



SEMUR
GYM

14^e
EDITION



Formule INTERNAT en France

du 16 au 22 Juillet 2021



- de 7 à 18 ans
- Entraîneurs diplômés et expérimentés.



LATITUDE SPORT

DECATHLON
MARCHE EN FAMILLE

deBRY
QUINCALLERIE - SERVICE - OUTILLAGE
PORTE DE GARAGE SECTIONNELLE
www.debrysa.be

MINI
QUOILIN

DOSSIER DE PRÉSENTATION

WWW.LATITUDESORT.BE



LATITUDESORT

Information importante

ATTENTION

N'oubliez pas de compléter les deux formulaires en ligne **au plus tard pour le 5 mai 2021**

→ voir point n°12 de ce dossier

PARTNERS 2021



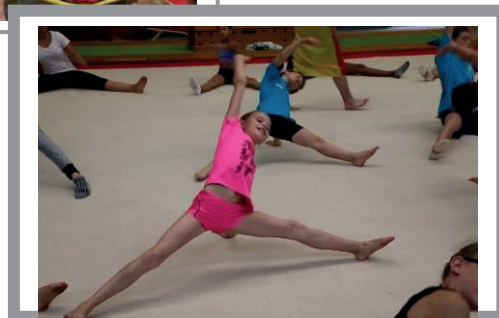
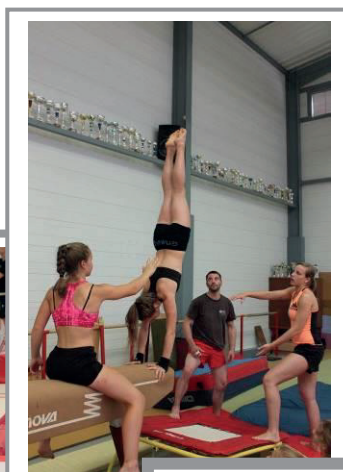
1. Gymnastique

