

N E W	STAGE DE NATATION (10.30 – 12.00 HRS ou 13.30 - 15.00 HRS) Réjouis-toi chaque jour d'une heure et demie de l'eau, du sport, des jeux et du plaisir. Tu seras accompagné par nos professeurs de sport expérimentés qui t'aideront à améliorer ton niveau	70 €
	LE PETIT DÉBROUILLARD Découvre de nouveaux sports et apprends à t'orienter de manière ludique, par exemple à l'aide d'une chasse au trésor et de divers jeux en forêt.	135 €
	NATATION, SPORT & FUN Améliore ta technique dans l'eau et découvre de nouveaux sports variés – avec des jeux passionnants et de petites compétitions. Plaisir et mouvement garantis !	170 €
	NATATION & MULTISPORT Réjouis-toi des diverses activités et jeux en piscine pour améliorer ton niveau de natation. Ensuite, tu pourras pratiquer des sports variés comme le hockey, l'escalade, le judo et bien d'autres encore.	170 €
	MULTINAUTIQUE Essaye divers sports nautiques. L'accent est mis sur la voile, la planche à voile, le stand-up paddle et le kayak/canoë.	170 €
	AVENTURE Exerce-toi à l'escalade, à la course d'orientation, au VTT, à l'accrobranche et bien plus encore. Les activités se déroulent principalement à l'extérieur.	170 €
	VÉLO - demi journées Apprends à rouler en toute sécurité avec ton propre vélo, entraîne-toi à freiner, à garder l'équilibre et à apprendre les bases du code de la route. Découvre de nouveaux itinéraires, profite de sorties passionnantes et passe de bons moments avec des amis en plein air.	120 €
	VÉLO & MULTISPORT Enfourche ton vélo et découvre les environs avec nos moniteurs de sport. En deuxième partie de journée, diverses activités sportives telles que le judo, l'escalade, le disc-golf et bien d'autres encore sont organisées et garantissent la diversité.	170 €
	OPTIMIST Apprends à naviguer ton Optimist (voilier) en toute sécurité sur l'eau. Pendant ce stage, tu seras sur le lac toute la semaine. En cas d'orage, un programme alternatif est proposé.	200 €
	OPTIMIST & MULTISPORT Apprends à naviguer ton Optimist (voilier) en toute sécurité sur l'eau. Diverses activités sportives comme le kinball, l'escalade, le hockey et bien d'autres encore sont organisées en deuxième partie de journée.	200 €
N E W	VOILE Après une introduction à la théorie, les plaisirs de l'eau commencent. Apprends à naviguer ton voilier en toute sécurité sur le lac lors des cours pratiques. Les participants seront répartis en groupes selon leur niveau. En cas d'orage, un programme alternatif est proposé.	170 €
	VOILE & MULTISPORT Chaque jour, tu partiras sur l'eau avec nos moniteurs expérimentés. Après avoir hissé les voiles, tu pourras t'essayer au badminton, tchoukball, judo et bien d'autres encore.	170 €
	VELO & VOILE Après une brève introduction théorique, vous vous lancerez directement sur l'eau. Lors des cours pratiques, vous apprendrez à naviguer en toute sécurité sur le lac. En cas d'orage, un programme alternatif sera proposé. Au cours de l'autre moitié de la journée, nous explorerons les environs lors de randonnées à vélo en groupe, améliorerons notre endurance et notre technique de conduite et profiterons activement du paysage.	170 €
	PLANCHE À VOILE La bonne technique, beaucoup de pratique et beaucoup de plaisir t'attendent à la planche à voile. Tous les jours, tu iras sur l'eau avec nos moniteurs. Les participants seront répartis en groupes selon leur niveau. En cas d'orage, un programme alternatif est proposé.	170 €
	STAGE POUR ADOLESCENTS Programme sportif adapté aux adolescent en fonction de la météo et de leurs envies: tournois, journée sur l'eau, excursion en VTT, accrobranche. L'objectif est de prendre du plaisir avec des jeunes de son âge.	200 €

Tous les cours sont encadrés par des moniteurs expérimentés.

Age : **l'année de naissance** est prise en considération et non le **jour de naissance**.

DÉROULEMENT DE LA JOURNÉE (SAUF STAGE DE NATATION)

08.00 - 09.00 heures : garderie gratuite
09.00 - 12.00 heures : sport
12.00 - 13.30 heures : pause de midi sous surveillance (un repas chaud est inclus dans le prix)
13.30 - 16.30 heures : sport
16.30 - 17.00 heures : garderie gratuite

Date de début d'inscriptions: **16.03.2026 à 09h00**

www.worriken.be/fr/aktivitaeten/stages-dete/

