

**Du 28 février au 11 mars 2011 à Goudelin**

**Cap Sports Février 2011**

Pour les vacances de février, la Communauté de Communes Lanvollon Plouha organise l'opération CAP Sports sur la Commune de Goudelin.

Cette semaine d'animations, destinées aux 6-17 ans se déroulera du 28 février au 11 mars 2011, le lieu de rendez-vous est fixé à la salle Omnisports de Goudelin pour toutes les activités.

Les activités sont proposées par stage de plusieurs demi-journées. Les horaires sont : le matin de 10h00 à 12h00 et l'après midi de 14h00 à 16h00.

Pour les jeunes restant à la journée complète, ils peuvent déjeuner sur le lieu d'activité sous la surveillance des animateurs. Pour ce faire, vous devez prévoir le pique-nique.

**Inscriptions à partir du samedi 19 février au service des sports de la Communauté de Communes de 13h30 à 16h.**

Les enfants doivent obligatoirement avoir 6 ans le jour de l'inscription.



Communauté de Communes  
Lanvollon Plouha

Gommenech  
Goudelin/Lannebert  
Lanvollon/  
Le Faouët/Le Merzer  
Pléguien/Plouha  
Pludual/Pommerit-  
le-Vicomte/  
Saint-Gilles-les-Bois  
Tréguidel/Tréméven  
Tressignaux Trévère



# DETAIL DES ACTIVITES

## Stage Course d'Orientation

Lundi 28 février et Mardi 1 mars

10h-12h et 14h-16h

A

Repère toi vite et découvre les balises en un minimum de temps pour remporter la course.

Nbre de places: 16

Âge: à partir de 6 ans

Coût: 5€ le stage



## Stage Tennis

Lundi 28 février et Mardi 1 mars

10h-12h et 14h-16h

B

Viens améliorer ton coup droit et ton revers avec Evelyne. Le court extérieur pourra être utilisé si le temps le permet.

Nbre de places : 12

Âge : à partir de 6 ans

Coût : 5 € le stage



## Stage de Gymnastique dansée

Mercredi 2 et jeudi 3 mars

10h-12h et 14h-16h

Evelyne t'initiera à la gymnastique dansée avec cerceaux ou ballons, viens te bouger en musique.

Nbre de places : 16

Âge : à partir de 6 ans

Coût : 5€ le stage



C

## Stage de jeux collectifs

Mercredi 2 et jeudi 3 mars

10h-12h et 14h-16h

Viens t'essayer au hockey, au basketball, au handball et à la thèque avec Nicolas.

Nbre de places: 16

Âge: à partir de 6 ans

Coût: 5€ le stage



D

**Stage de Football**  
**Lundi 7 et Mardi 8 mars**  
**10h-12h et 14h-16h**

Sur herbe, sur bitume ou en salle, viens exercer tes talents footballistiques seul et en équipes.

Nbre de places : 16  
Âge : à partir de 6 ans  
Coût : 5€ le stage



**Stage Rollers**  
**Lundi 7 et Mardi 8 mars**  
**10h-12h et 14h-16h**

Vitesse, équilibre et coordination sont au programme de ce stage de rollers avec Marina

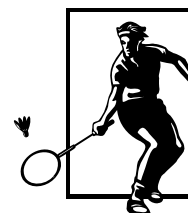
Nbre de places : 16  
Âge : à partir de 6 ans  
Coût : 5€ le stage



**Stage de Badminton**  
**Lundi 7 et Mardi 8 mars**  
**10h-12h et 14h-16h**

Viens t'initier et te perfectionner au renvoi du volant sous les conseils d'Evelyne. Une découverte de l'indiaka est également prévue.

Nbre de places : 16  
Âge : à partir de 6 ans  
Coût : 5€ le stage



**Stage de Athlétisme**  
**Mercredi 9 et Jeudi 10 mars**  
**10h-12h et 14h-16h**

Courses, lancers, sauts; l'athlétisme sous toutes ses formes sera abordé lors de ce stage

Nbre de places : 16  
Âge : à partir de 6 ans  
Coût : 5€ le stage



**Stage Tennis de table**  
**Mercredi 9 et Jeudi 10 mars**  
**10h-12h et 14h-16h**

**Viens tester tes réflexes et ton sens du placement lors de ce stage qui se terminera par un tournoi.**

**Nbre de places : 16**  
**Âge : à partir de 6 ans**  
**Coût : 5€ le stage**

I



**Stage Jeux d'extérieur**  
**Mercredi 9 et Jeudi 10 mars**  
**10h-12h et 14h-16h**

**Ultimate (Frisbee), Base-Ball, cache-cache et bien d'autres jeux vous permettront de vous amuser durant ces 2 jours.**

**Nbre de places : 16**  
**Âge : à partir de 6 ans**  
**Coût : 5€ le stage**

J



**Sortie Karting / Cinéma**  
**Vendredi 11 mars**  
**Départ 9h15 , Retour 16h30**

**Départ du parking au de la salle des sports de Goudelin.**  
**Nous nous rendrons tout d'abord au Karting de Plérin puis nous irons au cinéland de Trégueux pour le film « Les voyages de Gulliver ».**

