



GYMNASTIQUE AUX AGRÈS « LIGHT » 2025

Horaire	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
07.30-09.00	Accueil des enfants, jeux libres				
09.00-09.20	Accueil du 1 ^{er} jour	Echauffement	Echauffement	Echauffement	Echauffement
09.20-09.50	Echauffement	Anneaux	Sol	Reck	Barres / P.P.
09.50-10.20	Sol	Saut	Anneaux	Barres / P.P.	Sol
10.20-10.40	Pause fruit	Pause fruit	Pause fruit	Pause fruit	Pause fruit
10.40-11.10	Anneaux	Reck	Saut	Sol	Anneaux
11.10-11.40	Saut	Barres / P.P.	Reck	Anneaux	Saut
11.40-12.10	Reck	Sol	Anneaux	Saut	Reck
12.10-13.30	Repas + libre	Repas + libre	Repas + libre	Repas + libre	Repas + libre
13.30-14.00	Parkour/Saut en hauteur	Fort Boyard	Surprise	Surprise	Echauffement
14.00-14.30	Parkour/Saut en hauteur	Fort Boyard	Surprise	Surprise	Préparation démo
14.30-15.00	Parkour/Saut en hauteur	Fort Boyard	Surprise	Surprise	Préparation démo
15.00-15.20	Pause Fruit	Pause Fruit	Pause Fruit	Enfants vs Moniteurs	Pause Fruit
15.20-16.30	Jeux en salle	Fort Boyard	Surprise	Enfants vs Moniteurs	Préparation démo
16.30-17.30	Départ des enfants ou jeux libre				16.25 RDV parents
					16.30 Démonstration
					17.00 Apéritif
					17.15 Remise diplôme
					17.30 Clotûre du camp

***Le programme est informatif, le contenu peut être modifié à tout moment.**