

PLANNING STAGE MULTI AVRIL

SEMAINE 1

LUNDI
PALESTRE

MARDI
PALESTRE

MERCREDI
PALESTRE

JEUDI
PALESTRE

VENDREDI
PALESTRE

Février

| | LUNDI PALESTRE | MARDI PALESTRE | MERCREDI PALESTRE | JEUDI PALESTRE | VENDREDI PALESTRE |
|-------|-------------------|------------------------------|---------------------------------|----------------------------------|-----------------------------|
| 9h00 | Février | Accueil / Echauffement | | | |
| 10h00 | | Circuit Gym Sol | Trampo | OLYMPIADES Après-midi Mérande | Trampo |
| 11h00 | | Zumba | Agres poutre saut barres | | Agres poutre saut barres |
| 12h00 | | 12h - 12H30 JEUX / Repas | 12h - 12H30 JEUX / Repas | | 12h - 12H30 JEUX / Repas |
| 13h00 | | 12h - 12H30 JEUX / Repas | 12h - 12H30 JEUX / Repas | | 12h - 12H30 JEUX / Repas |
| 14h00 | | Roller / Sport Co Mérande | Wattabloc - Escalade | OLYMPIADES Après-midi Mérande | Laser game |
| 15h00 | | 16h -16h 45 JEUX | | | |
| 16h00 | | 16h -16h 45 JEUX | | | |
| 17h00 | | | | | |

PLANNING STAGE MULTI AVRIL

SEMAINE 2

**LUNDI
PALESTRE**

**MARDI
PALESTRE**

**MERCREDI
PALESTRE**

**JEUDI
PALESTRE**

**VENDREDI
PALESTRE**

9h00

Accueil / Echauffement

10h00

Trampo

Cross Training / GAC

Trampo

Trampo

11h00

Agres poutre saut
barres

Circuit Gym Sol

Zumba

Agres poutre saut
barres

12h00

13h00

12h - 12H30 JEUX /
Repas

12h - 12H30 JEUX /
Repas

12h - 12H30 JEUX /
Repas

12h - 12H30 JEUX /
Repas

14h00

OLYMPIADES
Après-midi Mérande

15h00

Sport Co Mérande

Roller / Sport Co
Mérande

**Wattabloc -
Escalade**

Laser game

16h00

16h -16h 45 JEUX

16h -16h 45 JEUX

17h00

LISTE DE JEUX

- Balle aux prisonniers
- Jeu de course poursuite
- Jeu du déménageur
- Béret
- Epervier
- Morpion
- Balle assise
- Chef d'orchestre
- Poule renard vipère
- Wish
- Killer/Murder
- Mimes en relais
- Samourai (Hi/Ha/Ho)
- Bateau-ile
- 1000 et une façon
- Shi-Fu-Mi évolution
- Théâtre super-pouvoir
- Message Brouillé

LISTE Olympiades

- Faire son équipe : Nom + cri
- Muscu
- Chat perché
- Trampo
- Poutre
- Barres
- Tornado / Cerceaux en ronde
- Grille Mystère
- Tir à la corde
- Parcours du combattant
- Times UP
- Jeux d'adresses
- Nœud Humain
- Calculatrice