

DESCRIPTIFS DES STAGES

BABY TENNIS • À PARTIR DE 3 ANS

En collaboration avec **New Lambermont Tennis School**

& **Royal Laeken Tennis Club**



Royal Laeken
tennis club



Les enfants s'initient au tennis par différents jeux leur permettant d'en acquérir les bases : découverte de la raquette comme prolongement du bras, prises, placement, jeux de jambes, direction, et apprentissage du rebond de la balle.

DÉCOUVERTE SPORTIVE & PONEY • 4 À 6 ANS

En collaboration avec le **Manège Horse's Corner de Bierges**



Les enfants s'adonnent le matin aux joies du manège et de l'équitation. Ce stage est une pleine participation à la vie du manège : initiation à l'équitation (monter, s'occuper du poney, le nourrir, le panser), balades, entretien des box. L'après le midi, les enfants retournent au centre sportif et ont la chance de découvrir différents sports : ballons, jeux de raquettes, basketball, baseball, etc.

À savoir: Prévoir une tenue adaptée pour l'équitation (pas de jeans et de tenue large) et des bottes, ainsi que des baskets pour les activités multisports. Le manège met à disposition tout le matériel adéquat pour les petits cavaliers. Les navettes sont assurées par le CFS entre le centre sportif et le manège.

ESCALADE DÉCOUVERTE • 5 À 8 ANS

Ce stage prévoit 3 heures journalières d'apprentissage des techniques de base d'escalade sur mur (grimper sur un module, apprendre à s'attacher) ainsi que les consignes de sécurité s'y rapportant. L'enfant travaille des facettes spécifiques de la motricité telles que l'ascension et l'équilibre. Il développe son audace, sa maîtrise de soi et sa gestion du vertige.

FESTIFOOT • À PARTIR DE 5 ANS

NOUVEAU

En collaboration avec **R.F.C Orp Noduwèz**



/ **RLHSC**



Votre enfant est un vrai mordu du ballon ? Notre stage festifoot est l'idéal pour lui !

50% du temps de festifoot c'est principalement des 2 contre 2, les 50% autres, ce sont des ateliers footballistiques adaptés à leurs âges.

KRAV MAGA DÉCOUVERTE • 6 À 8 ANS

En collaboration avec le **Krav Maga Bruxelles**



Encadrés par des moniteurs professionnels de la discipline, les enfants découvrent le krav maga, sport alliant différents types de combat et de self-défense.

À savoir: Nous tenons à vous informer que le Krav Maga n'encourage pas la violence, il s'agit une pratique qui fait travailler le physique et le mental sans pour autant mettre la violence au premier plan.