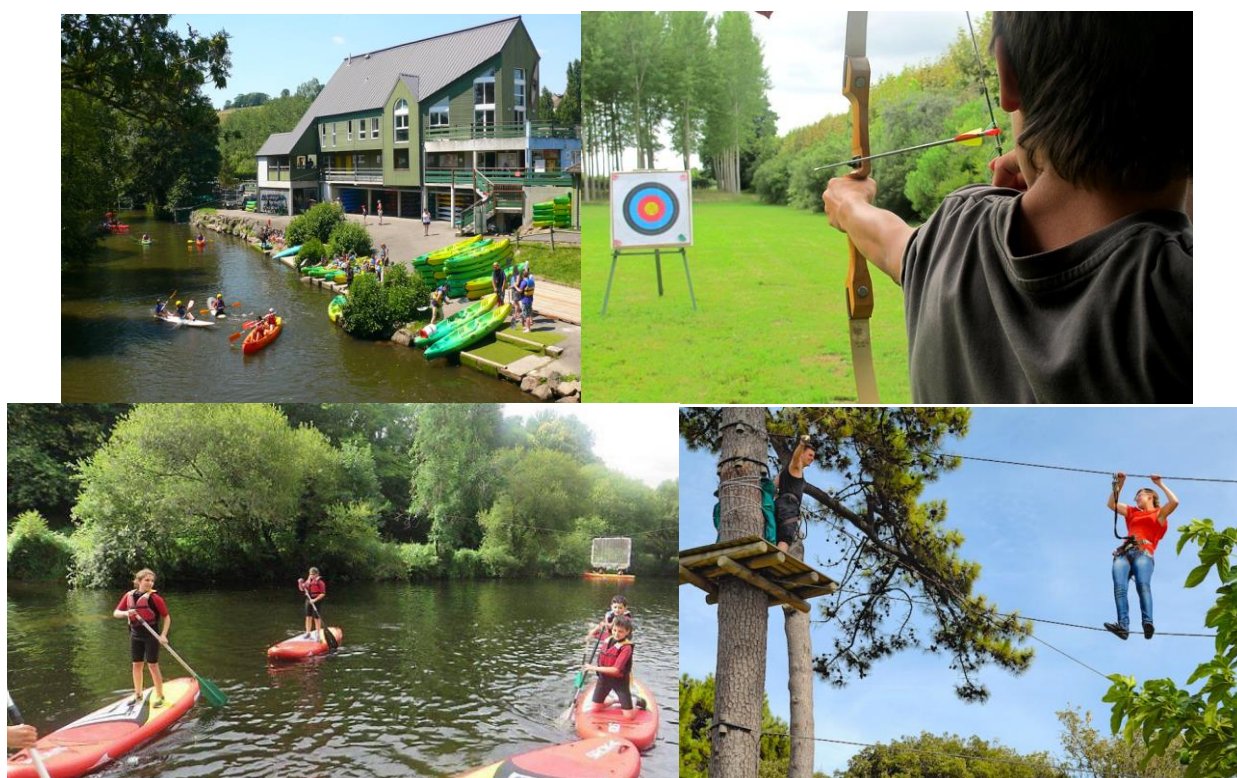




# CAMPS à Pont d'Ouilly

du 18 au 21 Juillet  
7-11 ans



**Activités** : Stand Up Paddle, tir à l'arc, accrobranche

De 160€ à 200€ en fonction du quotient familial.

Centre social A.D.A.J, centre social labellisé CAF  
Espace socioculturel Louise Jarry, rue de l'Eglise, BP-44  
14440 DOUVRES LA DELIVRANDE  
02.31.37.18.04 ou 06.86.71.94.32

## Du 18 au 21 Juillet pour les 7-11 ans

Le jeudi 7 Juin, 18h00, réunion parent à l'ADAJ.

### Objectifs :

- Découvrir la vie quotidienne en camp (participation aux tâches, veillée, course...)
- Favoriser le vivre ensemble sous toile de tente
- Participer à des activités sportives et nature

### Lundi :

Préparation du camp toute la journée avec les animateurs à l'ADAJ : menu, courses, plannings (cuisine, vaisselle), répartition par tente et vérification du matériel...

Repas pris en compte sur le centre de loisirs (accueil de 7h45 à 18h30).

### Mardi :

Rendez-vous sur le parking Léo Ferré (derrière l'ADAJ) à 9h00.

Départ 9h30, prévoir pique-nique.

En plus, d'un mini-bus et de notre kangoo, nous organisons un co-voiturage avec les parents jusqu'à Clécy, pour l'aller et/ou le retour. Merci aux parents volontaires de nous tenir informés le plus vite possible.

### Durant la semaine :

**Initiation Stand Up Paddle :** Le stand'up paddle, aussi nommé SUP ou paddle, est un sport de glisse nautique. Le pratiquant est debout sur une planche plus longue et plus large qu'une planche de surf classique et se propulse à l'aide d'une pagaie. La séance de stand'up paddle dure 2h.

**Tir à l'arc :** Aire de tir extérieure permanente, comprenant 5 cibles donc 1 cible accessible aux personnes handicapées en fauteuil. Nous nous adaptons aux niveaux des différents publics en jouant sur les distances de tir. Plus que la performance, le jeu et le plaisir de l'activité favoriseront adresse, précision, concentration et maîtrise de soi. La séance dure 1h30.

**Accrobranche :** Situé sur le site naturel de la Roche d'Oëtre (5 km de Pont d'Ouilly), le parc propose plus de 100 jeux répartis sur 9 parcours. De difficultés et de hauteurs croissantes, les parcours permettent à chacun de progresser à son propre rythme.

### Vendredi :

Retour à l'ADAJ à 16h (co-voiturage des parents souhaité). Rangement des tentes et du matériel. Accueil des parents jusqu'à 18h30.



## Liste du trousseau à emmener Pour le Camp

- Duvet
- Tapis de sol
- Chaussures de sport (pour l'escalade)
- Chaussures pour l'eau (pour le kayak)
- Un maillot de bain
- Trousse de toilette (serviette x2)
- Vêtements de pluie (K-way)
- Vêtements de rechange (Vêtements chauds)
- Lampe torche
- Protection contre le soleil (crème solaire, casquette, lunettes...)
- L'association déconseille fortement aux enfants d'amener **portable, MP3 et console de jeux**. Nous nous dégageons de toutes responsabilités en cas de casse, perte ou vol.

## **Papiers à fournir pour le camp**

- Fiche d'inscription à jour
- Fiche sanitaire à jour
  
- Test anti-panique
- Certificat médical d'aptitude à la pratique des activités physiques et sportives et des sports nautiques.