

**Du 10 au  
14 juillet**

avec Nathalie et  
Noémie + Laurent  
(moniteur VTT)

la **maison** des **enfants**



04 79 05 96 72

04 79 05 92 43

**esf** VAL CENIS

**Programme des 9/12 ans : Stage VTT ! PENSER à apporter ou louer VTT + casque !**

Possibilité d'inscription à la demi-journée

**Lundi**

Prévoir le goûter

APRES-MIDI  
13h30 - 17h30

Jeux pour faire connaissance 🇬🇧  
14h30 : départ pour un Parcours maniabilité sur les modules en bois



**Mardi**

Prévoir le goûter et  
repas froid si journée  
continue

MATIN  
8h30 - 12h

Welcome time in English 🇬🇧  
Descente en luge d'été à roues !  
Pique-nique et bataille d'eau au parc de jeux



APRES-MIDI  
13h30 - 17h30

14h30 : départ pour la Pump Track de Val Cenis

**Mercredi**

Prévoir le goûter et  
repas froid si journée  
continue

MATIN  
8h30 - 12h

Welcome time in English 🇬🇧  
Révision des fondamentaux de pilotage : équilibre/trajectoire/maniabilité  
Pique-nique là où l'on se trouve

APRES-MIDI  
13h30 - 17h30

14h00 : On descend sur Bramans en vélo par le chemin du Petit Bonheur !

**Jeudi**

Prévoir le goûter et  
repas froid si journée  
continue

MATIN  
8h30 - 12h

Accueil en anglais autour d'une histoire 🇬🇧  
Initiation lecture de cartes IGN  
Pique-nique les pieds et roues dans l'eau !



APRES-MIDI  
13h30 - 17h30

14h30 : Course d'orientation en vélo et atelier mécanique

**Vendredi**

Prévoir le goûter et  
repas froid si journée  
continue

MATIN  
8h30 - 12h

Welcome time in English ! 🇬🇧  
Triathlon spécial (tir laser carabine/Vélo/planche à roulettes !)  
Pique-nique champêtre avec les marmottes



APRES-MIDI  
13h30 - 17h30

14h00 : VTT sur les pistes de l'espace Chantelouve.



activité doublée  
en anglais

**Du 17 au 21  
juillet**

avec Lucille, Léna et  
Arnaud  
(Accompagnateur en  
Moyenne Montagne)

la **maison** des **enfants**



04 79 05 96 72  
04 79 05 92 43

**ESF** VAL CENIS

**Programme des 9/12 ans : Stage Randonnée en mode survie avec réalisation de courts métrages !**

Possibilité d'arrivée entre 8H30 et 9H00 pour se reposer / Possibilité d'inscription à la demi-journée sauf mercredi après-midi et jeudi



**Lundi**

Prévoir le goûter

APRES-MIDI  
13h30 - 17h30

Welcome time in English  
Entraînement survie type Mud Day (prévoir des vêtements qui ne craignent rien !)  
Chasse à l'homme  
**Survie : formation 1er secours**



**Mardi**

Prévoir le goûter et  
repas froid si journée  
continue

MATIN  
8h30 - 12h

**Quizz sportif** et Echauffement  
9h30 : départ pour une randonnée avec **pose de pièges PHOTOS**  
Pique-nique les pieds dans l'eau

APRES-MIDI  
13h30 - 17h30

13h45 : départ pour une randonnée en mode Indiana Jones !  
**Survie : on apprend (du moins on essaie^^) à pêcher la truite à main nue et on observe les petites bêtes aquatiques**



**Mercredi**

Prévoir repas froid si  
journée continue

MATIN  
8h30 - 12h

Accueil autour de jeux de société  
**Survie : on apprend à cueillir pour se nourrir et faire des tisane**  
Pique-nique en forêt

APRES-MIDI  
13h30

13h30 : départ pour la montée en refuge à Vallombrun  
**Viens te faire des souvenirs indélébiles en montagne !**  
**Survie : on apprend à faire du feu pour la veillée !**