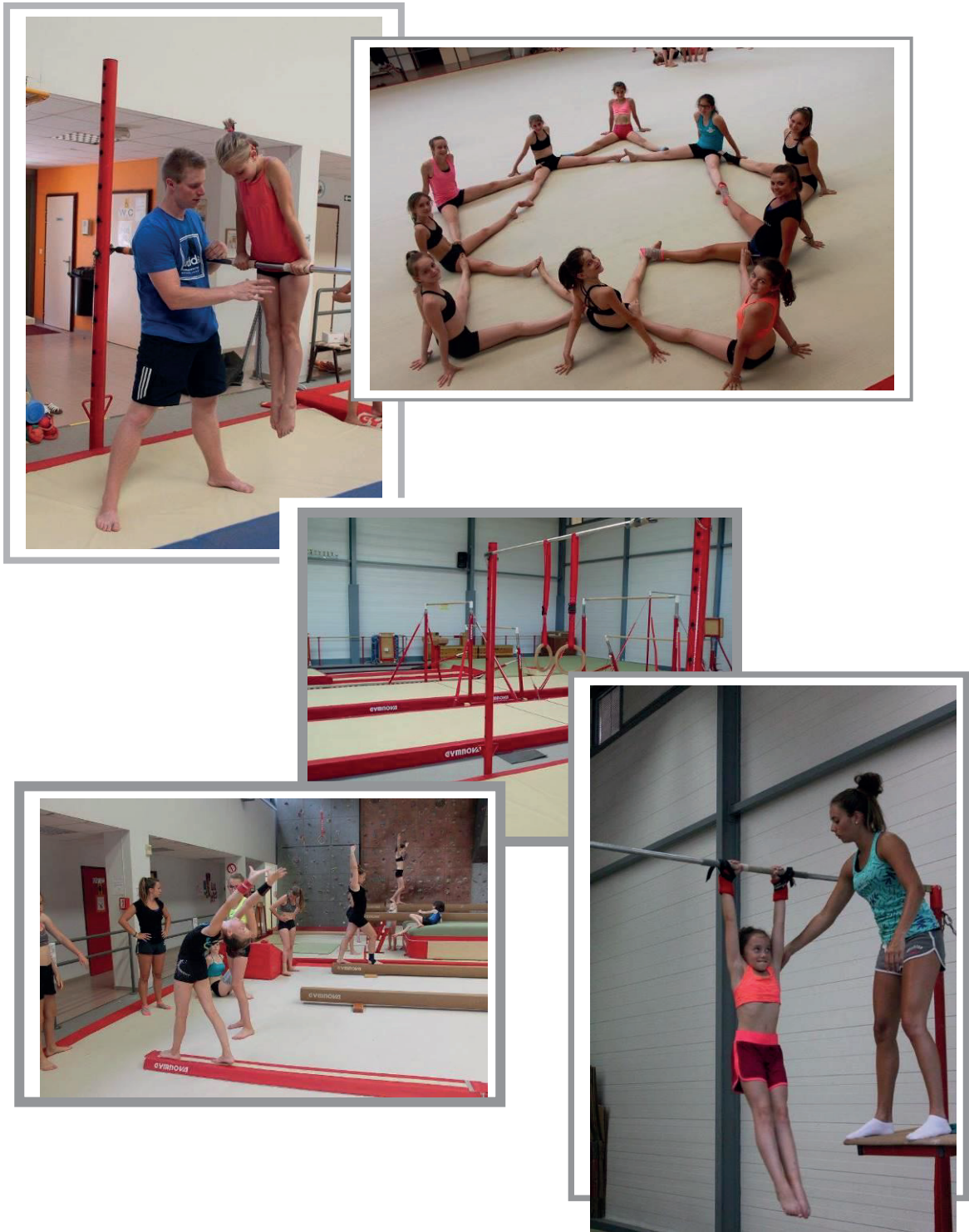
Gymnastes « loisirs » ou « confirmés » pourront s'adonner aux plaisirs de leur sport favori entre 4 et 5 heures par jour par groupe d'âge et/ou de niveau dans des infrastructures gymniques performantes. Les enfants évolueront sur des agrès GAF et GAM aux normes officielles tant sur tapis de réception que sur fosses de réception. Un environnement idéal pour un apprentissage de qualité !

Pour les gymnastes « loisirs » : découverte des 4 engins GAF (6 agrès GAM), du trampoline et de l'air-track. Une semaine consacrée aux apprentissages des fondamentaux gymniques à chaque agrès, un renforcement musculaire de base essentiel, une approche d'acrobaties en toute sécurité et un échauffement quotidien en musique...

Pour les gymnastes « confirmées » : travail aux 4 agrès GAF (6 agrès GAM), au grand trampoline en fosse, et à l'air-track. Une semaine pour revoir les sauts gymniques, les acrobaties de bases aux différents agrès, une préparation physique ludique.

Nous veillons à apporter une attention particulière à amener chaque enfant au maximum de ses capacités tout en respectant son rythme propre. Nous proposerons de multiples situations d'apprentissage motivantes afin de susciter l'envie de se dépasser !





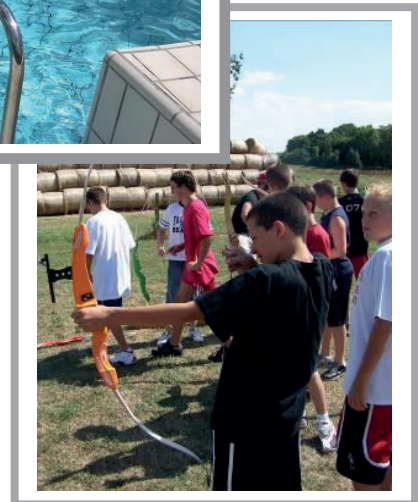
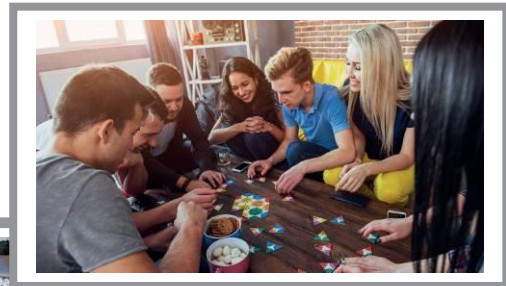
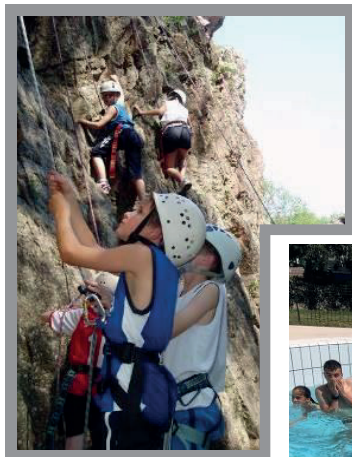
Pour toutes ces activités, travail par groupes limités en nombre et par catégories d'âges identiques, le tout assuré par des spécialistes en gymnastique sportive. (7 groupes GAF, 1 à 2 groupes GAM)

