

ACTIVITES SPORTIVES LOISIRS

Lundi 26	Baptême de plongée [Max 6 places]	Ⓣ9h15/(12h30 environ) Autorisation parentale pour les mineurs	ⓂA partir de 12ans	Ⓜ Port de Trébeurden - Local technique - Haut de la cale sud	Ⓜ 32,50€ le baptême	
Mardi 27	Badminton loisir [Max 24 places]	Ⓣ10h30/12h00 - Matériel prêté	ⓂA partir de 7ans	Ⓜ Salle Omnisports	Ⓜ Gratuit	
	Équitation [Max 8 places]	Ⓣ13h45/15h00	Ⓜ12 ans et +	Ⓜ Club Hippique (1 heure sur la monture)	Ⓜ 11,50€	
	Tir à l'arc [Max 10 places]	Ⓣ1ère séance : 17h00/18h00 Ⓣ2ème séance : 18h00/19h00	ⓂA partir de 7ans	Ⓜ Terrain de foot - Si pluie Salle Omnisports Pichere! !	Ⓜ 4€ la séance	
Mercredi 28	Tennis de table [Max 12 places]	Ⓣ10h30/12h00 - Matériel prêté	ⓂA partir de 8ans	Ⓜ Salle Omnisports « Salle de tennis de table »	Ⓜ Gratuit	
	Escrime loisir [Min 5 Max 12]	Ⓣ10h30/12h00	ⓂA partir de 7ans - Adulte aussi	Ⓜ Salle Omnisports Salle de tennis de table	Ⓜ 5€	
	Équitation [Max 8 places]	Ⓣ13h45/15h00	Ⓜ6 à 11 ans	Ⓜ Club Hippique (1 heure sur la monture)	Ⓜ 11,50€	
	Équitation [Max 10 places]	Ⓣ17h00/18h00	Ⓜ3 - 6 ans	Ⓜ Pony Club de Rulan (3/4 heure sur la monture)	Ⓜ 8,50€	
Jeudi 29	Paint Ball	Ⓣ10h00/13h00	ⓂA partir de 12ans	Ⓜ Route de Keraliès Pleumeur-Bodou	Ⓜ 15,50€ les 100 billes + 2,50€/50	
	Jeux de plage [Min 4 Max 24]	Ⓣ10h30/12h00	Ⓜ7 - 12 ans	Ⓜ Plage Grève blanche	Ⓜ Gratuit	
	Arts martiaux Self défense	Ⓣ10h30/12h00	ⓂA partir de 7ans - Adulte aussi	Ⓜ Salle Omnisports [Min 4 Max 12]	Ⓜ 5€	
	Tir à l'arc [Max 10 places]	Ⓣ1ère séance : 17h00/18h00 Ⓣ2ème séance : 18h00/19h00	ⓂA partir de 7ans	Ⓜ Terrain de foot - Si pluie Salle Omnisports Pichere! !	Ⓜ 4€ la séance	
Vendredi 30	Roller et Street-Hockey	Ⓣ10h30/12h00	ⓂA partir de 7ans	Ⓜ Salle Omnisports	Ⓜ 1€	
	Parcours aventure Tyroliennes, Pont de singe, Lianes ...	Ⓣ1er départ 9h30 ! Lire le règlement intérieur à Ⓣ2nd départ 10h30 notre accueil avant tout départ ! Ⓣ3è départ 12h00 1 - Parcours «Mini forêt» A partir de 2ans 2 - Parcours «Petite forêt» mim 1,10 mètre et 6ans 3 - Parcours «Moyenne forêt» min 1,30 mètre et 8ans 4 - Parcours «Grande forêt» mim 1,40 mètre Prendre de bonnes chaussures ! Max 15 par groupe !		Ⓜ Pleumeur-Bodou Site à proximité du camping « Steredenn » Mini forêt Ⓜ 5€ Petite forêt Ⓜ 8€50 Moyenne forêt Ⓜ 11€50- de 18ans Ⓜ 12€50 +de18ans	Ⓜ Grande Forêt Ⓜ 12€50 -de 18ans Ⓜ 13€50 Etudian Ⓜ 15€50 +de18ans	
	BMX Vélos de cross [Max 12 places]	Ⓣ1ère séance 10h00/11h00 Ⓣ2ème séance 11h00/12h00	ⓂA partir de 7ans	Ⓜ Maniabilité, équilibre ... Tout le matériel est prêté !	Ⓜ Parking devant le Centre des Congrès	Ⓜ 4€
	Équitation [Max 10 places]	Ⓣ17h00/18h00	Ⓜ Groupe 1 : Ⓜ6 - 12ans Ⓜ Groupe 2 : Ⓜ12ans et +	Ⓜ Pony Club de Rulan (3/4 heure sur la monture)	Ⓜ 6/9ans 8,50€ Ⓜ 10/17ans 10,50€ Ⓜ 18ans et + : 15,50€	
	Tir à l'arc [Max 10 places]	Ⓣ1ère séance : 17h00/18h00 Ⓣ2ème séance : 18h00/19h00	ⓂA partir de 7ans	Ⓜ Terrain de foot - Si pluie Salle Omnisports Pichere! !	Ⓜ 4€ la séance	
	Stage Equitation	Stage 1/2 journée découverte qui comprend 2h00 d'équitation + soins aux chevaux + goûter			Ⓜ «Poney Club de Rulan» du lundi au samedi Ⓣ13h45/18h00 - le stage 1/2 journée= Ⓜ 35,50€ pour les 6/9ans Ⓜ 40,50€ pour les 10/17ans	