**UNE EXPERIENCE  
INOUBLIABLE**  
**Prévoir  
supplément de  
30 euros si pas  
inscription  
semaine**

**Jeudi**

JOURNEE  
8h30 - 17h30

Randonnée balcon pour rejoindre le Refuge de Cuchet  
**Survie : on apprend à se camoufler pour observer les marmottes et les chamois et les bouquetins si on a de la chance !**



**Vendredi**

Prévoir le goûter et  
repas froid si journée  
continue

MATIN  
8h30 - 12h

Welcome time in English  
On apprend plein de choses sur **les RAPACES et on relègue les photos des pièges déposés en début de semaine**  
Pique-nique à la plage secrète de Lanslevillard



APRES-MIDI  
13h30 - 17h30

14h00 : départ pour une randonnée en forêt  
**Survie : on apprend à se faire un abri et se camoufler**  
On installe la salle et on peaufine notre court métrage  
**À 16h45. Parents, venez voir notre réalisation et manger du popcorn !**

 activité doublée  
en anglais

**Du 24 au 28  
juillet**

avec Noémie, Léonie  
et Samuel (Musher)

la **maison** des **enfants**



04 79 05 96 72  
04 79 05 92 43

**EXCLUSIVE**  
**esf** VAL CENIS

## Programme des 9/12 ans : Stage Petit Musher

Possibilité d'arrivée entre 8h30 et 9h00 pour se reposer  
Possibilité d'inscription à la demi-journée sauf jeudi

**Lundi**

Prévoir le goûter

APRES-MIDI  
13h30 - 17h30

Welcome time in English   
**Présentation du métier de Musher**  
**Découverte de la race des Chiens Nordiques**  
Premier contact avec les chiens



**Mardi**

Prévoir le goûter et  
repas froid si journée  
continue

MATIN  
8h30 - 12h00

Accueil autour d'un **mandala tête de chien**  
**10h00 : départ pour les ateliers équipements du chien, on apprend à utiliser le matériel**  
**Jeux avec les chiens**  
Pique-nique à la plage secrète de Lanslevillard

APRES-MIDI  
13h30 - 17h30

**Chasse aux trésors pour retrouver la stèle du chien Flambeau**  
Lecture de l'histoire  
Rencontre surprise...

**Mercredi**

Prévoir le goûter et  
repas froid si journée  
continue

MATIN  
8h30 - 12h00

Accueil autour d'un tournoi de jeux de société  
**9h45 : départ pour une Cani-Rando**  
Pique-nique en forêt



APRES-MIDI  
13h30 - 17h30

Grand jeu extérieur du **SAGAMORE**



**Jeudi**

Prévoir le goûter et  
repas froid

JOURNEE  
8h30 - 17h30

Welcome time in English   
9h00 : départ pour le Mont Cenis afin de faire du **Cani-Kart**  
Pique Nique au bord de l'eau  
Activité surprise de Léonie et Noémie



**Vendredi**

Prévoir le repas froid si  
journée continue

MATIN  
8h30 - 12h00

Welcome time in English   
**10h : SOIN VETO - On apprend à soigner les petites blessures des chiens/ et les PUPPIES !**  
Pique-nique au stade de foot

APRES-MIDI  
13h30 - 17h30

**Projection d'un film documentaire sur la vie de musher et sa meute**  
On cuisine : Grand goûter collectif réalisé par vous  
**EXPO PHOTOS de la semaine**

 activité doublée en anglais

**Du 31 juillet  
au 04 août**

Avec Léna et Léonie +  
Igor le Maître-Nageur

la **maison** des **enfants**



04 79 05 96 72

04 79 05 92 43

**esf** VAL CENIS

## Programme des 9/12 ans : Stage Activités Aquatiques

Possibilité d'arrivée entre 8H30 et 9H30 pour se reposer / Possibilité d'inscription à la demi-journée sauf mardi et mercredi

**Lundi**

Prévoir le goûter

APRES-MIDI  
13h30 - 17h30

Accueil : On fait connaissance en anglais 

14h00 : Départ pour **un tour de manège dans les télécabines du Vieux Moulin Ventre/Glisse au sommet et goûter au restaurant d'altitude**

**Mardi**

Prévoir le goûter et  
repas froid

JOURNEE  
8h30 - 17h30

Welcome time in English 

9h45 : départ pour la **piscine réservée rien que pour nous**. (On perfectionne nos techniques de nage!)

