

FICHE TECHNIQUE

JEUX AQUATIQUES

PERIODE

Du 15 juin au 15 septembre

FORMULE

- 1/2 journée de 3H.
- 1/2 journée perfectionnement

SITE

Dernière vasque (piscine naturelle) du canyon de Saint-Auban.

PUBLIC

De 6 à 10 ans attestation de natation recommandée.

PROGRAMME

• **Demi-journée** : accueil et présentation du public, de l'encadrement et de la séance ; prise du matériel (bas de combinaison néoprène, baudrier, casque, corde) ; marche jusqu'au site sportif ; découverte du secteur de jeux ; mise en place du matériel (casque, baudrier et atelier à corde) ; échauffement de la tête au pieds ; constitution des équipes (minimum 2 équipe de 4 personnes) ; 1 atelier main-courante, 1 atelier tyrolienne, 1 atelier descente en rappel et 1 zone de saut ; retour au véhicule ; récupération du matériel ; bilan de séance et perspectives.

Prévoir maillot de bain, tee-shirt en lycra, chaussures aquatiques ou baskets, 1 litre d'eau/ 3 personnes, barres de céréale et serviette de bain.