La salle est entièrement équipée gymnova. Dans une salle annexe, trois air-tracks sont à disposition, ainsi que du matériel de musculation.

2. Activités complémentaires

Le stage propose également un panel *d'activités sportives et de loisirs* :

- Tennis-de-table, badminton, danse, base-ball, jeux de société, tir à l'arc,...
- Parc aquatique (boule à vague, toboggans, piscines intérieures et extérieures)



Activités à la carte : « accrobranche » ou « Lac de Pont »

Cette année, une après-midi est dédiée à une activité au choix. Les participants pourront choisir entre l'activité sportive « accrobranche » ou une sortie plus reposante au « Lac de Pont »

ACCROBRANCHE

Tyroliennes, sauts de tarzan,... découvre les plaisirs de l'accrobranche en forêt ! Treize parcours dans lesquels petits et grands peuvent évoluer en toute sécurité, grâce à la ligne de vie continue !

Infos : <https://accrobranche-auxois-morvan.fr/>



LAC DE PONT

Une après-midi détente dans ce petit lac situé dans un cadre boisé... Nos jeunes pourront se reposer sur la plage et, s'ils le souhaitent, profiter des activités nautiques : canoé, bateaux électriques, pédalo, vélo,...



Animations

En soirée, une équipe d'animateurs assurera ambiance et convivialité !
Au programme : jeux inter-équipes, soirée barbecue, veillée au flambeau, soirée quizz, jeux de piste, soirée casino, blind-test,...



3. Encadrement

Encadrement assuré par des professeurs en Education Physique et des moniteurs ADEPS diplômés en gymnastique :

Lola EVRARD (Explo Gym)
Aline COIBION (La Gaillarde)
Odile EVRARD (Explo Gym)
Anouk FLAHAUX (La sauterelle)
Didier LEFEBURE (RVSG Ciney)
Baptiste SIMON (Corroy Gym)
Etienne GREGOIRE (RASG Jemelle)
Yannick TIBERGHIE (la Courtoise)
Cloé LIEGEOIS (RVSG Ciney)
Simon DRAGUET (L'Envol)
Johan RICHIR et Bruno BOUVIN (animateurs)

Un encadrement et un accompagnement personnalisés sont prévus pour les 7-9 ans (un adulte pour 4 enfants)

Notre équipe expérimentée de moniteurs et d'animateurs est soucieuse que chaque enfant profite pleinement de son stage, dans une ambiance agréable. Notre staff accorde une grande importance aux valeurs telles que le respect de chacun, le savoir-vivre, le savoir-être, le fair-play, le respect des infrastructures,...

Ainsi, chaque participant, dès son arrivée à Semur-en-Auxois, apposera sa signature en guise d'acceptation de notre « charte du stage ». Ce document est disponible sur simple demande (info@latitudesport.be)

4. Hébergement et pension complète

Le groupe sera logé à la Maison familiale et rurale de Semur-en-Auxois. Ce centre d'hébergement moderne est exclusivement réservé à notre groupe. Chambres de 4 à 6 lits, équipées d'une salle de bain (douche et éviers) et d'un W.C. chacune.



