



GYMNASTIQUE AUX AGRÈS « Intense »

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	Saut	Reck	Barres / P.P.
09.50-10.20	Sol	Saut	Reck	Barres / P.P.	Sol
10.20-10.40	Pause fruit	Pause fruit	Pause fruit	Pause fruit	Pause fruit
10.40-11.10	Anneaux	Reck	Barres / P.P.	Sol	Anneaux
11.10-11.40	Saut	Barres / P.P.	Sol	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	Echauffement	Anneaux	Barres / P.P.	Sol	Echauffement
14.00-14.30	Barres / P.P.	Saut	Sol	Anneaux	Préparation démo
14.30-15.00	Sol	Reck	Anneaux	Saut	Préparation démo
15.00-15.20	Pause Fruit	Pause Fruit	Pause Fruit	Pause Fruit	Pause Fruit
15.20-16.30	Anneaux	Saut	Saut	Barres / P.P.	Préparation démo
16.30-17.30	Départ des enfants ou jeux libre				16.25 RDV parents
					16.30 Spectacle
					17.00 Apéritif
					17.15 Remise diplôme
					17.30 Clotûre des camps

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