

Ca bouge au
RéPPPOP 73





Carnet d'activité 2022-2023

SOMMAIRE

- | | | | |
|-----------|------------------------------|-----------|--|
| 01 | Participer aux activités | 08 | Jeux Aquatiques
Aix les Bains |
| 02 | Tennis
Yenne | 09 | Sortie Neige
La Féclaz |
| 03 | Activ'athlon
Chambéry | 10 | Trottinette & Roller
Albertville / Chambéry |
| 04 | Ca bouge
en visio | 11 | Vélo
Chambéry |
| 05 | Circuit training
Chambéry | 12 | Sorties Familles
Saint Guérin / Aix |
| 06 | Boxe
Chambéry | 13 | Projets
Savoie |
| 07 | Pop Kids
Moutier | 14 | S'inscrire
aux activités |

Participer aux activités

01

Comment participer aux activités RéPPOP 73 ?

Pour participer aux activités proposées, votre enfant doit fournir lors de la première inscription :

un certificat médical de non contre-indication à la pratique de l'activité physique

une attestation d'assurance responsabilité civile extra-scolaire (cette assurance est en général comprise dans l'assurance habitation - vous pouvez demander une attestation auprès de votre assureur)

Une activité, une fiche d'inscription

Pour chaque activité à laquelle votre enfant souhaite s'inscrire, il faudra nous retourner la fiche d'inscription dans laquelle figure l'autorisation parentale dûment complétée et signée

Quelques règles pour le bon fonctionnement du groupe...

Lorsque votre enfant est inscrit à une activité, nous lui demandons :

- de participer à toutes les séances auxquelles il est inscrit pour la cohésion du groupe et de nous prévenir en cas d'absence.
- d'arriver à l'heure... (cela est important pour les intervenants et les autres participants).

Pour pratiquer dans de bonnes conditions, il est important de prévoir une tenue de sport adaptée à l'activité :

- en général : tenue de sport ou vêtements souples, et chaussures de sport
- pour les activités en extérieur : casquette et coupe-vent
- pour les sports d'eau : serviette, maillot de bain et bonnet...
- sans oublier une bouteille d'eau pour se désaltérer !



Participer aux activités

Je ne suis pas sûr d'aimer?

Une séance d'essai est possible. Je peux également changer d'activité à chaque fin de cycle pour essayer un autre sport ou m'inscrire dans un club.

Les aides pour financer l'activité

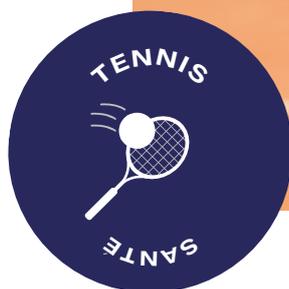
Le Pass'Sport peut être utilisé pour payer le cours à l'année.

En cas de difficultés financières, n'hésitez pas à contacter le RéPPOP 73 pour trouver des solutions.



02 Tennis Santé

Tennis à Yenne



Où et Quand ?

Toute l'année

Le mercredi

de 16h30 à 18h00

Tennis Club de Yenne

133 Chemin des Écoles

73170 Yenne

L'activité

Le RéPPOP 73 vous propose un cours de tennis adapté, tous niveaux pour les enfants et les adolescents.

Pour bouger et découvrir le tennis en s'amusant, sans compétition.

Chaque cours commence par un échauffement et se termine par une séance d'étirements et un temps calme. Les raquettes peuvent être prêtées par le Club.

Les dates

Tony vous accueille tous les mercredis de 16h30 à 18h00. L'inscription peut se faire à l'année ou par cycle. Les jeunes qui souhaitent s'inscrire pour un cycle, peuvent renouveler leur inscription s'ils le souhaitent.

1er cours : 14 septembre 2022

Cycle 1 du 14 septembre au 19 octobre 2022

Cycle 2 du 9 novembre au 14 décembre 2022

Cycle 3 du 4 janvier au 01 février 2023

Cycle 4 du 22 février au 05 avril 2023

Cycle 5 du 26 avril au 5 juillet 2023

Les tarifs

Le tarif est fonction du nombre de séances par cycle :

Tarif à la séance : 4 € la séance pour les participants par cycle

Tarif à l'année : 128 €

La cotisation de 30 € est prise en charge par le RéPPOP 73.

