

Le Comité Régional Handisport Centre Val de Loire organise un stage JAP multisports. Tu veux apprendre, progresser, t'entraîner mais aussi découvrir des activités physiques et sportives alors inscris-toi au stage régional JAP. Tu pourras pratiquer l'athlétisme, le basket-fauteuil, le cyclisme, le tennis de table, la natation, le goalball ou encore boccia.

LIEU & DATES

CREPS de Bourges du Lundi 13 Février au Jeudi 16 Février 2023.

TRANSPORT

Un départ à 8h30 le Lundi 13 sera assuré du Comité Régional Handisport Centre Val de Loire s ainsi qu'un retour le Jeudi 16 entre 15h et 16h. (Parc d'Activités des Vallées, D2020, 45770 Saran).

Ou rendez- vous directement sur le site :CREPS de Bourges - 48 Av. du Maréchal-Juin, 18000 Bourges à 11h30 le lundi 14 pour une fin de stage à 14h le Jeudi 16.

COVID-19

Selon les règles sanitaires en vigueur la présentation du pass vaccinale sera demander au début du stage.

CONDITION D'ACCÈS

Avoir entre 10 et 18 ans.

Pratiquer une activité physique de façon régulière.

Développer une apétence pour la compétition.

COÛT DU STAGE

Une participation de **100€** par jeune est demandée comprenant : hébergement, restauration, encadrement.

Ce montant est à régler par chèque à l'ordre de : **Comité Régional Handisport Centre Val de Loire** avant le début du stage.

Pour information : Le cout total du stage s'élève à 200€

ORGANISATION

Lundi matin : arrivée des sportifs au CREPS de Bourges

Lundi après-midi - Mardi - Mercredi - Jeudi matin : Activité sportive

Jeudi après-midi : Retour des sportifs

PRATIQUE PROPOSÉES

Athlétisme - Natation - Boccia - Cyclisme - Tennis de table - Goalball - Basket-Fauteuil

Des séances de relaxation, de renforcement musculaire, d'étirements et de nutrition seront proposées en fin d'après-midi.

HÉBERGEMENT

Les sportifs et les encadrants seront hébergés en chambres doubles ou triples. Des draps et couvertures sont mis à disposition.

Il est nécessaire de prévoir serviette de bain.

TENUES VESTIMENTAIRES

Les sportifs doivent se munir de tenues permettant de pratiquer des activités sportives.

De façon non exhaustives prévoir :

- T-shirts
- Shorts/Jogging
- Survêtement
- K-Way
- Chaussure de sport
- Gourde
- Trousse de toilette
- Pyjama

Concernant le cyclisme prévoir un casque.

Concernant la natation prévoir maillot de bain, bonnet de bain et lunettes.

Certaines activités se déroulant à l'extérieur, merci de prévoir une paire de gants, un bonnet, et une veste chaude.

ENCADREMENT

L'ensemble des activités proposées seront prises en charge et encadrées par des entraîneurs qualifiés, diplômés et recommandés par les différents directeurs sportifs en charge des disciplines proposées.

VIE QUOTIDIENNE - MÉDICAL

Un service médical est disponible au CREPS (prévoir une copie de la carte d'identité et de la carte vitale).

Nous avons possibilité de programmer des soins infirmiers ou kiné pour les jeunes, les familles devront fournir une ordonnance en avance.

L'accompagnement à la vie quotidienne (si nécessaire) : lever, coucher, aide à l'habillage, toilette.. pourra être assuré par l'équipe encadrante.

Contact

Adrien CUCU : 06 43 84 68 55 adrien.cucu.cvl@gmail.com

Morgane BEUILLÉ : 07 66 74 83 54 handisport.cvl@gmail.com