

# Club de gymnastique Les Sittelles

## Camp de mars 2012

*Gymnastique récréatif :*

*Artistique pour les 4 ans et plus*

*Trampoline pour les 7 ans et plus*

- Ratio 8 : 1
- Camp de gymnastique artistique ou de trampoline
- 9 h à 16 h du lundi au vendredi
- 170 \$/semaine ou 40 \$/jour
- Supervision gratuite de 30 min. avant et après
- Supervision additionnelle de 7 h 45 à 8 h 30 et 16 h 30 à 17 h 15 - 20 \$ pour la semaine ou 6 \$ par jour
- Diner pizza et jus offert le vendredi au coût de 3,50 \$
- 10 \$ de rabais pour 2<sup>e</sup> enfant (sur semaine complète seulement)
- Inscrivez-vous dès maintenant! Nombre d'athlètes limités.

*Viens t'amuser à nos activités:  
gymnastique artistique et  
trampoline, jeux et bricolage!*

***Date: du 12 au 16 mars 2012***



Emplacement: 2760 ch. Sheffield, Unités 1-4,  
Ottawa, (Sortie ch. Walkley de l'aut. 417)

RENSEIGNEMENT : #742-5098 ou  
[www.sittelles.ca](http://www.sittelles.ca)



# Camp de mars

## Information aux parents



### Durant le camp :

- Chaque athlète sera placé(e) dans un groupe selon leur âge et leur calibre.
- Notre entraînement pour la gymnastique trampoline est inspiré du programme Dave Ross mis sur pied par « Gymnastics Canada Gymnastique » et notre entraînement gymnastique artistique est inspiré du programme Cangym mis sur pied par « Gymnastics Canada Gymnastique »
- Les enfants peuvent ainsi développer leurs habiletés à leur propre rythme dans un environnement amusant et sécuritaire.
- Les athlètes s'exerceront sur les barres, le cheval, la poutre, le sol le trampoline et le double-mini trampoline.

### Supervision avant et après :

- Le camp est de 9 h à 16 h, mais nous offrons un service de garde gratuit de 8 h 30 à 9 h et de 16 h à 16 h 30. Supervision additionnelle de 7 h 45 à 8 h 30 et 16 h 30 à 17 h 15 (20 \$ pour la semaine ou 6 \$ par jour)

### Ce qu'il faut pour le camp :

- Dîner et deux collations (aucune nourriture contenant des arachides ou de fruits de mer!)
- Bouteille d'eau (tout contenant doit être en plastique!)
- Maillot de gymnastique ou short et t-shirt (cheveux attachés). En trampoline, des bas pour les pieds et bas sans orteil pour les coudes et genoux
- Un changement de vêtement

### Jour typique :

Gymnastique (environ 4 heures/jour). Jeux coopératifs, activités reliées au thème de la semaine et bricolage (2 heures/jour). Collation et dîner (1 heure/jour)

### Remboursement :

Un minimum de sept jours avant la date choisie est exigé afin de recevoir un remboursement. Voir politique de remboursement sur notre site.

[www.sittelles.ca](http://www.sittelles.ca)