

# Camp d'athlétisme 2023

## Guide du parent



### Quoi apporter?

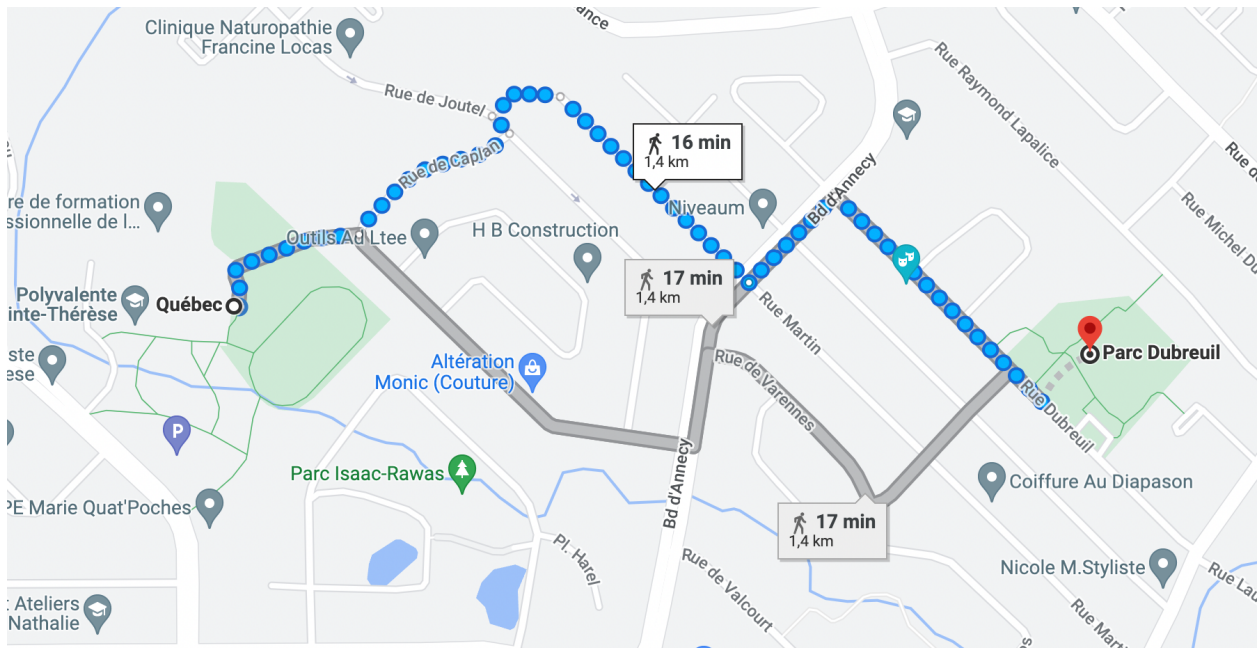
- Souliers de course
- Vêtements de sport
- Vêtements en cas de pluie
- Imperméable
- Chapeau ou casquette
- Crème solaire et insectifuge
- Maillot de bain et serviette
- Vêtements de rechange au besoin
- Bouteille d'eau réutilisable (il sera possible de la remplir à la piste)
- Lunch et collations (il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

*Et surtout, leur plus beau sourire!*

### Déroulement d'une journée type

<b>7-9 h</b>	Service de garde au stade Richard-Garneau (pour les inscrits)
<b>Matin</b>	Athlétisme : Échauffement/petit jogging de groupe, initiation aux différentes épreuves (courses, sauts, lancers) au stade Richard-Garneau
<b>Dîner</b>	Stade Richard-Garneau
<b>Après-midi</b>	Activités au parc Dubreuil (1km de marche) + retour au stade (jeux)
<b>16-18 h</b>	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.

Le camp est composé de sept blocs d'une semaine. Des olympiades sont prévues à la dernière journée de chaque bloc (vendredi).

## Si vous devez contacter le camp en cours de journée

### Chase

(450) 543-9760

salocin.lepoir@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!**