



LES VACANCES SPORTIVES DE

US
Cenon
MULTI-SPORTS

pour les 8 - 16 ans

TARIFS, par semaine et par enfant

- 35 € pour les Cenonnais / 70 € mini raid
- 50 € pour les extérieurs / 100 € mini raid

COMMENT S'INSCRIRE ?

- Consultez et téléchargez sur www.uscenon.fr les documents à remplir et à nous transmettre
- Déposez votre dossier complet auprès de l'US CENON

Maison des Sports
3, rue Aristide Briand
33150 CENON
Tél : 05 56 40 16 53
De 9h à 12h et de 14h à 17h

ENCADREMENT

Nos animateurs sportifs encadrent les enfants tout au long de la journée. L'accueil et le départ se font au Dojo de la Morlette, 3 rue du Docteur Roux, à 8h45 le matin et à 17h le soir.
Les enfants devront déposer leurs téléphone portable et tablette à l'accueil, dès leur arrivée.

En cas de retard ou d'absence, merci de bien vouloir prévenir les éducateurs au 06 18 05 70 01

En partenariat avec :



Programme sous réserve de modifications - Mise à jour le 17/05/19

PROGRAMME POUR LES VACANCES D'ETE 2019

SEMAINE 1
du 8 au 12 juillet 2019
CANOE/KAYAK



NOMBRE DE PLACES : 22

ENCADREMENT

M. Bensaïd, R. Saboureau, B. Barroero

LUNDI 8 JUILLET, Sortie Ambarès

Matin : G1 Kayak / G2 Pétanque
Déjeuner : prévoir pique-nique
Après-midi : G2 Pétanque / G1 Kayak

MARDI 9 JUILLET, sortie Cazaux

Matin : Kayak
Déjeuner : prévoir pique-nique
Après-midi : Stand up paddle

MERCREDI 10 JUILLET

Matin : Catamaran à bordeaux lac
Déjeuner : prévoir pique-nique
Après-midi : Football

JEUDI 11 JUILLET

Matin : Athlétisme
Déjeuner : prévoir pique-nique
Après-midi : Base- ball

VENDREDI 12 JUILLET, Sortie sur le Ciron

Matin : Canoë
Déjeuner : prévoir pique-nique
Après-midi : Canoë

SEMAINE 2
du 15 au 19 juillet 2019
GLISSE



NOMBRE DE PLACES : 14 et 8 (MINI RAID)

ENCADREMENT

M. Bensaïd, R. Saboureau, B. Barroero ,

LUNDI 15 JUILLET

Matin : Basket
Déjeuner : prévoir pique-nique
Après-midi : Skate-board à Darwin

MARDI 16 JUILLET, Sortie Cazaux

Matin : Wake-board
Déjeuner : prévoir pique-nique
Après-midi : Stand up paddle

MERCREDI 17 JUILLET

Matin : Natation à Ambès
Déjeuner : prévoir pique-nique
Après-midi : Tennis de table

JEUDI 18 JUILLET

Matin : Rugby
Déjeuner : prévoir pique-nique
Après-midi : Roller

VENDREDI 19 JUILLET

Matin : Wake-board à Virelade
Déjeuner : prévoir pique-nique
Après-midi : Pétanque



LES VACANCES SPORTIVES DE

US
Cenon
MULTI-SPORTS

pour les 8 - 16 ans

TARIFS, par semaine et par enfant

- 35 € pour les Cenonnais
- 50 € pour les extérieurs

COMMENT S'INSCRIRE ?

- Consultez et téléchargez sur www.uscenon.fr les documents à remplir et à nous transmettre
- Déposez votre dossier complet auprès de l'US CENON

Maison des Sports
3, rue Aristide Briand
33150 CENON
Tél : 05 56 40 16 53
De 9h à 12h et de 14h à 17h

ENCADREMENT

Nos animateurs sportifs encadrent les enfants tout au long de la journée. L'accueil et le départ se font au Dojo de la Morlette, 3 rue du Docteur Roux, à 8h45 le matin et à 17h le soir.
Les enfants devront déposer leurs téléphone portable et tablette à l'accueil, dès leur arrivée.