En partenariat avec :



03 Activ' ta forme

Activité multi-sports
à Bassens



Où et quand ?

Toute l'année

Le mercredis

de 14h à 15h

Espace Colombe

10 rue de l'Église

73000 Bassens

Un parcours ludique est proposé chaque semaine pour bouger, se dépasser et s'amuser : tir à l'arc, jeux d'équilibre, parcours motricité mais aussi Kinball, poursuites... pour faire du sport sans en avoir l'air !

Les dates

Grégory vous attend les mercredis de 14h00 à 15h00.

L'inscription peut se faire à l'année ou par cycle

Les jeunes qui souhaitent s'inscrire pour un cycle, peuvent renouveler leur inscription s'ils le souhaitent.

1er cours : 14 septembre 2022.

Cycle 1 du 14 septembre au 19 octobre 2022

Cycle 2 du 9 novembre au 14 décembre 2022

Cycle 3 du 4 janvier au 01 février 2023

Cycle 4 du 22 février au 05 avril 2023

Cycle 5 du 26 avril au 5 juillet 2023

Les tarifs

Cette activité bénéficie du tarif solidaire : vous choisissez le montant que vous pouvez payer.

Tarif par cycle

Tarif A : 10 € Tarif B : 20 € Tarif C : 30 €

Tarif à l'année

Tarif A : 50 € Tarif B : 100 € Tarif C : 150 €

Le RéPPOP 73 prendra en charge le complément pour financer l'activité.

04 Ça bouge en visio



Où et quand ?

En visio

les mercredis
11, 18, 25 janvier 2023
& 1er février 2023
de 14h à 15h

Retrouvez Michael pour quelques cours de fitness en toute tranquillité, à la maison.

Seul ou en famille, vous pouvez profiter d'une heure d'activité sous le regard bienveillant mais néanmoins attentif de Michael.

Il suffit d'avoir un ordinateur portable muni d'une caméra ou d'une tablette connectés pour participer aux cours.

Les tarifs

L'activité est gratuite pour les participants.

Inscriptions

Pour participer, vous pouvez vous inscrire par mail ou par téléphone. Un mail avec les informations de connexion vous sera transmis le jour de l'atelier.

05 Circuit Training

Fitness & jeux



Où et quand ?

RéPPOP 73 - MRSS

Espace Rhyvyère

94 bis rue de la Revéraz

73000 Chambéry

Le mercredi

de 15h30 à 16h30

Michael, éducateur en activité physique au RéPPOP73 propose des séances de « Circuit Training ».

Ces séances seront l'occasion de se dépenser dans la bonne humeur autour d'activités de course, saut, coordination, renforcement musculaire, ...

L'activité aura lieu en salle ou dehors en fonction du temps.

Les dates

Du 09 novembre au 21 décembre 2022

Les tarifs

2 € la séance à régler en début de séance auprès de Michael.

06 Boxe

Chambéry



Où et quand ?

Espace Pierre Cot
Quai des Allobroges
73000 Chambéry

les mercredis
11, 18, 25 janvier,
01, 22 février,
et 1er mars 2023
de 14h à 15h

En partenariat avec Urban Multiboxe, venez découvrir les différents types de boxe.

Cette activité sera proposée sous forme d'atelier avec ou sans contact selon le désir des participants, et proposera également un atelier d'aérobixe dans un but de renforcement musculaire et de tonicité.

Le club Urban Multiboxe mettra à disposition le matériel nécessaire à la pratique (gants, patte d'ours, casque...) Ils seront désinfectés après chaque séance.

Les tarifs

12 € pour le cycle de 6 cours.

Le complément est pris en charge par le RéPPOP 73.

Inscriptions

Pour participer, vous pouvez vous inscrire par mail ou par téléphone auprès de Michael.

