

# Programme stage découverte de Juillet 2012



	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi
<b>Matin</b>	Rdv: 9h30 9h45 à 12h: Vélo <i>(vélo fournit mais vous pouvez pendre le votre)</i>	Rdv: 9h30 9h45 à 12h: Jeux autour du kayak	Rdv: 9h30 9h45 à 12h: pratique des différentes discipline du canoë kayak	Rdv: 9h30 9h45 à 12h: Course d'orientation
<b>Midi</b>	12h30 à 14h Barbecue <i>(prévoir viande)</i>	12h à 14h: Pique nique	12h30 à 14h Barbecue <i>(prévoir viande)</i>	12h à 14h: Pique nique
<b>Après midi</b>	14h à 16h: 14h à 17h Apprentissage au canoë et kayak sur plan d'eau Fin à 17H30	14h à 15h: 1 heure libre en kayak ou canoë sur le plan d'eau 15h à 17h: Descente de la Selle en kayak Fin à 17H30	14h à 17h Passage de pagaie couleur Fin à 17H30	14h à 16h: Raft à Picquigny Fin à 17H45