

A affranchir

**Vincent Clément**  
Hôpital de l'Enfance  
Chemin de Montétan 16  
1000 Lausanne 7

# UNE SEMAINE POUR TOI ET POUR GRANDIR EN FORME!

Coche dans le programme qui se trouve au dos de ce coupon d'inscription les activités qui t'intéressent par jour et retourne-le auprès de l'infirmière scolaire de ton collège ou directement à l'adresse mentionnée.

**Pas de confirmation d'inscription!**

## INFOS

### SPORTS COLLECTIFS

Basketball, handball, football, badminton, unihockey, volley, tchoukball et frisbee.

### KINBALL

Jeu collectif qui oppose, autour d'un gros ballon d'un diamètre de 1.22 m, trois équipes.

### HIP-HOP:

Mélange de plusieurs danses, funk et house.

### STREET DANCE

Mélange de hip-hop, break et locking.

### GYM DOS

Travail des muscles profonds, de la ceinture abdominale et amélioration de la posture.

### ARTS DU CIRQUE

Activités mêlant jonglage, équilibre et expression corporelle.

### ZUMBA

Mélange de plusieurs danses latines (salsa, merengue, cumbia, reggaetón, kuduro ...) avec des mouvements de fitness.

### CAPOEIRA

Art martial afro-brésilien qui puiserait ses racines dans les méthodes de combat et les danses.

Une prestation du dispositif vaudois:

**A DISPO**

Dispositif vaudois de soutien  
aux enfants et adolescents-e-s  
en excès de poids

Organisateurs:

Lausanne  
Service de la Jeunesse et des Loisirs



Centre hospitalier  
universitaire vaudois

Programme téléchargeable sous:

[www.a-dispo.ch](http://www.a-dispo.ch)

# UNE SEMAINE POUR TOI ET POUR GRANDIR EN FORME!

DU  
20 AU 24  
AOÛT  
2018

**LAUSANNE**

# TU AS UN EXCÈS DE POIDS?

Viens découvrir des activités ludiques et bouger avec plaisir avec d'autres jeunes de 10 à 18 ans qui ont les mêmes préoccupations!

Tu pourras tester différentes disciplines sportives ou artistiques durant 5 après-midis, à la salle omnisports des Bergières à Lausanne, du 20 au 24 août 2018 de 14h00 à 17h00 et tout ceci GRATUITEMENT!

Tu seras pris en charge par des professionnels dans chaque activité que tu pratiqueras et des diététiciennes animeront une pause autour d'un goûter!

## UNE SEMAINE POUR TOI ET POUR GRANDIR EN FORME!

## PRENDS TES BASKETS... VIENS, BOUGE & AMUSE-TOI!

### CONTACT

HOPITAL DE L'ENFANCE

Vincent Clément  
maître de sport en APA  
079 556 15 84  
vincent.clement@chuv.ch  
www.chuv.ch/dedop

VILLE DE LAUSANNE

Julien Mortier  
médiateur sportif  
079 508 08 35  
julien.mortier@lausanne.ch  
www.lausanne.ch/médiation

INFIRMIÈRE SCOLAIRE DE TON COLLÈGE

## QUAND?

Du 20 au 24 août 2018

## OÙ?

Au Centre sportif des Bergières  
Avenue des Bergières 44  
1004 Lausanne

## ACCÈS

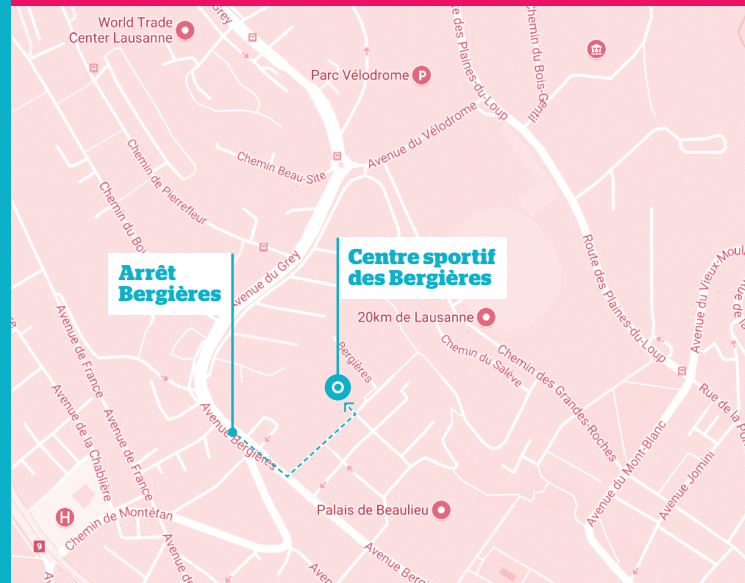
Bus numéro 2 et 21 arrêt Bergières

## PRIX?

Gratuit!

## PROGRAMME?

Chaque après-midi de 14h00 à 17h00  
Une pause animée par des diététiciennes est prévue de 15h15 à 15h45



«Les organisateurs déclinent toute responsabilité en cas d'accident ou autre événement pouvant survenir lors des activités» et dans le cas où un enfant inscrit ne se présenterait pas aux activités.

Pour chaque jour coche les activités auxquelles tu souhaites participer et retourne le coupon d'inscription jusqu'au vendredi 17 août 2018.

Pas de confirmation d'inscription. Présence obligatoire.

Nom: \_\_\_\_\_ Prénom: \_\_\_\_\_

Date de naissance: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

Tél. d'urgence: \_\_\_\_\_

Mobile: \_\_\_\_\_

Poids: \_\_\_\_\_ Taille: \_\_\_\_\_

J'autorise ma fille / mon fils à:

participer au camp  être photographié et/ou filmé

Signature des parents: \_\_\_\_\_

### PROGRAMME DU 20 AU 24 AOÛT 2018

14h00-15h15  
- 1<sup>ère</sup> activité -

15h15-15h45  
- goûter -

15h45-17h00  
- 2<sup>ème</sup> activité -

#### LUNDI

<input type="checkbox"/> hip hop	<input type="checkbox"/> cirque
<input type="checkbox"/> sports collectifs	<input type="checkbox"/> sports collectifs

#### MARDI

<input type="checkbox"/> zumba	<input type="checkbox"/> gym dos
<input type="checkbox"/> sports collectifs	<input type="checkbox"/> sports collectifs

#### MERCREDI

<input type="checkbox"/> street dance	<input type="checkbox"/> capoeira
<input type="checkbox"/> sports collectifs	<input type="checkbox"/> sports collectifs

#### JEUDI

<input type="checkbox"/> zumba	<input type="checkbox"/> gym dos
<input type="checkbox"/> sports collectifs	<input type="checkbox"/> sports collectifs

#### VENREDI

<input type="checkbox"/> hip hop	<input type="checkbox"/> activité spéciale
<input type="checkbox"/> sports collectifs	