Pique-nique au bord du lac de Bessans et **Farniente sur la plage Paddle sur le lac individuel et géant de 8 places !**



**Mercredi**

Prévoir le goûter et  
repas froid

JOURNEE  
8h30 - 17h30

Welcome time in English et **fresque aquatique** 

9h45 : départ pour la **piscine réservée rien que pour nous**. (On perfectionne nos techniques de nage!)

Pique-nique au lac de Sollières avec Olympiades de jeux d'eau **Parcours d'aqua sensation avec tyrolienne dans l'eau !**



**Jeudi**

Prévoir le goûter et  
repas froid si journée  
continue

MATIN  
8h30 - 12h

**Création d'un radeau** à partir d'une récolte lors de la mini randonnée

9h45 : départ pour la **piscine réservée rien que pour nous**. (On perfectionne nos techniques de nage ! Et on fait du toboggan !)

Pique-nique au parc de jeux de Lanslevillard avec **bataille d'eau armés de pistolets !**

APRES-MIDI  
13h30 - 17h30

14h00 : Départ pour la plage secrète de Lanslevillard **Jeux complètement trempés et aquatiques et mise à l'eau des radeaux**

*Lots +++ à gagner pour les radeaux qui ne coulent pas !*

Goûter au bord de l'eau

**Vendredi**

Prévoir le goûter et  
repas froid si journée  
continue

MATIN  
8h30 - 12h

Rencontre avec notre poney Curly 

**Expérience scientifique** avec de l'eau

9H45 : départ pour la **piscine réservée rien que pour nous** (match de Water Polo)

Pique-nique les pieds dans l'eau



activité doublée  
en anglais

APRES-MIDI  
13h30 - 17h30

13h30 : départ pour une session **pêche** au lac des Amoureux



**Du 7 au 11 août**

avec Léonie, Lucille, Angeline et les guides d'UP Guides

la **maison** des **enfants**



04 79 05 96 72

04 79 05 92 43

**esf** VAL CENIS

### Programme des 9/12 ans : Stage Escalade

Possibilité d'arrivée entre 8H30 et 9H30 pour se reposer / Possibilité d'inscription à la demi-journée sauf mercredi et jeudi

**Lundi**

Prévoir le goûter

APRES-MIDI  
13h30 - 17h30

Accueil : Jeux pour faire connaissance 🇬🇧

**Jeux d'escalade et début des apprentissages sur le rocher de Sollières avec Parcours Alpin**



**Mardi**

Prévoir le goûter et repas froid si journée continue

MATIN  
8h30 - 12h

Welcome time in English 🇬🇧

**Gamelle géante en forêt et apprentissage des différents nœuds**

Pique-nique les pieds dans l'eau

APRES-MIDI  
13h30 - 17h30

Départ 13h45 : **Escalade sur le Rocher de la Madeleine**



**Mercredi**

Prévoir le goûter et repas froid

JOURNEE  
8h30 - 17h30

Accueil autour du **jeu de société de grimpe : Ascension infernale et High Risk**

