

SECONDE SEMAINE DU 28 AU 31 OCTOBRE :

* +15€ de frais d'inscription pour les non L'ESAMers de l'année 2024-2025

STAGE SPORT

145€*

40€*



9h30-16h30 / RDV À L'ESAM ANTIBES

7-15 ANS

PRÉVOIR
PIQUE-NIQUE
+ GOÛTER + EAU

PRÉVOYEZ DANS LE SAC DE VOTRE ENFANT : PANTALON DE PLUIE - K-WAY - CASQUETTE

28

BOOTCAMP + SPORT D'OPPOSITION

Parcours sportif et physique type parcours du combattant, suivi de l'apprentissage des bases et des notions des sports de combat, avec des règles spécifiques pour assurer la sécurité.

AMENEZ CHANGE COMPLET (VÊTEMENTS, CHAUSSURES, CHAUSSETTES).

29

COURSE D'ORIENTATION + ULTIMATE

Course contre la montre sur un parcours matérialisé par des balises qui doivent être découvertes à l'aide d'une carte et d'une boussole, suivie d'un match de frisbee.

30

SPORT DE PRÉCISION + BEACH VOLLEY RDV à la plage du Porteil

Ateliers d'adresse en s'exerçant au tir, lancer, manipulation d'objets nécessitant un contrôle précis des gestes. La journée se finit sur du beach volley avec des échanges dynamiques qui allient technique, détente et convivialité en bord de mer !

AMENEZ MAILLOT DE BAIN, SERVIETTE, CRÈME SOLAIRE.

31

TRAQUE AND TREK + SLACKLINE

Randonnée trek et camouflage en forêt. Suivie de jeux d'équilibre, de force, de placement et de précision.

La journée se termine par un moment gourmandises (merci d'amener une boisson ou des biscuits à partager à 16h).



INSCRIVEZ-VOUS DÈS MAINTENANT

sur www.lesam.fr/antibes



Ne pas jeter sur la voie publique. SARL COVOT - N°SIRET : 92914117400011 - CAPITAL SOCIAL 6.000€ - RCS GRASSE | Réalisé par www.cecilemercado.com

LESAM
Antibes

VOUS PRÉVOYEZ QUOI
POUR LES VACANCES
DE VOS ENFANTS ?

L'ESAM Espace Laporte - 1170 route de Nice - 06600 Antibes

04 89 64 00 65 | 06 62 86 03 76 | antibes@lesam.fr | www.lesam.fr/antibes |

PROGRAMME SPORT & ART - VACANCES TOUSSAINT 2024

PREMIÈRE SEMAINE DU 21 AU 25 OCTOBRE :

* +15€ de frais d'inscription pour les non L'ESAMers de l'année 2024-2025

STAGE COMÉDIE MUSICALE

180€*
/ 5 JOURS

9h30-16h30 / RDV À L'ESAM ANTIBES

7-17 ANS

PRÉVOIR
PIQUE-NIQUE
+ GOÛTER + EAU

au
OCT LUN. 21
OCT VEND. 25
/ 5 JOURS

MEDLEY HALLOWEEN

Danse, chant, théâtre. Plonge dans l'univers ensorcelant d'Halloween...
Es-tu prêt à envoûter la scène ?

APPORTEZ UNE CLÉ USB



Spectacle Vendredi 25 octobre 2024 à 16h à L'ESAM ANTIBES, **suivi d'un moment gourmandises** (merci d'amener une boisson ou des biscuits à partager).



STAGE SPORT

180€* 40€*
/ 5 JOURS / JOUR

9h30-16h30 / RDV À L'ESAM ANTIBES

7-15 ANS

PRÉVOIR
PIQUE-NIQUE
+ GOÛTER + EAU

PRÉVOYEZ DANS LE SAC DE VOTRE ENFANT : PANTALON DE PLUIE - K-WAY - CASQUETTE

OCT LUN.
21

RAID DAY

Combiné de 10 activités sportives. Challenge personnel alliant dépassement de soi et confiance en soi.

OCT MAR.
22

TIR À L'ARC + PARCOURS SNIPER à *Causols*

Initiation aux bases du tir à l'arc et de la sarbacane. Puis déplacement sur un parcours balisé en quête de cibles cachées pour développer les réflexes et l'adresse tout en affrontant le temps.

OCT MER.
23

COURSE D'ORIENTATION + SLACKLINE

Course contre la montre sur un parcours matérialisé par des balises qui doivent être découvertes à l'aide d'une carte et d'une boussole. Suivie de jeux d'équilibre, de force, de placement et de précision.

OCT JEU.
24

PADDLE + BEACH VOLLEY RDV à la plage du Porteil

Vivez l'aventure en pleine mer ! Acquisition des gestes de base et des règles de sécurité afin de maîtriser sa planche. La journée se finit sur du beach volley avec des échanges dynamiques qui allient technique, détente et convivialité en bord de mer !

AMENEZ MAILLOT DE BAIN, SERVIETTE, CRÈME SOLAIRE, LUNETTES DE SOLEIL, CHAUSSURES D'EAU, TONGS, ET FOURNIR TEST ANTI-PANIQUE DATANT DE MOINS D'UN AN.

OCT VEND.
25

BOOTCAMP + SPORT DE PRÉCISION

Parcours sportif et physique type parcours du combattant. Suivi d'ateliers d'adresse et d'habileté, en s'exerçant au tir, lancer, manipulation d'objets nécessitant une grande concentration et un contrôle précis des gestes.

AMENEZ CHANGE COMPLET (VÊTEMENTS, CHAUSSURES, CHAUSSETTES).

La journée se termine par un moment gourmandises (merci d'amener une boisson ou des biscuits à partager à 16h).