07 POP Kids Santé + Multi-activités à Moutiers



Où et quand ?

Gymnase Georges Larnaud
203 Rue des Casernes
73600 Moutiers

Du 6 au 10 Février 2023
tous les jours
de 14h à 15h30

Virginie a créé cette activité dans le but de donner envie à votre enfant de pratiquer une activité physique adaptée à ses capacités, à bouger dans le plaisir; d'une manière ludique. A chaque séance, un temps de relaxation en pleine conscience pour aider à la détente.

Une activité pour passer moins de temps devant les écrans, mieux dormir et se sentir bien dans son corps !

5 séances en petits groupes pour les enfants de 8 à 12 ans.

Un Défi Famille

La dernière séance est une séance Parents-Enfants Découvrez le Défi Famille en réalisant un parcours balisé, avec une course d'orientation sur le thème de la santé

Les tarifs

L'activité est gratuite pour les participants. Elle est financée par la Ville de Moutiers, l'Agence Régionale de Santé, le CDOS Savoie, et la Maison de Santé d'Aigueblanche.

Maison de santé
d'Aigueblanche



08 Jeux Aquatiques

Aix les Bains



Où et quand ?

2 sessions
08,09 et 10 février 2023
15,16 et 17 février 2023

de 16h à 17h

Aqualac
Aix les Bains

Pendant les vacances de février, venez profiter de la piscine et participer aux jeux aquatiques proposés par le RéPPOP 73.

Cette activité regroupe aussi bien des jeux dans l'eau, que de la natation plaisir...

Tenue à prévoir

Maillot de bain (attention caleçon interdits)
Serviette
Gourde

Rendez-vous

à 15h45 soit 15 mn avant la séance pour prendre le temps de se changer !

Tarifs

2 euros la séance soit 6 euros par session
tarif hors RéPPOP : 5 euros la séance

09 Sortie Neige

La Féclaz



Où et quand ?

Le 22/02/2023

de 13h30 à 17h00

La Féclaz

Plateau Sud

Nombre de places limité

Claire, accompagnatrice moyenne montagne et Michael vous attendent pour résoudre une énigme au cœur de la Féclaz et de retrouver un mystérieux colis disparu au cours d'une avalanche...

Muni de vos raquettes et équipés de détecteurs, vous partirez à sa recherche, à l'aide d'indices balisant le parcours... Vous serez peut être amenés à construire un igloo pour vous protéger... qui sait ?

13h30 : départ du point de rendez-vous

16h30 : gouter partagé

17h00 : fin de l'activité

Rendez-vous sur le parking du Plateau Sud, devant le guichet des pistes de ski de fond.

Tenue à prévoir :

Tenue de ski ou pantalon imperméable, Gants bonnet, Chaussures de neige (imperméables)

Lunettes de soleil & crème solaire

Gourde ou thermos & recharge pour être au sec après la journée

Les tarifs

Les raquettes peuvent être fournies au besoin.

Tarif solidaire au choix : 5, 8 ou 10 euros par enfant

hors RéPPOP 73 : 12 euros

10 Trottinette & Rollers

Albertville
Chambéry



Où et quand ?

En Mai

Le mercredi
de 14h00 à 15h30

Le lieu de rendez-vous
sera communiqué
prochainement

Rendez-vous avec Michael pour une heure de rollers ou trottinette : des circuits, des promenades pour bouger en s'amusant.

Prévoir rollers et/ou trottinette et un casque.
Au besoin merci de nous préciser si vous souhaitez faire l'activité mais ne disposez pas de matériel

Les dates à Albertville

Trottinette le 03/05 à Albertville de 14h à 15h
Rollers le 10/05 à Albertville de 14h à 15h

Les dates à Chambéry

Trottinette le 31/05 à Chambéry de 14h à 15h.
Rollers le 24 Mai à Chambéry de 14h à 15h.

Les tarifs

2 € à régler en début de séance auprès de Michael.

11 Sortie Vélo

Chambéry



Où et quand ?

