



# CAMP DE JOUR 2023

**26 JUIN AU  
25 AOÛT 2023**



**L'ÉTÉ, C'EST KARATÉ!**

- Activités sportives en avant-midi
  - Thématiques arts martiaux en après-midi
-



# 7 SEMAINES

DE CAMP DE JOUR INOUBLIABLES  
POUR LES JEUNES DE 5 À 13 ANS !

**PROGRAMME UNIQUE de développement de la personne :**

Bonnes manières, bonnes habitudes, super attitude, gestion de la colère et maîtrise de soi, estime de soi, base de la finance, santé préventive, etc.

## ENCADREMENT PROFESSIONNEL DES JOURNÉES REMPLIES D'ACTIVITÉS

Offrez à votre enfant un été exceptionnel avec nos moniteurs qualifiés. En plus des cours de karaté, les enfants participeront à différentes activités liées au sport qui les passionne : course à relais, course à obstacles, maniement du nunchaku, cassage de planches, scènes de film et plus encore ! Nous aurons de petites discussions au sujet de la prévention d'agression, de l'intimidation, de la persévérance, du contrôle de la colère et de la réussite scolaire.

## TARIFS DISPONIBLES

À la semaine | Avec ou sans service de garde | Paiements étalés

Service de garde disponible : 7h à 9h et 16h à 18h

**TARIFS à la semaine :**

Contactez-nous via le [blainville@karatesportif.com](mailto:blainville@karatesportif.com) pour obtenir les tarifs.

*\*Le relevé 24 sera produit au début février 2024*

**KARATÉ SPORTIF**

karatesportif.com

Suivez-nous sur  
**Facebook et Instagram!**  
*Statuts, vidéos, photos et plus!*

# HORAIRE TYPE

Exemple de l'horaire d'un campeur  
Au camp de jour Karaté Sportif

7h à 9h	Service de garde
9h à 9h15	Mot de bienvenue et explication des règles de fonctionnement
9h15 à 10h15	Échauffement (exercices et jeux sportifs) à l'extérieur
10h15 à 10h45	Collation
10h45 à 11h	Discussion de la journée
11h à 11h45	Jeux dirigés à l'extérieur
11h45 à 12h	Retour au calme
12h à 13h	Dîner
13h à 14h30	Jeux de karaté à l'extérieur
14h30 à 15h30	Jeux dirigés et libres au parc
15h30 à 16h	Collation
16h à 18h	Service de garde