



# SEMUR BASKET

Formule INTERNAT en France

du 9 au 15 juillet 2019

de 7 à 18 ans

Entraîneurs diplômés et expérimentés.



LATITUDE SPORT



## DOSSIER DE PRÉSENTATION



## Information importante

### ATTENTION

Les documents complétés doivent obligatoirement être envoyés au plus tard **pour le 5 mai 2019**, à l'adresse suivante :

Latitudesport a.s.b.l  
Rue Rigaud de Corbion, 10  
5590 CINEY  
BELGIQUE



SEMUR  
BASKET

15<sup>ème</sup> édition!

Créé en 2005, le stage « Semur Basket » fête cette année sa 15<sup>ème</sup> édition. En tant qu'organisateur, notre objectif est resté identique au fil des éditions : proposer une semaine de perfectionnement basket-ball, agrémentée de loisirs originaux, en gardant comme maîtres mots : « convivialité », « amusement » et « respect ».

Le stage a ainsi vu défiler plus de 1000 jeunes, issus de toute la Wallonie. Certains se retrouvent dans des clubs pro, tandis que beaucoup d'autres poursuivent leur route dans des clubs «amateurs».

Pour cette édition, notre équipe d'entraîneurs propose une nouveauté: les jeunes pourront choisir entre deux formules : « basic » ou « intensif ». Les amateurs d'un stage combinant loisirs - activités de détente – et basket opteront pour la première formule. Les jeunes qui souhaitent intensifier leur perfectionnement choisiront la formule : « intensif » : plages horaires de basket-ball supplémentaires, exercices individuels, travail de musculation, encadrement personnalisé,...

Cette année, le stage Semur Basket se déroulera du 9 au 15 juillet à Semur-en-Auxois, petite ville médiévale de Bourgogne. Par son cadre naturel exceptionnel, ses infrastructures sportives modernes, sa proximité avec de nombreux loisirs, la ville de Semur-en-Auxois est idéale pour un stage en internat réussi.

En espérant que le stage répondra aux attentes de votre enfant, nous vous invitons à prendre connaissance de ce dossier et vous souhaitons bonne lecture. A très bientôt

L'équipe Latitudesport

## PARTNERS 2019



## 1. Basket-ball

Deux formules sont proposées :

- « **Basic** » : 15 heures de basket sur la semaine. Travail de la technique individuelle, des fondamentaux offensifs et défensifs, de la tactique et de la prise de décision. Nombreuses situations de jeu (2 contre 2, 3 contre 3, contre-attaque,...), concours, journée de matchs amicaux,...

Cette formule est disponible dans toutes les catégories

- « **Intensiv** » : 25 heures de basket durant le stage. Cette formule permettra aux basketteurs confirmés de bénéficier de séances supplémentaires : exercices spécifiques par poste, préparation physique (travail de renforcement musculaire, vitesse, étirements,...), accompagnement individuel, notions d'alimentation du sportif,...

Cette formule n'est disponible qu'à partir de la catégorie U14


▲ Pour toutes ces activités, travail par groupes limités en nombre et par catégories d'âges identiques, le tout assuré par des spécialistes en Basket-ball.

▲ 5 terrains disponibles, dont un nouveau hall inauguré en 2018.



## Quelques conseils pour bien choisir ta formule de stage :

- ✓ La formule « **intensiv** » comporte **10 heures** de basket-ball **supplémentaires**. Elle est destinée aux joueurs **à partir de U14** qui souhaitent se perfectionner. Tu dois savoir que la charge de travail est plus importante, vu que tu disposeras de séances supplémentaires basket.
- ✓ Nous te conseillons de ne pas **choisir ta formule** en fonction de tes amis/amies, mais bien en fonction de ton « **appétit basket** », de ta motivation et de ton niveau.
- ✓ Avant d'opter pour ton choix, nous t'invitons à prendre connaissance du **programme de la semaine**. La formule « **intensiv** » remplace certains loisirs ou animations par des séances « **basket-ball** »

