





















# Activités ALSH Ados Mercredis Mai-Juin-Juillet 2022

Mercredi 4 Mai	Mercredi 11 Mai	Mercredi 18 Mai	Mercredi 25 Mai	Mercredi 1er Juin	Mercredi 8 Juin	Mercredi 15 Juin	Mercredi 22 Juin	Mercredi 29 juin	Mercredi 6 Juillet
8h - 10h : Accueil des Jeunes									
10h - 12h : Activité Matin									
Respect Du Corps et de l'esprit 	Respiration et Sport 	Alimentation et Sport 	Hydratation et Sport 	Soleil et protection 	Règles De La plage 	Sécurité À L'océan 	Blessure Et Protection 	Respect De Environnement 	Respect Du Collectif 
12h - 14h : Pause méridienne									
14h - 16h30 : Activité Après-midi									
Aïkido 	Tir à l'arc 	Base Ball 	Hockey sur gazon 	Beach Volley 	Ouverture Du Poste de secours 	Sauvetage côtier 	Beach Rugby 	Surf 	Football 
17h - 18h30 : Départ progressif des Jeunes									