGNE

### TARIFS

Date de départ	Durée	Tarif
----------------	-------	-------

### OPTIONS (Facultatives)

Option	Tarif
Athlétisme	0.00 €

### TRANSPORT (départ)

Ville de départ	Transport de départ	Tarif
Sur place	TRANSPORT AU SOIN DES RESPONSABLES	0.00 €
Amiens	TRAIN + CAR - 12 ans	82.50 €
Amiens	TRAIN + CAR	100.00 €
Annecy	TRAIN + CAR - 12 ans	57.50 €
Annecy	TRAIN + CAR	67.50 €
Besançon	TRAIN + CAR - 12 ans	72.50 €
Besançon	TRAIN + CAR	87.50 €
Chambéry	TRAIN + CAR - 12 ans	47.50 €
Chambéry	TRAIN + CAR	60.00 €
Clermont-Ferrand	TRAIN + CAR - 12 ans	55.00 €
Clermont-Ferrand	TRAIN + CAR	65.00 €
Dijon	TRAIN + CAR - 12 ans	55.00 €
Dijon	TRAIN + CAR	65.00 €
Grenoble	TRAIN + CAR - 12 ans	50.00 €
Grenoble	TRAIN + CAR	60.00 €
Lille	TGV + CAR - 12 ans	80.00 €
Lille	TGV + CAR	97.50 €
Lyon	CAR	35.00 €
Macon	TRAIN + CAR - 12 ans	50.00 €
Macon	TRAIN + CAR	60.00 €
Marseille	TGV + CAR - 12 ans	65.00 €
Marseille	TGV + CAR	77.50 €

### TRANSPORT (retour)

Ville de retour	Transport de retour	Tarif
Sur place	TRANSPORT AU SOIN DES RESPONSABLES	0.00 €
Amiens	TRAIN + CAR - 12 ans	82.50 €
Amiens	TRAIN + CAR	100.00 €
Annecy	TRAIN + CAR - 12 ans	57.50 €
Annecy	TRAIN + CAR	67.50 €
Besançon	TRAIN + CAR - 12 ans	72.50 €
Besançon	TRAIN + CAR	87.50 €
Chambéry	TRAIN + CAR - 12 ans	47.50 €
Chambéry	TRAIN + CAR	60.00 €
Clermont-Ferrand	TRAIN + CAR - 12 ans	55.00 €
Clermont-Ferrand	TRAIN + CAR	65.00 €
Dijon	TRAIN + CAR - 12 ans	55.00 €
Dijon	TRAIN + CAR	65.00 €
Grenoble	TRAIN + CAR - 12 ans	50.00 €
Grenoble	TRAIN + CAR	60.00 €
Lille	TGV + CAR - 12 ans	80.00 €
Lille	TGV + CAR	97.50 €
Lyon	CAR	35.00 €
Macon	TRAIN + CAR - 12 ans	50.00 €
Macon	TRAIN + CAR	60.00 €
Marseille	TGV + CAR - 12 ans	65.00 €
Marseille	TGV + CAR	77.50 €
Massy	TGV + CAR - 12 ans	75.00 €

Massy	TGV + CAR	92.50 €
Montpellier	TGV + CAR - 12 ans	65.00 €
Montpellier	TGV + CAR	77.50 €
Nancy	TGV + CAR - 12 ans	77.50 €
Nancy	TGV + CAR	97.50 €
Nantes	TGV + CAR - 12 ans	80.00 €
Nantes	TGV + CAR	97.50 €
Nice	TRAIN + CAR - 12 ans	77.50 €
Nice	TRAIN + CAR	97.50 €
Paris (car)	CAR	57.50 €
Rennes	TGV + CAR - 12 ans	80.00 €
Rennes	TGV + CAR	97.50 €
Rouen	TGV + CAR - 12 ans	80.00 €
Rouen	TGV + CAR	97.50 €
Strasbourg	TGV + CAR - 12 ans	80.00 €
Strasbourg	TGV + CAR	97.50 €
Toulon	TRAIN + CAR - 12 ans	72.50 €
Toulon	TRAIN + CAR	87.50 €
Valence	TRAIN + CAR - 12 ans	50.00 €
Valence	TRAIN + CAR	60.00 €