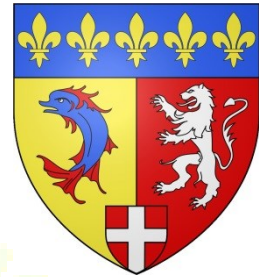


**Fédération Française sportive de Twirling Bâton**  
**Club de Twirling de Voreppe**



**Stage de Twirling Bâton**  
**Gym – Danse – Activités Sportives**

**Du Lundi 26 août au Vendredi 30 août 2019**

**Gymnase de L'arcade à Voreppe**

Organisé par le club de Twirling Bâton de Voreppe

**Intervenants :**

- ✓ **Twirling :**
  - PASCAL Jonathan, ETN2
  - BINAULD Emma, ETN2
- ✓ **Gymnastique :**
  - FONTANEL Michel
- ✓ **Danse :**
  - MORATA Peggy

Stage de remise en forme  
Préparation pour la saison à venir

**Horaires :**

Du Lundi au Vendredi : 8h45 à 19h (sauf vendredi 18h)

**Coût du Stage :**

<b>Sans repas, Sans hébergement :</b> 95 € pour les 5 jours 25€ à la journée	<b>Sans repas, Avec Hébergement :</b> 195€ les 5 jours 25€ la journée et 25€/nuit
<b>Avec repas du midi, Sans hébergement :</b> 130 € pour les 5 jours 7€ le repas par jour	<b>Tout compris (Stage, Logement et repas) :275€ les 5 jours</b> 25€ la journée / 20€ tous les repas / 25€ nuit

Lors de ce stage, de 15h à 18h/19h, une activité « hors twirling » sera proposée aux athlètes (Voir programme détaillé)

**Fédération Française sportive de Twirling Bâton  
Club de Twirling de Voreppe**

# Inscription :

Nom :

Prénom :

Adresse Email :

Date de naissance :

Adresse :

Téléphone :

Club :

Niveau de compétition envisagé pour l'année 2019/2020 :

N1 - N2 - N3

Cochez les jours de présence :

Jour	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Présence					

Cochez pour la prise du repas :

Jour	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Repas					

A \_\_\_\_\_ le \_\_\_\_\_

Signature

Règlement : Chèques (à l'ordre de : twirling bâton Voreppe) ou espèces acceptées  
Si paiement par chèque, merci de l'envoyer à l'adresse suivante :

**PASCAL Jonathan  
98 chemin de la vie du tour  
38690 BEVENAIS**

# **Fédération Française sportive de Twirling Bâton**

## **Club de Twirling de Voreppe**

### **Détails du Stage d'été de Voreppe :**

#### **Horaires :**

- ✓ Le stage débutera tous les jours à 8h45 par l'échauffement, il est donc recommandé de venir 5-10 min plus tôt afin de se préparer (chaussons, coiffure, ...).  
Lors de la matinée, il y aura cours de twirling, gym et danse.
- ✓ De 13h à 13h45 : Pause repas
- ✓ De 13h45 à 15h : Reprise des cours de Twirling
- ✓ De 15h à 18h/19h : Activité ludique (voir planning ci-dessous)

Ce planning de la journée concernera le Lundi, Mardi et Jeudi, Vendredi

Le Mercredi, début à 8h45 jusqu'à 11h30.

De 11h30 à 18h, un pique-nique sera pris à l'extérieur du site de l'arcade et cette année des jeux extérieurs seront proposés (en fonction de la météo).

#### **Repas :**

Plusieurs solutions :

1. Vous pouvez décider de prendre un pique-nique du midi ainsi que les encas pour votre enfant

Ou

2. Le club de Voreppe se charge de fournir à votre enfant, le repas du midi et les encas pour la somme de 7€/Jour/Enfant  
(Inscription repas à rendre en même temps que l'inscription au stage.  
La liste des repas sera détaillée en annexe)

Tous les midis, un ou plusieurs adultes responsables seront présents sur le site.

Au niveau des collations de la matinée et de l'après-midi, prévoir quelques gâteaux secs et une bouteille d'eau.

Les bonbons et autres sucreries sont priés de rester dans les placards.

# Fédération Française sportive de Twirling Bâton

## Club de Twirling de Voreppe

Hébergement :

Cette année, le club de Voreppe met à disposition un hébergement à côté du gymnase de l'Arcade. Il s'agit de l'internat du lycée.

Ce sont des chambres pour 2 à 4 personnes.

Le tarif est de 25€/nuit et par personne.

Pour les repas du soir et du petit déjeuner, le club de Voreppe vous propose de s'en occuper pour vous.

Le tarif est de 13€/jour et par personne.

### Tenue vestimentaire :

Il est impératif que toute personne présente au stage soit coiffée, de préférence en chignon. Coiffure qui permet de ne pas entraver la pratique de notre sport.

Après c'est le traditionnel bâton, chaussons, bouteille d'eau, stylo.

Pour les activités, pensez à prendre des baskets de sport.

### Activités ludiques :

Nous continuons de varier les activités par rapport aux années précédentes. Voir détails dans le tableau ci-dessous.

Pour le Laser Game, nous irons au Laser Park à Voreppe, ceci en fonction des disponibilités du site.

Si la météo ne permet pas de faire ce laser Game en plein air, nous nous reporterons sur le Laser Game de Voiron.

Départ de l'arcade en voiture jusqu'au site du laser Park.

Retour à l'arcade en voiture.

**Tous les frais des activités sont compris dans le prix du stage.**

Votre enfant n'aura donc pas besoin d'amener d'argent de poche.

# Fédération Française sportive de Twirling Bâton

## Club de Twirling de Voreppe

### Planning des activités de la semaine :

Date	Lundi 26/08	Mardi 27/08	Mercredi 28/08	Jeudi 29/08	Vendredi 30/08
<b>Activité en journée</b>					
Lieu	Arcade	Voreppe	Parc dans Voreppe	Parc dans Voreppe	Arcade
Activités	Jeux sportifs (Autour du ballon)	Laser Park	Pique-nique extérieur + Jeux sportifs (Jeux en extérieur)	Jeux de l'oie (Grandeur Nature)	Zumba
Estimation fin de l'activité	19h	19h15	19h	19h	18h
<b>Activité en soirée</b>					
Lieu	Hébergement	Hébergement	Hébergement et parvis de l'Arcade	Hébergement	
Activités	A toi de faire le spectacle !	Jeux de société	Jeux de foire (Fléchette, pétanque, Molkky...)	Soirée Pizza + Karaoké	