|  | Formule<br><b>BASIC</b> | Formule<br><b>INTENSIV</b> |
|--|-------------------------|----------------------------|
| <b>BASKET-BALL</b>   |                         |                            |
| Nombre d'heures/semaine  | <b>15</b>               | <b>25</b>                  |
| Trav. Par catégories (technique, tactique, fondamentaux)                           | <b>v</b>                | <b>v</b>                   |
| Séances de perfectionnement ou travail spécifique                                  | <b>x</b>                | <b>v</b>                   |
| Accompagnement individualisé   | <b>x</b>                | <b>v</b>                   |
| Préparation physique   | <b>x</b>                | <b>v</b>                   |
| Séance d'information nutrition du sportif  | <b>x</b>                | <b>v</b>                   |
| Nombre de matinées consacrées au Basket-ball                                       | <b>5</b>                | <b>5</b>                   |
| Nombre d'après-midis consacrés au Basket-ball                                      | <b>3</b>                | <b>5</b>                   |
| Nombre de soirées consacrées au Basket-ball  | <b>0</b>                | <b>3</b>                   |
| <b>LOISIRS (après-midis)</b>   |                         |                            |
| Parc aquatique   | <b>v</b>                | <b>v</b>                   |
| Lac de Pont (activités nautiques, plages,...)                                      | <b>v</b>                | <b>x</b>                   |
| Activités sportives (tir à l'arc, vtt, escalade, boxe)                             | <b>v</b>                | <b>v</b>                   |
| <b>SOIREES</b>   |                         |                            |
| Nombre de soirées « animations »   | <b>6</b>                | <b>3</b>                   |
| Nombre de soirées « séances basket-ball »  | <b>0</b>                | <b>3</b>                   |
| Soirée du 1 <sup>er</sup> jour et «soirée dansante du dernier jour »               | <b>v</b>                | <b>v</b>                   |
| Animation du soir avec découverte de la ville                                      | <b>v</b>                | <b>v</b>                   |
| Jeux inter-équipes, soirée casino,...  | <b>v</b>                | <b>x</b>                   |

## 2. Activités complémentaires

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

- mini-football, tennis-de-table, badminton, baby-foot,...
- parc aquatique (boule à vague, toboggans, piscines intérieures et extérieures)
- activités nautiques au « Lac de Pont et Massène » : canoé, bateaux électriques, pédalo, vélo, plage de sable,...



## Les activités « à la carte » de 2019 :

Une activité « à la carte » est prévue durant une après-midi. Nous vous invitons à choisir parmi les 4 activités suivantes (choix à indiquer sur la fiche de renseignements) :

- **V.T.T (nouveau) :** randonnée de deux heures dans les sentiers et chemins à proximité de la cité médiévale et le long du canal de bourgogne.
- **Boxe :** dans une salle avec ring, entièrement dédiée à la boxe française, initie-toi en toute sécurité !
- **Tir à l'arc :** découvre le tir à l'arc, sport d'adresse, de précision et de concentration. Cette initiation est encadrée par des archers professionnels.
- **Tennis :** 4 terrains extérieurs et intérieurs disponibles pour les fans de la petite balle jaune. Emporter sa raquette personnelle





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 entraîneurs diplômés Basket-ball. Un moniteur adulte (homme / femme) pour 8 stagiaires.

Lorenzo STURAM (Andenne Basket, R2H)  
Karim LABIDI (B.C Belgrade)  
Stéphane DEHASSE (BC Loyers, R2D)  
Benoît AERTS (Basket Namur Capitale, Top div.1)  
Sarah DENEIL (Spirou Monceau, Top div.1)  
Nicolas STURAM (BCCA Neufchateau, Nationale 2)  
Julien DACHELET (Andenne Basket, R2H)  
Alexandre BORLON (Andenne Basket, R2H)  
Alexandre AERTS (BC Malonne)

Un encadrement et un accompagnement personnalisés sont prévus pour les 7-8 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 staf 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 mardi 09/07/2019

- **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)***

### Retour le lundi 15/07/2019

- retour prévu le lundi **15/07/2019** à 20h00 (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](http://www.latitudesport.be)



## 6. Le prix du stage

**429 € 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, 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'utilisation éventuelle des machines à laver
- l'assurance Assistance à l'étranger : vous est proposée pour un supplément de 30 €. (*voir le point n°9 : assurances*)
- le package du stage (44 €) : sweat et training « Semur Basket 2019 + ballon »

## 7. Ce qu'il ne faut pas oublier d'emporter...

- Pour la pratique du Basket-ball (en suffisance pour la semaine) :

Min. 7 shorts, + ou – 12 tee-shirts et/ou vareuses, 1 paire de chaussures de basket-ball, 1 paire de chaussures de sport usagées, min. 8 paires de bas, un K-Way, un pull d'échauffement, un training,

- Pour les autres activités :

Tenues de sport, maillot de bain + bonnet, chaussettes, vêtements de tous les jours, casquette... (éventuellement un training et un K-Way supplémentaires)

**Attention : les shorts-maillots ne sont pas autorisés au parc aquatique (maillot de bain moulant obligatoire)**

**Se baser sur une pratique de deux activités sportives par jour**

- Une paire de pantoufle et /ou « slash » (obligatoire au centre)
- 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 et couvertures sont à disposition des stagiaires.