**Jeux d'escalade sur le mur de la piscine**

Pique-Nique et grand jeu extérieur au pied du Rocher

**Escalade au rocher des Amoureux avec descente en rappel** pour les plus courageux !

**Jeudi**

Prévoir le goûter et repas froid

JOURNEE  
8h30 - 17h30

Welcome time in English 🇬🇧

**Triathlon des baudriers**

Pique Nique au pied du rocher

**Escalade au rocher des Drailles Blanches à Bonneval Sur Arc**



**Vendredi**

Prévoir le goûter et repas froid si journée continue

MATIN  
8h30 - 12h

Welcome time in English ! 🇬🇧

**Questions Pour un Champion de la Grimpe** (Cadeaux à gagner !)

Pique-Nique et bataille d'eau

APRES-MIDI  
13h30 - 17h30

Départ 13h45 : **Via ferrata au Parc du diable !**



activité doublée  
en anglais

Du 14 au  
18 août

avec Lucille et Noémie

la maison des enfants



04 79 05 96 72  
04 79 05 92 43

esf VAL CENIS

### Programme des 9/12 ans : Stage Sports de Raquette

Possibilité d'arrivée entre 8h30 et 9h30 pour se reposer / Possibilité d'inscription à la demi-journée sauf vendredi

**Lundi**

Prévoir le goûter

APRES-MIDI  
13h30 - 17h30

Accueil : Jeux du **Morpion raquette** pour faire connaissance et échauffement 🇬🇧  
**Initiation au Tennis** avec des jeux éducatifs et collectifs (*balles brulantes, concours de jongles,,*)

**Mardi**

Prévoir le goûter et  
repas froid si journée  
continue

MATIN  
8h30 - 12h

Welcome time in English 🇬🇧  
**Quiz sportif** et échauffement  
Initiation au **Ping Pong sur des tables diverses !**  
Pique-nique au stade de Lanslevillard avec ballons en tout genre



APRES-MIDI  
13h30 - 17h30

Accueil : Surprise : **on chausse nos raquettes !**  
Entraînement de **badminton** avec volants et ballons de baudruches

**Mercredi**

Prévoir le goûter et  
repas froid si journée  
continue

MATIN  
8h30 - 12h

Accueil autour de jeux de société 🇬🇧  
On continue l'échauffement et on améliore notre précision de frappe  
**Jeu du parachute avec les balles**  
Pique-nique en forêt



APRES-MIDI  
13h30 - 17h30

Tournoi de **raquettes scratch !**



**Jeudi**

Prévoir le goûter et  
repas froid si journée  
continue

MATIN  
8h30 - 12h

Welcome time in English 🇬🇧  
**Loup glacé version tennis**  
**Matches en double**  
Pique-nique champêtre



🇬🇧 activité doublée  
en anglais

APRES-MIDI  
13h30 - 17h30

Accueil autour du **tennis traîneur**  
**Grand jeu sur cours Tennis Run avec une « ronde italienne »**



**Vendredi**

Prévoir le goûter et  
repas froid

JOURNEE  
8h30 - 17h30

Welcome time in English ! 🇬🇧  
Deviens le Grand Vainqueur du **Rolland Garros de Val Cenis** Lots à gagner !  
Pique-nique à la plage de Lanslevillard  
Après-midi : **Le Triathlon de la Raquette** (*tennis / poney / luge sur roues*)



*Cérémonie officielle pour la Remise des Diplômes juste avant le spectacle de Hip Hop des ados !*

**Du 21 au  
25 août**

avec Léonie, Léna,  
Angeline, Nathalie  
et Lionel le moniteur de  
poney

la **maison** des **enfants**



04 79 05 96 72  
04 79 05 92 43

**esf** VAL CENIS

### Programme des 9/12 ans : Stage Poney

Possibilité d'arrivée entre 8H30 et 9H30 pour se reposer / Possibilité d'inscription à la demi-journée sauf vendredi

## Lundi

Prévoir le goûter

APRES-MIDI  
13h30 - 17h30

Accueil autour du **Karoké** « Elle descend de la montagne à cheval »  
**Poney au centre équestre de Termignon** (jeux dans la carrière pour prendre confiance)

## Mardi

Prévoir le goûter et  
repas froid si journée  
continue

MATIN  
8h30 - 12h

Welcome time in English et Jeux pour faire connaissance   
**Pansage et soins aux poneys** de la Maison des Enfants  
**Customisation des accessoires** et **grand jeu de piste des cow-boys et indiens**