➤ **Stage Equitation** Stage 1/2 journée découverte qui comprend 2h00 d'équitation + soins aux chevaux + goûter
Ⓜ «Poney Club de Rulan» du lundi au samedi Ⓣ13h45/18h00 - le stage 1/2 journée= Ⓜ 35,50€ pour les 6/9ans Ⓜ 40,50€ pour les 10/17ans

➤ **Kayak de mer** Ⓜ «Club Nautique de Trégastel» Séance découverte intégrée aux stages du club
➤ **Lundi 26 Mardi 27 et Mercredi 28 (venir à 13h30)** ⓂA partir de 15 ans Ⓣ13h45/15h45 (Max 8 places/séance) Ⓜ 13,50€/sortie/pers

➤ **Cruz** ⓂA partir de 14ans Ⓜ «Club Nautique de Trégastel» Mardi 27 Mercredi 28 et Jeudi 29 1 sortie max par été avec Cap Armor Ⓣ10h00/12h00 (Max 4 places/bateau) Ⓜ 50€ le bateauavec un moniteur !

➤ **Piscine « Forum Trégastel » 3 formules !** Prévoir un bonnet / Pas de short / Prévoir 1€ ou 1jeton caddie pour casier
➤ **Mardi 27 ; Formule N°1 : Cours aquagym + Espace aquatique** ⓂA partir de 16 ans Ⓣ9h30/12h30 (arrivez à 9h15 !)
Ⓜ 16/24 ans : 10,50€ Ⓜ + 24 ans : 12€
➤ **Jeudi 29 ; Formule N°2 : Espace aquatique + animation** Ⓜouvert à toute la famille Ⓣ15h00/17h00 (16h00=animation)
Ⓜ Gratuit moins de 4 ans Ⓜ 4/16 ans : 4,50€ Ⓜ 16/24 ans : 5,00€ Ⓜ + 24 ans : 6,50€
ATTENTION : Mineurs accompagnés d'un adulte qui pratique aussi dans la piscine
➤ **Vendredi 30 ; Formule N°3 : Détente (Espace aquatique Hamman Jacuzzi Sauna ...)** ⓂA partir de 16 ans Ⓣ10h00/12h30 Ⓜ 10,00€

Les enfants de moins de 10 ans doivent être accompagnés d'une personne majeure sur le lieu et durant chaque activité sportive

Inscription pour la semaine N°4 à partir de 16h00 le samedi 24 juillet, uniquement à l'accueil !
Présentez votre billet d'inscription au début de chaque activité.
Retrouvez chaque semaine le programme sur
www.tregajeunesanimations.com