Les repas : petits-déjeuners variés (buffet : pain, croissants, corn-flakes, confiture, choco, yoghourts, chocolat chaud, pain au chocolat, café, jus,...), un repas chaud le midi et un repas froid le soir. (pain ou baguette, buffet de crudités, pizza, croque-monsieur, fromages, charcuteries, dessert,...)



La grande majorité des repas sont « faits maison », sur base de produits frais et de saison.

Nous disposons de notre propre équipe de cuisine, sous la conduite d'un chef réputé



Le centre d'hébergement dispose également de **nombreuses facilités** :

- salon
- salle de détente - babyfoot
- connexion internet
- TV et écran géant
- grande terrasse ombragée
- infirmerie
- petit magasin (cartes postales, boissons,...)

Adresse du Centre d'hébergement :

MAISON FAMILIALE RURALE

Rue du Couvent, 10 B.P 67

21140 SEMUR EN AUXOIS

France

Si vous avez du courrier à envoyer à votre enfant durant son stage, nous vous conseillons de le poster **plusieurs jours** avant le début du stage.

Pour joindre un responsable en cas d'extrême urgence uniquement, vous pouvez composer le :

0032 (0)478 55 84 84 (Renneson Nicolas)

0033 38 097 07 08 (Maison Familiale Rurale)



5. Le trajet en autocar

Nous voyagerons avec la société Toussaint (Beauraing), en autocar 3***, équipé de toilette, frigo, vidéo, airco, abs, ralentisseur, limiteur de vitesse.
Trajet : 432 Kms

Départ le vendredi 16/07/2021 de CINEY ou de BERTRIX

- **CINEY** : départ du car à 6h40 du matin

Rendez-vous à **6h15 du matin** – Place Roi Baudoin – Centre culturel

Attention : se présenter à l'accueil munis des documents demandés (voir point n° 7.)

- **BERTRIX** : départ du car à 7h30 du matin

Rendez-vous à **7h15 du matin** – Parking **à l'arrière** du Delhaize, N89

Attention : se présenter auprès du responsable du car, munis des documents demandés (voir point n° 7)

Retour le jeudi 22/07/2021

- retour prévu le jeudi 22 juillet 2021
 - à 18h45 (Bertrix, Parking **à l'arrière** du Delhaize)
 - à 19h30 (Ciney, Place Baudoin – Centre culturel)

En cas de changement des heures de départ ou d'arrivée, nous nous chargeons de prévenir les parents par mail **et** par téléphone. De plus, les nouveaux horaires seraient disponibles sur notre site internet : www.latitudesport.be



6. Le prix du stage

439 € par enfant

Le prix comporte:

- l'hébergement en pension complète (repas, boissons à volonté et collations)
- le trajet A/R en car, ainsi que les excursions sur place
- les activités et les droits d'entrée (activités nautiques, accrobranche, parc aquatique, loisirs,..)
- l'assurance en R.C et accidents corporels (conditions disponibles sur demande)
- l'encadrement

Le prix ne comporte pas:

- les collations et le repas de midi lors du trajet aller en car (prévoir boissons, sandwiches,..) ainsi que le souper du soir, lors du retour du car.
- les petits achats lors du séjour : boissons spéciales, carte postale, shopping,...
- l'assurance Assistance à l'étranger : vous est proposée pour un supplément de 30 €. (*voir point n°10 de ce dossier*)
- le tee-shirt Semur Gym 2021, personnalisé avec ton prénom : + 14 € (*voir point n°13 de ce dossier*)

7. Documents à remettre à l'accueil le jour du départ

Ces trois documents sont à remettre à l'accueil le jour du départ du car :

- **Carte d'identité** : obligatoire pour pouvoir embarquer à bord du car, quel que soit l'âge du participant ;

Pour les enfants en-dessous de 12 ans, une carte d'identité électronique « - de 12 ans » ou « Kids-ID » doit impérativement être demandée auprès de l'administration de votre commune.

- **Carte Européenne de Mutuelle « Eurocross »** : disponible auprès de votre mutuelle, sur simple présentation de la carte SIS.