- Pour ceux qui ont choisi « tennis » en activité complémentaire : emporter sa raquette personnelle.
- Pour ceux qui ont choisi « VTT » : petit sac à dos, vieux vêtements, chaussures de sport (les VTT sont fournis par nos soins)

- Documents administratifs :

- **Carte d'identité : obligatoire** pour pouvoir embarquer à bord du car, quelque 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. (**attention au délai d'obtention**)

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

**ATTENTION**

Ces documents doivent être remis à l'accueil le jour du départ et sont obligatoires pour pouvoir embarquer !

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

## 8. Ce qu'il faut éviter d'emporter...

- Téléphone portable:
  - o L'usage du portable sera **toléré** à certaines heures précises, comme par exemple durant les temps libres ou les pauses.
  - o Il est **interdit** d'utiliser son portable durant les activités, lors des repas et après le couvre-feu.
  - o 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 €
- Ne pas emporter son ballon de basket
- Les organisateurs déclinent toute responsabilité en cas de vol d'objets de valeur.

## 9. 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.

## 10. Pour réserver

Deux démarches obligatoires pour réserver le stage de votre enfant :

1) **Inscrire son enfant** via le site internet [www.latitudesport.be](http://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<sup>er</sup> acompte** de **140 €**

Compte bancaire Latitude Sport asbl:

**IBAN : BE 31 0682457426 55**

Code Bic : gkccbebb

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

**ATTENTION** : sans le paiement de ce 1<sup>er</sup> acompte, l'inscription de votre enfant n'est pas validée !

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

**140 €** pour le **05/05/2019**

**149 €** + les éventuelles options\*\* : pour le **05/06/2019**

**Package Semur Basket : + 44 €**

**Assurance Assistance à l'étranger : + 30 €**

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



## 11. Documents à nous renvoyer

- **Fiche de renseignements \*\***
- **Fiche santé \*\***
- **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 (**attention : délai d'obtention pour ce document**)

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

### ATTENTION

Ces **trois** documents doivent impérativement être rentrés **au plus tard pour le 5 Mai 2019**, à l'adresse suivante :

Latitudesport a.s.b.l  
Rue Rigaud de Corbion, 10  
BE - 5590 CINEY

**\*\* La fiche santé et la fiche de renseignements sont en téléchargement libre sur notre site internet :**

↳ [www.latitudesport.be](http://www.latitudesport.be)

↳ menu « renseignements »

↳ sous-menu « téléchargement de documents »

**Nous n'envoyons plus ces documents par courrier postal, sauf sur demande de votre part)**

## 12. Package Semur Basket 2019

### Equipement Semur *BASKET 2019*



Sweat à capuche  
Semur *BASKET 2019*



Pantalon de  
training



Ballon



**= 44 €**

**Pour commander ce package :**

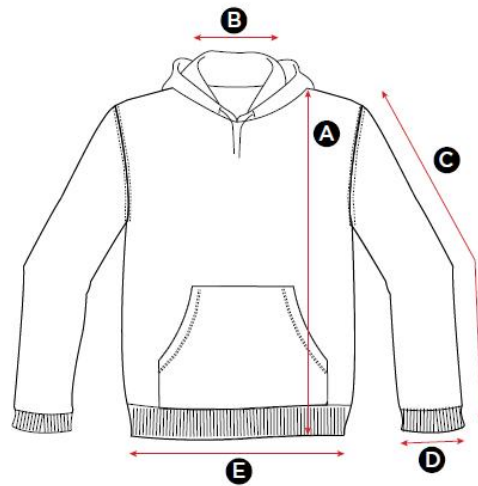
**1) Choisissez votre taille**

- **à l'aide du guide des tailles** (en page suivante)

**2) Cochez votre taille dans la fiche de renseignements**

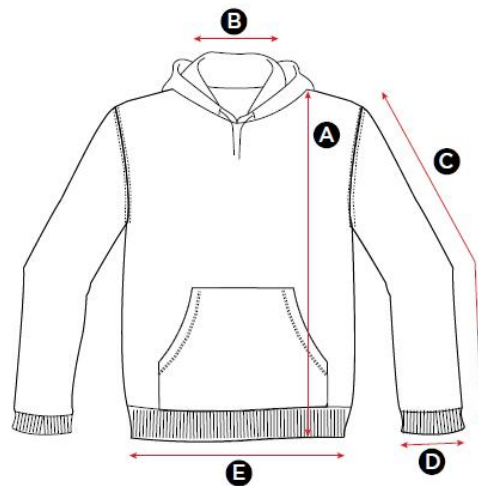
**3) Régler les 44 € avec la cotisation du stage « Semur Basket 2019 » (voir p.14)**