ACTIVITES CULTURELLES

Baptême de l'air	Vol de 15 minutes au dessus de la Côte de Granit Rose Choisissez votre horaire directement à notre accueil ➤ Du LUNDI 26 AU SAMEDI 31 Ⓣ Entre 9h00 et 18h00	Ⓜ 27,50€/pers si 3 personnes Ⓜ 37,50€/pers si 2 pers Ⓜ 47,50€/pers si 1 personne	Ⓜ Lannion « Aéro Club de la Côte de Granit »
Poterie - Mini-stage -	Avec Christelle OBLET (Min 5 et Max 12 places/stage) ⓂA partir de 5ans Jour 1 = Découverte / Jour 2 = Création d'un objet / Jour 3 = Tour ➤ Stage N°1 : Ⓣ11h00/12h15 tous les jours MARDI 27 MERCREDI 28 JEUDI 29 ➤ Stage N°2 : MARDI 27 Ⓣ15h00/16h15 MERCREDI 28 Ⓣ15h00/16h15 VENDREDI 30 11h00/12h15	Ⓜ Atelier de Poterie - La Clarté - Perros-Guirec	Ⓜ 15€ par mini-stage de 3 jours
Scrapbooking	Avec Catherine LABORIE Ⓣ10h00/12h30 ➤ MARDI 27 ET JEUDI 29 (Max 12 places) Découpage - Montage - Collage de photos de manière originale et personnelle - Apportez si possible des photos personnelles, sinon l'animatrice en propose	Ⓜ «Centre des Congrès» Espace Accueil Jeunesse : dans la cour intérieure au bas de l'escalier extérieur	Ⓜ 10€50 la séance
Informatique	➤ MARDI 27 ET JEUDI 29 Ⓣ Entre 10h30 et 12h15 ⓂA partir de 12ans si accompagné d'un adulte INTERNET ADSL sur 14 PC : Consultation site/E-Mail	Ⓜ Club Multimédia «Centre des Congrès»	Ⓜ 1€ : 1/4h Ⓜ 2€ : 1/2h Ⓜ 3€ : 3/4h Ⓜ 4€ = 1h
Danse Country Initiation	Avec Catherine MARCHANT Ⓣ20h30/22h30 ➤ JEUDI 29 Enfants mineurs accompagnés d'un adulte Pensez à votre petite bouteille d'eau !	Ⓜ «Centre des congrès» Grande salle	Ⓜ 2€ la séance Inscription sur place possible
Fabrication de crêpes bretonnes	Avec Bruno LAMER Ⓣ10h00/12h30 ➤ MERCREDI 28 (Min 3 Max 9 places) « Apporter votre plus beau tablier » INITIATION sur de vrais bilig ! Vous repartez avec vos fabrications ! Hum !!	Ⓜ «Centre des congrès» Cuisine	Ⓜ 6€ la séance
Aquarelle	Avec Roselyne TALMO Ⓣ10h00/12h00 ➤ MERCREDI 28 (et VENDREDI 30 si complet le mercredi) (Min 5 Max 12 places) « Tout le matériel vous est fourni » INITIATION / PERFECTIONNEMENT : Travail en extérieur	(Si pluie RDV à l'Office du Tourisme) Ⓜ Mercredi : Baie Ste-Anne; Ⓜ Vendredi : Baie de Kerlavos	Ⓜ 8€ la séance
Yoga du rire	Avec Jean-Michel RIQUIER Ⓣ18h00/19h30 ➤ MERCREDI 28 [Min 6 places] A partir de 16ans si accompagnés ! A base de techniques yogiques de respiration, d'éirements et de relaxation Vérifiez les contres indications à notre accueil	Ⓜ Salle Omnisports Salle tennis de table	Ⓜ 5€ la séance
Dessin animé - Mini-stage -	Avec Erwan LE GAL Ⓣ10h00/12h00 ➤ MARDI 27 ET MERCREDI 28 (Jeudi et Vendredi si 1er stage complet) (Min 2 Max 10 places) Dessins sur de vraies tables lumineuses - Coloriage - Montage informatique des images	Ⓜ Ecole de Pichere! Salle de l'« Ilot jeux » (garderie)	Ⓜ 20€/mini-stage de 2 jours (+ 3€ le DVD sur place)
Danse Tango Initiation	Avec Philippe L'HOSTIS Ⓣ10h30/12h00 ➤ MARDI 27 ET JEUDI 29 Enfants mineurs accompagnés d'un adulte Pensez à votre petite bouteille d'eau !	Ⓜ «Centre des congrès» Grande salle	Ⓜ 2€ la séance Inscription sur place uniquement
Danses irlandaises Initiation	Avec Annaig LATIMIER Ⓣ20h30/22h30 ➤ MERCREDI 28 Enfants mineurs accompagnés d'un adulte Pensez à votre petite bouteille d'eau !	Ⓜ Club de vacances « Belambra »	Ⓜ 2€ la séance Inscription sur place possible
Danses irlandaises Initiation	Avec Jim Monaghan Ⓣ15h00/16h30 ➤ VENDREDI 30 Animation spéciale enfant Organisé par Trégor Gaëlle	Ⓜ «Centre des congrès» Grande salle	Ⓜ Gratuit Inscription sur place uniquement

Inscription aux Concours/Tournois possible sur place, si présentation pour les mineurs de la fiche d'inscription signée d'un adulte. En cas de pluie, rendez-vous à la Salle Omnisports pour les tournois.

Concours Tournois	Lundi 26	➤ Tournoi Foot de plage Ⓣ15h00/16h30 Ⓜ Plage «Grève blanche» Ⓜ Gratuit
	Mardi 27	➤ Concours Grande course de billes Ⓣ15h30/17h00 Ⓜ Plage «Grève blanche» Ⓜ Gratuit ➤ Tournoi Foot en salle Ⓣ20h00/21h30 Ⓜ Salle Omnisports Pichere! Ⓜ 1€/personne
	Mercredi 28	➤ Concours de Châteaux de sable Ⓣ15h30/17h00 Ⓜ Plage «Grève blanche» Ⓜ Gratuit ➤ Tournoi Badminton Ⓣ20h00/21h30 Ⓜ Salle Omnisports Pichere! Ⓜ 1€/personne
	Jeudi 29	➤ Tournoi Sand-ball Ⓣ15h00/16h30 Ⓜ Plage «Grève blanche» Ⓜ Gratuit ➤ Tournoi Tennis de table Ⓣ20h00/21h30 Ⓜ Salle Omnisports Pichere! Ⓜ 1€/personne
	Vendredi 30	➤ Tournoi Foot de plage Ⓣ15h00/16h30 Ⓜ Plage «Grève blanche» Ⓜ Gratuit
	Samedi 31	➤ Tournoi Beach-volley Ⓣ15h00/16h30 Ⓜ Plage «Grève blanche» Ⓜ Gratuit

Conseil de l'équipe : Pensez à vous inscrire au préalable pour les activités dont le nombre de places est limité !

Opération Cap Armor 2010 - Trégastel - Du 26/07 au 1er/08 Semaine N° 4 / 7