

# CLASSE DE DÉCOUVERTES PLANNING TYPE 5 JOURS/4 NUITS



NOM DU CENTRE  
THÈME DU SEJOUR

Domaine EQUILAND – CASSEN (Landes)
SKATE, TROTTINETTES et ORIENTATION

JOUR 1	JOUR 2	JOUR 3	JOUR 4	JOUR 5
Arrivée / installation  Visite du Domaine	<b>Skate et trottinette</b>  Apprendre à tourner et à freiner  Gymkhana	<b>Skate et trottinette</b>  Parcours simples sur modules	<b>Skate et trottinette</b>  Sur skatepark du domaine : progression glisse, équilibre et éléments techniques	<b>Skate et trottinette</b>  Sauts et franchissement  d'obstacles
<b>DÉJEUNER à la charge du groupe</b>	<b>DÉJEUNER</b>	<b>DÉJEUNER</b>	<b>DÉJEUNER</b>	<b>DÉJEUNER</b>
<b>Skate et trottinette</b>  Parcours d'habilité motrices  Propulsion – direction et rotation	<b>Orientation</b>  Lecture de carte, parcours en étoile	<b>Skate et trottinette</b>  Impulsion,  sauter un obstacle	<b>Orientation</b>  Parcours en labyrinthe avec puces électroniques	<b>Skate et trottinette</b>  Evaluation des compétences  Course d'orientation  DEPART
<b>DÎNER</b>	<b>DÎNER</b>	<b>DÎNER</b>	<b>DÎNER</b>	
<b>VEILLÉES</b>	<b>VEILLÉES</b>	<b>VEILLÉES</b>	<b>VEILLÉES</b>	

# SÉJOUR COURT PLANNING TYPE 3 JOURS/2 NUITS



NOM DU CENTRE  
THÈME DU SEJOUR

Domaine EQUILAND – CASSEN (Landes)
SKATE, TROTTINETTES et ORIENTATION

JOUR 1	JOUR 2	JOUR 3
Arrivée / Installation  Visite du Domaine	<b>Skate et trottinette</b>  Apprendre à tourner et à freiner  Gymkhana	<b>Skate et trottinette</b>  Sauts et franchissement  d'obstacles
<b>DÉJEUNER</b>	<b>DÉJEUNER</b>	<b>DÉJEUNER</b>
<b>Skate et trottinette</b>  Parcours d'habilité motrices  Propulsion – direction et rotation	<b>Orientation</b>  Lecture de carte, parcours en étoile	<b>Skate et trottinette</b>  Evaluation des compétences  Course d'orientation  DEPART
<b>DÎNER</b>	<b>DÎNER</b>	
<b>VEILLÉES</b>	<b>VEILLÉES</b>	