



HEBERGEMENT

DANS LE GITE EN CHAMBRE DE 2 A 6 LITS AVEC
SALLE DE BAINS OU DANS DES CHALETS EN CHAMBRES DE 2 A 6 AVEC LES
SANITAIRES A PROXIMITE.

REPAS

PREPARES PAR LE DOMAINE EQUESTRE, REGIMES
ASSURES. REPAS A THEMES.

CENTRE EQUESTRE LABELISE ECOLE FRANCAISE D'EQUITATION

2 MANEGES COUVERTS / 2 CARRIERES /
PARCOURS DE CROSS ET DE TREC / 45 CHEVAUX ET PONEYS.

INSTALLATIONS SPORTIVES SUR PLACE

COURT DE TENNIS, TRAMPOLINE, PISCINE D'ETE, TERRAINS DE SPORTS,
CHEMINS DE RANDONNEE

ENCADREMENT

2 DIRECTRICES / 1 ASSISTANTE SANITAIRE / 2 MAITRES-NAGEURS
1 SURVEILLANT DE BAINADE / 1 EQUIPE DE 5 MONITEURS
EQUESTRES / DES ANIMATEURS (1 POUR 8 PETITS, 1 POUR 10
MOYENS ET ADOS).

TRANSPORT

AU DEPART DE PARIS, LYON, LE HAVRE, BORDEAUX, PAU



SÉJOUR COLO NATATION

647 chemin de Las Boutes / 82110 LAUZERTE / Tél : 05 63 94 63 46

Mail : equi-sejour-lauzerte@orange.fr / www.domaine-de-lauzerte.fr

DOMAINE EQUESTRE DE LAUZERTE

Situé en Tarn et Garonne, à 100 km de
Toulouse, le Centre propose des séjours
J'apprends à nager et Je me perfectionne
en natation dans un environnement
préservé et superbe avec une vue
imprenable sur Lauzerte classé « l'un des
plus beaux villages de France ».



ÉCOLOGIE AU CŒUR DU SEJOUR

*Le centre espère une participation active
au programme écologique qu'il a mis en
place : tri sélectif, ateliers pédagogiques,
santé et bien-être, produits bio, énergies
renouvelables...*

J'APPRENDS A NAGER

Pour les enfants âgés de 6 à 12 ans ne sachant pas nager

- > Minimum 6 séances de 45 minutes en cours et jeux aquatiques à la suite.
- > 4 participants maximum par MNS.
- > Attestation Savoir Nager en Sécurité.

JE ME PERFECTIONNE EN NATATION

Prérequis : le savoir nager

- > Apprentissage des nages codifiées : brasse, crawl, dos.
- > Améliorer ses techniques de nage : vitesse et respiration.
- > Aborder les techniques des 4 nages.

Objectifs pédagogiques

- > Dispenser un savoir-nager sécuritaire et écarter le risque de noyade.
- > Favoriser l'accès à toutes les pratiques aquatiques et nautiques en toute sécurité.
- > Découvrir les plaisirs de l'eau et de la natation.
- > Vivre une expérience positive de l'eau.
- > Maîtriser le milieu aquatique.

DESCRIPTIF DES ACTIVITES

Natation tous les jours, 1 séance par jour de cours (45 minutes), jeux aquatiques et
baignade loisir.

Les enfants sont par groupe de niveau et d'âge.

Les enfants sont encadrés par 2 maîtres-nageurs qualifiés qui enseignent les bases de
la natation ou le perfectionnement sur les nages en fonction du niveau et de la
demande. Un test peut être passé en fin de séjour.

Les autres temps seront rythmés par des animations proposées par les animateurs,
puis choisis par les jeunes suivant le thème de la semaine.

OPTION EQUITATION