

Camp d'athlétisme 2022

Guide du parent



Quoi apporter?

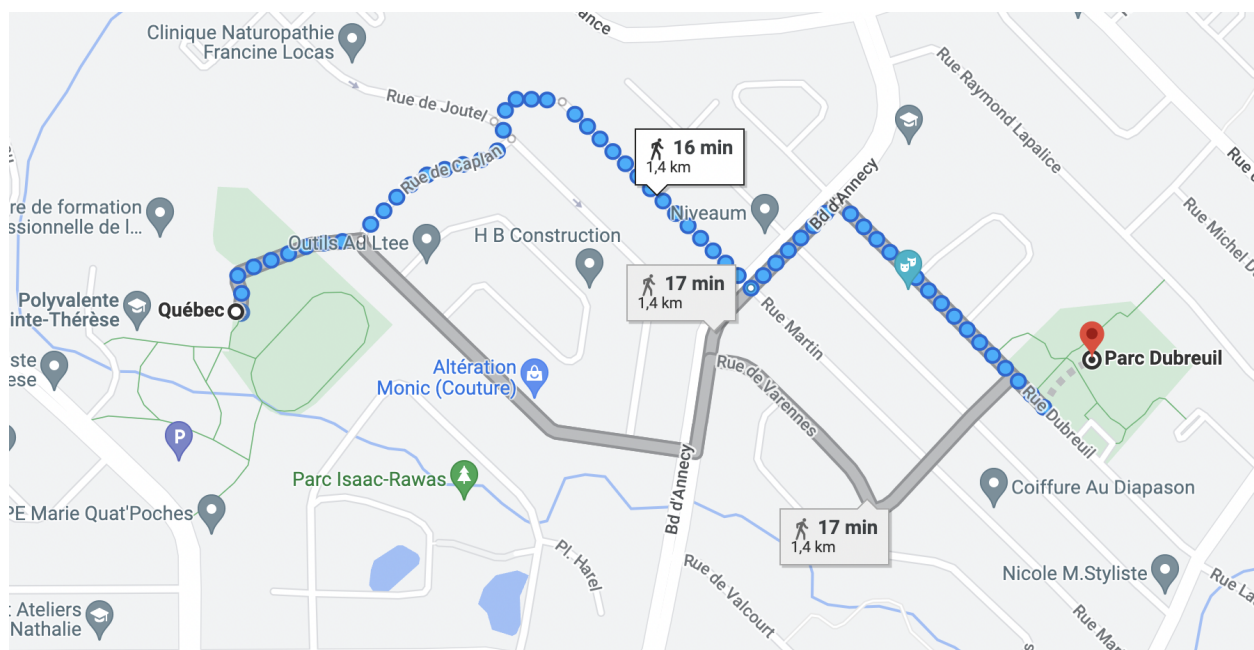
- Souliers de course
- Vêtements de sport
- Vêtements en cas de pluie
- Imperméable
- Chapeau ou casquette
- Crème solaire et insectifuge
- Maillot de bain et serviette
- Vêtements de rechange au besoin
- Bouteille d'eau réutilisable (il sera possible de la remplir à la piste)
- Lunch et collations (il y aura un micro-ondes à la disposition de votre enfant)

Et surtout, leur plus beau sourire!

Déroulement d'une journée type

7-9 h	Service de garde au stade Richard-Garneau (pour les inscrits)
Matin	Athlétisme : Échauffement/petit jogging de groupe, initiation aux différentes épreuves (courses, sauts, lancers) au stade Richard-Garneau ou à l'intérieur de la Polyvalente en cas de températures non propices aux activités extérieures (pluie, chaleur...).
Dîner	Stade Richard-Garneau
Après-midi	Activités au parc Dubreuil (1,7km de marche) + retour au stade (jeux)
16-18 h	Service de garde au stade Richard-Garneau (pour les inscrits)

Notez que la plupart des activités nécessitent de bouger beaucoup, il faut également que votre enfant soit en mesure de marcher 1km pour se rendre au parc Dubreuil et 1km pour revenir. Très important d'avoir sa bouteille d'eau!



Notez qu'en cas de pluie, nous aurons accès aux gymnases de la polyvalente.

Chaque semaine le camp est divisé en deux groupes (9 ans et moins et 10 ans et plus), avec un ratio de 8 enfants par animateur. En cas d'une semaine à ratio inférieur à 4 enfants par animateur, nous n'aurons qu'un seul groupe.

Le camp est composé de huit blocs d'une semaine. Des olympiades sont prévues à la dernière journée de chaque bloc (vendredi), il n'y aura donc pas de sortie au parc cette journée-là.

Si vous devez contacter le camp en cours de journée

Nicolas Riopel

(450) 543-9760

nicolas.riopel.1@ulaval.ca

Alexandra Galarneau

(450) 602-8239

galaalexe@gmail.com

Note : si votre enfant a des allergies ou tout problème de santé nécessitant une attention particulière, veuillez aviser un des responsables du camp!