**Prévoir: un pique nique**

**Nbre de places : 48**  
**Âge : à partir de 7 ans**  
**Coût : 20€**

K



# Programme du 28 février au 11 mars 2011

Activités / Jour	Ref	Lundi 28	Mardi 1	Mercredi 2	Jeudi 3	Lundi 7	Mardi 8	Mercredi 9	Jeudi 10	Vendredi 11
Course d'orientation	A									
Tennis	B									
Gymnastique dansée	C									
Jeux collectifs	D									
Football	E									
Rollers	F									
Badminton	G									
Athlétisme	H									
Tennis de table	I									
Jeux d'extérieur	J									
Sortie Karting-Cinéma	K									

## Les autres propositions d'animations sur le territoire

### CLSH Communautaire

#### Tressignaux

Ouvert aux enfants de 3 à 12 ans

Renseignements, programme et inscriptions à la Maison de la Petite Enfance.

Contact Loïc : 02 96 65 32 61

### Sortie Ados (14ans et +) à Rennes le 11 mars

Matin: temps libre à Rennes

Après-midi: visite d'imprimerie Ouest France  
Départ 8h30 La Fabrik à Plouha, retour 19h30.  
Prévoir 5€ + pique-nique+fiche sanitaire

Contact Mathieu le Breton : 06 37 27 31 21



**ATTENTION!!** Aucune inscription ne se fera par téléphone. Le règlement devra se faire au moment de l'inscription. Les inscriptions par courrier ne seront pas acceptées. Début des inscriptions à partir du 19 février à la Communauté de Communes de 13h30 à 16h. **Si le dossier de l'enfant n'est pas complet au jour de l'activité, l'enfant se verra refuser l'accès à celle-ci.**

Une même personne peut inscrire des enfants de 2 familles différentes maxi.

**PIECES A FOURNIR :** > certificat médical > Attestation d'assurance  
> fiche sanitaire > fiche d'inscription.

Je soussigné(e) Nom : .....Prénom : .....

Adresse : .....

Adresse mail.....

Code postal : ..... Commune : .....

Tél. domicile:.....Tél.travail ou portable: .....

Autorise mon(mes) enfant(s) : NOM: .....PRENOM: .....

Âge : ..... Scolarisé à : .....

à participer aux activités de Cap Sports Vacances Hiver 2011.

De plus, j'atteste sur l'honneur que mon(mes) enfant(s) est(sont) assuré(s) sur le plan corporel en extra-scolaire.

A:

Le:

Signature:

Repère	Activité	Date et Heure		Coût du stage	Nombre de places	
A	Course d'orientation	Lundi 28 février et Mardi 1 mars	10h-12h et 14h-16h	5 €	16	
B	Tennis	Lundi 28 février et Mardi 1 mars	10h-12h et 14h-16h	5 €	12	
C	Gymnastique dansée	Mercredi 2, Jeudi 3 mars	10h-12h et 14h-16h	5 €	16	
D	Jeux Collectifs	Mercredi 2 et Jeudi 3 mars	10h-12h et 14h-16h	5 €	16	
E	Football	Lundi 7 et Mardi 8 mars	10h-12h et 14h-16h	5 €	16	
F	Rollers	Lundi 7 et Mardi 8 mars	10h-12h et 14h-16h	5 €	16	
G	Badminton	Lundi 7 et Mardi 8 mars	10h-12h et 14h-16h	5 €	16	
H	Athlétisme	Mercredi 9 et Jeudi 10 mars	10h-12h et 14h-16h	5 €	16	
I	Tennis de Table	Mercredi 9 et Jeudi 10 mars	10h-12h et 14h-16h	5 €	16	
J	Jeux d'extérieur	Mercredi 9 et Jeudi 10 mars	10h-12h et 14h-16h	5 €	16	
K	Sortie Karting / Cinéma	Vendredi 11 mars	départ 9h15, retour 16h30	20 €	48	

**Contact et renseignements :**

**Service des sports 02 96 70 02 65 / 02 96 70 17 04**

**Site internet de la CDC Lanvollon-Plouha : [www.cc-lanvollon-plouha.com](http://www.cc-lanvollon-plouha.com)**

**Blog : <http://cc-lanvollon-plouha.typepad.fr>**

Communauté de Communes



Lanvollon Plouha