

PROGRAMME STAGE CIRQUE

Avril 2021

GROUPE Initiation 7-9 ans

De **11H00 à 12H30**

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI
<p>Jonglage</p> <p>Assiettes, diabolos, foulards, balles, pois, houla-hoop, etc</p>	<p>Acrobaties au sol</p> <p>Souplesse, figures, En solo</p>	<p>Equilibre sur objets</p> <p>fil, boule, tonneau, rolla-bolla échasses, pedalgo</p>	<p>Trapèze,</p> <p>Trampoline</p> <p>S'exercer à différents sauts</p>
<p>Pause de 10 minutes pour se réhydrater et se laver les mains</p>	<p>Pause de 10 minutes pour se réhydrater et se laver les mains</p>	<p>Pause de 10 minutes pour se réhydrater et se laver les mains</p>	<p>Pause de 10 minutes pour se réhydrater et se laver les mains</p>
<p>Equilibre sur objets</p> <p>Fil, boule, tonneau, rolla-bolla, échasses, pedalgo</p>	<p>Trapèze</p> <p>tissu hamac, tissu aérien</p> <p>cerceau</p>	<p>Acrobaties au sol</p> <p>Souplesse, figures, En solo</p>	<p>Jonglage</p> <p>Assiettes, diabolos, pois foulards, balles, houla-hoop, etc</p>

Le matériel utilisé est désinfecté en fin de séance et en fin de journée, les tapis sont aspirés et nettoyés à la vapeur entre chaque groupe, la salle est nettoyée et désinfectée tous les soirs.