## Guide des tailles Sweat-shirt ENFANT



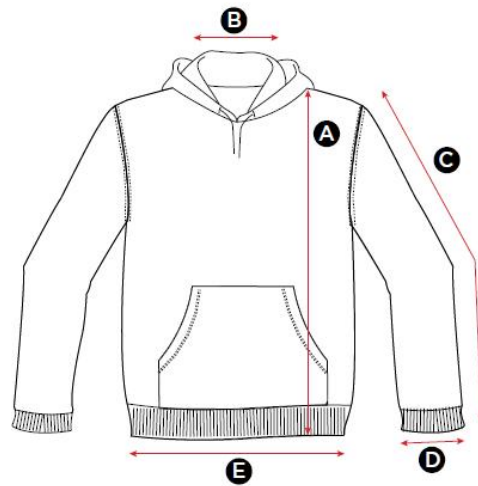
|                           | 7 -8 ans | 9 -10 ans | 11-13 ans |
|---------------------------|----------|-----------|-----------|
| <b>A</b> Hauteur totale   | 53.5     | 58.5      | 63.5      |
| <b>C</b> Longueur manches | 46.5     | 51.5      | 56.5      |
| <b>E</b> Ouverture bas    | 43       | 45.5      | 48        |

## Guide des tailles Sweat-shirt FEMMES



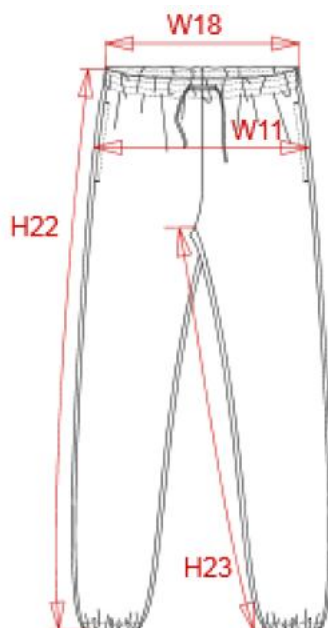
|                           | XS   | S    | M    | L    | XL   |
|---------------------------|------|------|------|------|------|
| <b>A</b> Hauteur totale   | 63.5 | 64.5 | 65.5 | 66.5 | 67.5 |
| <b>C</b> Longueur manches | 78.5 | 81   | 83.5 | 86   | 88.5 |
| <b>E</b> Ouverture bas    | 44.5 | 47   | 49.5 | 52   | 54.5 |

## Guide des tailles Sweat-shirt HOMMES



|                              | XS   | S  | M    | L  | XL   | XXL | XXXL |
|------------------------------|------|----|------|----|------|-----|------|
| <b>A</b><br>Hauteur totale   | 68   | 69 | 70   | 71 | 72   | 73  | 76   |
| <b>C</b> Longueur<br>manches | 83.5 | 86 | 88.5 | 91 | 93.5 | 96  | 98.5 |
| <b>E</b><br>Ouverture bas    | 51   | 53 | 55   | 57 | 61   | 65  | 70   |

## Guide des tailles pantalon training Enfants et Adultes



| ENFANTS                    | 6-8 ans | 8-10 ans | 10-12 ans | 12-14 ans |
|----------------------------|---------|----------|-----------|-----------|
| W18<br>taille élastiquée   | 29      | 30       | 31        | 32        |
| W11<br>½ bassin            | 37      | 39       | 41        | 43        |
| H22<br>longueur côté       | 77      | 84       | 91        | 98        |
| H23<br>longueur entrejambe | 59      | 65       | 71        | 76.75     |

| ADULTES                    | XS  | S   | M   | L   | XL  | XXL | XXXL | XXXXL |
|----------------------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|------|-------|
| W18<br>taille élastiquée   | 33  | 34  | 35  | 37  | 40  | 43  | 46   | 50    |
| W11<br>½ bassin            | 44  | 47  | 50  | 53  | 56  | 59  | 62   | 66    |
| H22<br>longueur côté       | 105 | 107 | 109 | 111 | 113 | 115 | 117  | 119   |
| H23<br>longueur entrejambe | 79  | 80  | 81  | 82  | 84  | 85  | 86   | 87    |

### Remarques :

- La taille que vous choisissez est à indiquer dans la fiche de renseignements
- Aucun échange de taille ne sera possible après commande du package
- Le package sera distribué à chaque joueur durant le stage

### 13. Suivez le stage via internet!

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



[www.latitudesport.be](http://www.latitudesport.be)



Latitudesport

### 14. 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](mailto:info@latitudesport.be)

Site internet :

[www.latitudesport.be](http://www.latitudesport.be)

### PARTNERS 2019