- **Une autorisation de voyager** à l'étranger mentionnant nom et prénom de l'enfant, date du voyage, destination, organisateur (Latitude Sport asbl) doit être demandée et légalisée auprès de votre administration communale.

Remarque : les participants français et les participants âgés de 18 ans n'ont pas besoin de fournir d'autorisation de voyage

8. Ce qu'il ne faut pas oublier d'emporter...

- vêtements : en suffisance pour la semaine : shorts, t-shirts, maillot de bain, bonnet, chaussettes, 1 K-Way, training, vêtements de tous les jours, casquette.

Attention : les shorts-maillots ne sont pas autorisés au parc aquatique

- Maillots de gym (ou de bain + T-shirt car il fera chaud dans la salle)
- Maniques et poignets de protection ou 1 rouleau de gaze pour prévenir les blessures aux mains lors du travail aux barres.
Elastique ou chou-chou pour les longues chevelures.
Collant ou corsaire pour les déplacements du centre vers la salle (300m)
- Un petit sac pour le transport (chaussons, maniques, gourde, ..)
- Chaussures de sport : 1 paire de baskets pour activités extérieures
- Sandales de gym ou chaussons (la salle est inaccessible en chaussures et baskets).
- Une paire de pantoufle et /ou « slash » (obligatoire au centre)

**Se baser sur une pratique de deux activités sportives par jour
Prévoir un training et un sweatshirt en cas de mauvais temps**

- toilettes : brosse à dents, essuies, gel douche, produits solaires,...

ATTENTION

Les 4 éléments suivants de la literie doivent être emportés par le stagiaire :

- **Un protège matelas (obligatoire !)**
- **Un drap housse**
- **Une housse de couette**
- **Une taie d'oreiller**

Remarque : des couettes sont à disposition des stagiaires.

- **Prévoir le repas de midi et les boissons pour le trajet aller en car.**

9. Ce qu'il faut éviter d'emporter...

- Téléphone portable:
 - L'usage du portable sera **toléré** à certaines heures précises, comme par exemple durant les temps libres ou les pauses.
 - Il est **interdit** d'utiliser son portable durant les activités, lors des repas et après le couvre-feu.
 - Nous déconseillons aux stagiaires de l'emporter lors des activités (vols, perte,..)

- Objets de valeurs et argent de poche « démesuré » : pour la même raison.
Argent de poche « conseillé » : + - 30 €

- Les organisateurs déclinent toute responsabilité en cas de vol d'objets de valeur.

10. Assurances

Les stagiaires sont assurés en responsabilité civile et accidents corporels chez CBC assurance.

L'assurance « Assistance à l'étranger » vous est proposée, en complément, pour un montant de 30 euros. Elle couvre le rapatriement éventuel d'un blessé, le retour anticipé en cas de décès dans la famille, les frais médicaux à l'étranger,...

Un double des dossiers des contrats « RC accidents corporels » et « Assistance à l'étranger » peut vous être envoyé sur simple demande.

11. Pour réserver

Deux démarches obligatoires pour réserver le stage de votre enfant :

1) **Inscrire son enfant** via le site internet www.latitudesport.be

ou par téléphone au +32 (0)83/67.78.00

Permanences téléphoniques uniquement le lundi (10h à 12h), mercredi (14h à 17h), jeudi (15h à 17h), vendredi (10h à 12h), samedi (10h à 12h)

2) **Payer le 1^{er} acompte** de **145 €**

Compte bancaire Latitude Sport asbl:

IBAN : BE 31 0682457426 55

Code Bic : gkccbebb

Communication : « SEMUR GYM + NOM PRENOM DE L'ENFANT »

ATTENTION : sans le paiement de ce 1^{er} acompte, l'inscription de votre enfant n'est pas validée !