En cas de retard ou d'absence, merci de bien vouloir prévenir les éducateurs au 06 18 05 70 01

En partenariat avec :



Programme sous réserve de modifications - Mise à jour le 17/05/19

PROGRAMME POUR LES VACANCES D'ETE 2019

SEMAINE 3

Du 22 au 26 juillet 2019

ACTIVITE CYCLISME



NOMBRE DE PLACES : 22

ENCADREMENT

Maxime Bensaïd, Romain Saboureau, Bastien Barroero

LUNDI 22 JUILLET

Matin : *Handball*
Déjeuner : *prévoir pique-nique*
Après-midi : *Course d'orientation à Bassens*

MARDI 23 JUILLET, sortie vélo à Créon

Matin : *Vélo*
Déjeuner : *prévoir pique-nique*
Après-midi : *Vélo*

MERCREDI 24 JUILLET

Matin : *Catamaran à Bordeaux lac*
Déjeuner : *prévoir pique-nique*
Après-midi : *Pétanque au Loret*

JEUDI 25 JUILLET

Matin : *G1 Bmx / G2 Basket*
Déjeuner : *prévoir pique-nique*
Après-midi : *G1 Basket / G2 Bmx*

VENDREDI 26 JUILLET, sortie à Hostens

Matin : *Natation*
Déjeuner : *prévoir pique-nique*
Après-midi : *Vtt*

SEMAINE 4

du 29 juillet au 02 août 2019

ACTIVITE NATATION



NOMBRE DE PLACES : 22

ENCADREMENT

Maxime Bensaïd, Romain Saboureau, Bastien Barroero

LUNDI 29 JUILLET, sortie à Cadillac

Matin : *Accro- branche*
Déjeuner : *prévoir pique-nique*
Après-midi : *Accro- branche*

MARDI 30 JUILLET, sortie à Cazaux

Matin : *Natation*
Déjeuner : *prévoir pique-nique*
Après-midi : *Stand up paddle et kayak*

MERCREDI 31 JUILLET

Matin : *Natation à Ambès*
Déjeuner : *prévoir pique-nique*
Après-midi : *Tennis de table et ultimate*

JEUDI 01 AOUT, sortie à Hostens

Matin : *G1 Natation / G2 Tir à l'arc*
Déjeuner : *prévoir pique-nique*
Après-midi : *G1 Vtt / G2 Natation*

VENDREDI 02 AOUT

Matin : *Natation à Ambès*
Déjeuner : *prévoir pique-nique*
Après-midi : *Course d'orientation à Palmer*

MINI CAMP du lundi 15 au mardi 16 juillet

VACANCES SPORTIVES D'ÉTÉ 2019

L'US Cenon organise pour les 11-16 ans un **MINI RAID DE 2 JOURS A HOURTIN ET NAUJAC SUR MER**, pendant la deuxième semaine des vacances sportives d'été 2019



PROGRAMME

> Du lundi matin au mardi après-midi, les enfants profiteront d'un raid, comprenant une nuit sur place et des activités nautiques : **VOILE LE LUNDI, SURF LE MARDI**

Puis retour aux vacances sportives à Cenon, pour le reste de la semaine

> Encadrement : deux éducateurs de l'US CENON et des intervenants sur toutes les activités

> Déplacements : le groupe sera autonome, avec les minibus de l'US CENON

> Couchage et cuisine : des espaces aménagés sont mis en place par le Conseil départemental de la Gironde

TROUSSEAU

> Pour les activités :

- vêtements de sport
- vêtements de pluie
- deux paires de chaussures (une pour le catamaran + une autre)
- tee-shirts
- shorts de bains pour les activités nautiques
- casquette et lunettes de soleil
- affaires de toilettes
- crème solaire
- produit anti-moustiques
- combinaison pour le surf si vous en avez une

> Pour le couchage :

- 1 duvet
- 1 coussin
- 1 tapis de sol
- 1 lampe torche

Et surtout de la bonne humeur pour passer un bon moment en groupe !

NOMBRE DE PLACES : 8 (pour les 11-16 ans)

TARIFS, par enfant, pour toute la semaine :

- 70 € pour les Cenonnais
- 100 € pour les extérieurs

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS :

Maison des Sports
3, rue Aristide Briand
33150 CENON
Tél : 05 56 40 16 53
De 9h à 12h et de 14h à 17h

US
Cenon
MULTI-SPORTS