APRES-MIDI  
13h30 - 17h30

**Poney au centre équestre** de Termignon et **Hippologie** avec le livret

## Mercredi

Prévoir le goûter et  
repas froid si journée  
continue

MATIN  
8h30 - 12h

Welcome time in English et modelage de poney !   
**Jeu des connaissances du cheval pour travailler l'hippologie**  
**Soins, préparation et concours du plus beau poney déguisé !** Lots ++++ à gagner !  
Pique-nique en jouant au ping pong

APRES-MIDI  
13h30 - 17h30

**PONEY au centre équestre** de Termignon et Activité manuelle surprise : on repart avec un souvenir !

## Jeudi

Prévoir le goûter et  
repas froid si journée  
continu

MATIN  
8h30 - 12h

Welcome time in English  
**Hippologie** avec le livret  
**Départ 9h15 pour une randonnée à dos d'ânes bâtés !**  
Pique-nique au **petit canyon de Lanslevillard**



APRES-MIDI  
13h30 - 17h30

**Mise en pratique de nos apprentissages au centre équestre** de Termignon : on randonne à Poney !

## Vendredi

Prévoir le goûter et  
repas froid

JOURNEE  
8h30 - 17h30

Accueil autour de l'album « La dame qui aimait trop les chevaux »  
**Travail en main et on monte nos poneys à cru**  
**Hippologie** avec le livret  
11h00 : Départ pour pique niquer au parc de jeux de Termignon avec sa tyrolienne  
**PONEY au centre équestre** de Termignon



activité doublée  
en anglais



**Du 28 août  
au 1<sup>er</sup>  
septembre**

avec Lucille, Léna et  
Paul

la **maison** des **enfants**



04 79 05 96 72

04 79 05 92 43

**esf** VAL CENIS

**Programme des 9/15 ans : SPORTS CO ET SENSATIONS FORTES**

Possibilité d'arrivée entre 8H30 et 9H30 pour se reposer / Possibilité d'inscription à la demi-journée

**Lundi**

Prévoir le goûter

APRES-MIDI  
13h30 - 17h30

**Basketball** au city stade pour faire connaissance   
**Grand Frisson virtuel à la salle d'arcade**



**Mardi**

Prévoir le goûter et  
repas froid si journée  
continue

MATIN  
8h30 - 12h

Welcome time in English   
**Chasse aux trésors avec énigmes effrayantes au sommet des télésièges !**  
Pique-nique là où l'on se trouve

APRES-MIDI  
13h30 - 17h30

**Parcours d'accrobranche dans l'eau avec tyrolienne et sauts de la balançoire**



**Mercredi**

Prévoir le goûter et  
repas froid si journée  
continue

MATIN  
8h30 - 12h

Accueil autour du **jeu de société de grimpe : Ascension infernale et High Risk**  
**Jeux d'escalade sur le mur de la piscine**  
**Tournoi de Baby foot**  
Pique Nique au ruisseau

APRES-MIDI  
13h30 - 17h30

Tournante de **Ping Pong**  
On dévale les pistes de ski en **kart** !



**Jeudi**

Prévoir le goûter

MATIN  
8h30 - 12h

**Trottinette électrique**  
**Match de volley**  
Barbecue (tout compris)



APRES-MIDI  
13h30 - 17h30

On prend de la hauteur : **Parcours d'accrobranche à Termignon**

**Vendredi**

Prévoir le goûter et  
repas froid si journée  
continue

MATIN  
8h30 - 12h

Welcome time in English !  
**Questions Pour un Champion de la Survie** (Cadeaux à gagner !)  
**Carabine avec chasse virtuelle !**  
Pique-nique customisé ☺ !

APRES-MIDI  
13h30 - 17h30

**Tir à l'arc et parcours de chasse virtuelle** en forêt sur cibles 3D



activité doublée  
en anglais