Avril - mai

Départ

Vélostation

313, Place de la Gare

73000 Chambéry

de 14h00 à 15h30

pour les 6-11 ans

de 15h30 à 17h00

pour les 12-18 ans

Sarah vous attend pour 3 séances de jeux en vélo : pour s'amuser et apprendre à se déplacer en vélo, en toute sécurité, en milieu urbain.

Deux groupes de 6 enfants maximum seront proposés en fonction de l'âge des enfants.

Si vous possédez votre vélo, vous pouvez venir avec !
Sinon Ecomobilité vous prêtera un vélo : merci de préciser votre taille lors de votre inscription.

Les dates

Les mercredi 26 avril, 03 et 10 mai 2023

Le lieu de rendez-vous précis vous sera communiqué quelques jours avant l'activité.

Tenue : Vélo, casque, tenue confortable, et baskets

Les tarifs

Gratuit pour les participants

L'activité est financée par L'agence Ecomobilité

12 Sorties Familles

Lac du Bourget &
Lac de Saint-Guérin



Où et quand ?

Lac du Bourget

Aix les Bains

Le 17 Juin 2023

Lac de Saint-Guérin

Tarentaise

le 1er Juillet 2023

La du Bourget

Pour fêter la fin d'année scolaire, le RéPPOP 73 vous propose 2 sorties en famille :

Une sortie famille vélo & pique-nique au bord du Lac du Bourget le Samedi 17 Juin à partir de 11h00

La baignade sera possible uniquement sous la responsabilité des parents;

Lac de Saint-Guérin

Une sortie jeu de piste au Lac de Saint-Guérin, en Tarentaise, avec une randonnée accessible pour les enfants, pique-nique, et bien sur des jeux en famille.

RDV sur le parking du Lac de Saint Guérin à 10h00 -
Retour prévu vers 17h00.

Tarif bientôt disponible

13 Projets

Savoie



Bientôt...

**D'autres projets d'activités
sont en cours...**

- de la plongée en piscine à Albertville
- du multisport à Albertville
- du canoë et du Hip Hop à Aime
- de la boxe dans l'avant pays savoyard

On vous en dit plus très rapidement !

*Vous souhaitez participer à une autre activité ?
Vous connaissez un club qui serait intéressé pour
accueillir un groupe RéPPOP 73 ?
Parlez en avec Michael*

14 Inscriptions

Ce bulletin est à remplir
lors de chaque
participation
à une activité



Je soussigné(e), responsable légal de l'enfant :

Nom / prénom :

Téléphone :

Autorise mon enfant

Nom / prénom de l'enfant :

Date de naissance :

A participer aux activités sportives proposées par le RéPPOP 73

Activité(s) choisie(s)

Nom de l'activité :

Lieu :

Date & heure :

J'autorise mon enfant à rentrer seul à l'issue de l'activité : oui - non

ou désigne une personne de confiance pour récupérer mon enfant en mon nom :

Nom / prénom :

Téléphone :

Autorisation en cas d'accident

En cas d'accident dans le cadre d'activités sportives, j'autorise les responsables ainsi que les animateurs sportifs à prendre toutes dispositions d'urgence que nécessiteraient les circonstances.

Je prends note, par ailleurs, que la responsabilité du RéPPOP 73 et de l'animateur sportif peuvent être engagées seulement pendant les horaires correspondant aux activités.

Si, au début d'un entraînement ou lors d'un rendez-vous, l'animateur n'est pas présent (un retard est toujours possible), il est nécessaire d'attendre son arrivée. Les enfants ne doivent pas rester sans surveillance.

Règlement

Je m'engage à régler le montant de l'inscription : €

J'ai besoin d'une attestation de paiement : oui - non

Fait à :

Signature du représentant légal :

Ca bouge au RéPPOP 73...

Rejoignez-nous !

Pour plus d'informations
Contactez Michael au 04 79 62 29 69



RéPPOP 73

Maison des Réseaux de Santé de Savoie
Espace Rhyvyère - 94 bis rue de la Revériaz
73000 Chambéry




RéPPOP 73