Le solde restant est à payer en deux fois, à savoir :

145 € pour le **05/05/2021**

149 € + les éventuelles options** : pour le **05/06/2021**

Tee-shirt personnalisé : + 14 €

Assurance assistance à l'étranger : + 30 €

*** Pour les parents qui souscrivent une assurance Assistance à l'étranger et/ou le tee-shirt
Nous vous invitons à prendre connaissance des conditions générales mentionnées en annexe de ce dossier*



Bon à valoir / Voucher suite à l'annulation de l'édition 2020 (Covid-19)

Les personnes qui bénéficient d'un **bon à valoir/voucher** suite à l'annulation du stage de 2020 :

- ne doivent pas régler l'acompte
- règlent le solde du stage pour le 05/06/2021 au plus tard.
Solde = prix du stage + les éventuelles options – bon à valoir

12. Formulaires à compléter

Afin de nous transmettre les informations sur votre enfant, **deux formulaires** sont à compléter en ligne, **au plus tard pour le 5 mai 2021**.

Nous vous conseillons de remplir le **formulaire 1** en présence de votre enfant, notamment en raison des choix d'activités complémentaires à nous communiquer.

Le **formulaire 2** (niveau technique gym) peut être complété avec votre enfant, si ce dernier connaît les termes techniques/son niveau. Vous pouvez aussi choisir de le faire compléter par son entraîneur, en lui envoyant le lien URL/QR code.

1. FORMULAIRE RENSEIGNEMENTS / SANTE

Lien pour le formulaire : www.bit.ly/2qEue34

Ou scannez le QR code :



2. FORMULAIRE TECHNIQUE GYM

Lien pour le formulaire : www.bit.ly/2LDHgF5

Ou scannez le QR code :



13. Tee-shirt Semur Gym 2021

Tee-shirt microfibras Semur **GYM 2021**, personnalisé avec ton prénom !



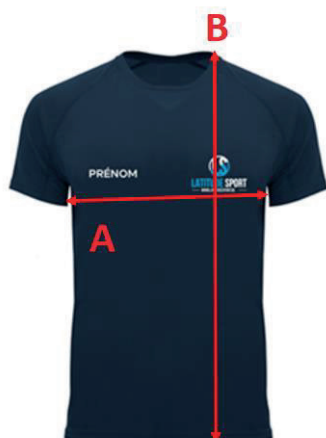
= 14 €

Pour commander ce package :

- 1) Choisissez votre taille à l'aide du guide des tailles en page suivante
- 2) Communiquez le choix de taille et de flocage dans le formulaire en ligne (voir point n°12 de ce dossier)
- 3) Réglez les 14 € avec la cotisation du stage « Semur Gym 2021 » (voir point n°11 de ce dossier)

Remarques :

- Aucun échange de taille ne sera possible après commande du tee-shirt
- Le tee-shirt sera distribué aux gymnastes durant le stage



Guide des tailles T-shirt **Enfant**

	8 ans	12 ans	16 ans
A largeur poitrine	38	42	46
B Hauteur totale	55	60	65

Guide des tailles T-shirt **Hommes**

	S	M	L	XL	XXL	XXXL	XXXXL
A largeur poitrine	48	51	54	57	60	63	72
B Hauteur totale	69	71	72	73	74	75	83

Guide des tailles T-shirt **Dames**

	S	M	L	XL	XXL
A largeur poitrine	42	45	48	51	54
B Hauteur totale	62	64	66	68	70

14. Suivez le stage via internet!

Retrouvez chaque jour les photos du stage et le compte-rendu de la journée !



www.latitudesport.be



Latitudesport

15. Renseignements complémentaires

Des informations complémentaires peuvent être prises par téléphone au siège central de l'asbl ou auprès des organisateurs:

Siège central :



LATITUDESORT A.S.B.L
Rue Rigaud de Corbion, 10
5590 CINEY
BELGIQUE
+32 (0) 83/67.78.00

Permanences téléphoniques uniquement le lundi (10h à 12h), mercredi (14h à 17h), jeudi (15h à 17h), vendredi (10h à 12h), samedi (10h à 12h)

Organisateur :

RENNESON Nicolas

+32 (0) 478/55.84.84

Nous contacter par mail :

info@latitudesport.be

Site internet :

www.latitudesport.be

PARTNERS 2021

