

Semaine / Week 4

Camp Athlétique

Semaine du Agent Secret /Secret Agent Week

Sortie de la semaine – Outing of the week:

Sablon beach

1360 Chemin Saint-Philippe
Saint-Polycarpe QC J0P 1X0

Mercredi - Wednesday July 19th

Soyez au parc pour: 8h15 / Arrive at the park by (No later than): 8h15

Si votre enfant sera absent(e) durant la semaine, s'il vous plaît aviser le bureau:

info@campdejourddo.com/ If your child will be absent, please advise the office:

info@campdejourddo.com

Ce que votre enfant doit amener au camp de jour – What your child should bring to camp:

- Crème solaire – Sunscreen
- Un dîner – Lunch
- Deux collations – Two snacks
- Souliers de course – Running shoes
- Costume de bain et serviette – Bathing suit and towel
- Chapeau – Hat

Must show ID at pick up.

Heures du service de garde: 7h00-8h30 et 16h30-18h00. Frais de retard: \$1.00/ minute pour chaque minute après 18h00.

Babysitting hours: 7:00am-8 :30am and 4 :30pm-6:00pm. Late fees: \$1.00/ minute for every minute after 6:00pm



HORAIRE/SCHEDULE

Semaine du Agent Secret/Secret Agent Week

Heure	Lundi - Monday	Mardi - Tuesday	Mercredi - Wednesday	Jeudi - Thursday	Vendredi - Friday
7h00 - 8h30	SERVICE DE GARDE/ BABYSITTING				
8h30-845	<p>Bienvenue!</p> <p>Bienvenue au camp, il est temps de rencontrer nos animateurs et le thème de la semaine.</p> <p>Welcome!</p> <p>Welcome to Camp, time to meet our animators and theme of the week.</p>	<p>Bien le bonjour aux athlètes</p> <p>Présence, conversation du matin et pratique des chants/dances</p> <p>Rise and Shine athletes</p> <p>Attendance, morning chat and practicing chants/dances</p>	 <p>Sablon Beach</p> <p>Départ : 8h30</p> <p>Departure : 8h30</p>	<p>Bien le bonjour aux athlètes</p> <p>Présence, conversation du matin et pratique des chants/dances</p> <p>Rise and Shine athletes</p> <p>Attendance, morning chat and practicing chants/dances</p>	<p>Bien le bonjour aux athlètes</p> <p>Présence, conversation du matin et pratique des chants/dances</p> <p>Rise and Shine athletes</p> <p>Attendance, morning chat and practicing chants/dances</p>
8h45-9h00	<p>Échauffement</p> <p>Cercle d'étirement et jogging léger</p> <p>Warm Up</p> <p>Stretch circle and light jog</p>	<p>Échauffement</p> <p>Cercle d'étirement et jogging léger</p> <p>Warm Up</p> <p>Stretch circle and light jog</p>		<p>Échauffement</p> <p>Cercle d'étirement et jogging léger</p> <p>Warm Up</p> <p>Stretch circle and light jog</p>	<p>Échauffement</p> <p>Cercle d'étirement et jogging léger</p> <p>Warm Up</p> <p>Stretch circle and light jog</p>

9h00-9h30

Exercices Pictionary

Dessine l'exercice!

Pictionary Workout

Draw the workout!

X-Circuit

À quelle vitesse feras-tu le circuit?

X-Circuit

How fast will you complete the circuit?

L'ancre

Les campeurs courent à travers une place, esquivant les ancres arrachant le drapeau, visant des points dans un jeu palpitant de style flag football!

The anchor

Campers race through a square, dodging flag-snatching anchors, aiming for points in a thrilling flag football-style game!

Toile d'araignée

Les campeurs encerclent « l'araignée », passant la balle dans un réseau dynamique de travail d'équipe et de rotation.

Spider Web

Campers circle the 'spider,' passing the ball in a dynamic web of teamwork and rotation.

Fou 8

Les campeurs courent en formation de figure 8 autour de cônes pour un jeu de terrain passionnant!

Crazy 8

Campers race in figure-8 formation around cones for an

Basketball ABC

Les campeurs passent, chantent, tirent et marquent dans un jeu de cercle de basketball sur le thème de l'alphabet!

ABC Basketball

Campers pass, sing, shoot, and score in an alphabet-themed basketball circle game!

Exercices de tir de Ray Allen

Les campeurs tirent et conquièrent plusieurs lignes et places, visant le succès dans un défi de terrain passionnant!

Ray Allen shooting drills

Campers shoot and conquer multiple lines and spots, aiming for success in an exciting court challenge!

Jour de l'esprit!

Les équipes s'unissent avec des couleurs, des noms, des chants et de la peinture vibrante, favorisant l'esprit d'équipe et la créativité dans une activité de camp animée

Spirit day!

Teams unite with colors, names, chants, and vibrant paint, fostering team spirit and creativity in a spirited camp activity.

		exciting field game!			
9h30-10h00	<p>La balle Gaga</p> <p>Les campeurs forment un cercle, les jambes écartées, ils poussent et attrapent avec précision!</p> <p>Gaga Ball</p> <p>Campers form a circle, legs spread, hitting and dodging with precision for an action-packed ball game!</p> <p>Cours!</p> <p>Les campeurs sprintent, touchent et répètent, faisant la course entre les cônes dans un exercice à haute énergie sur le terrain de football!</p> <p>Run it Up!</p> <p>Campers sprint, touch, and repeat, racing between cones in a high-energy drill on the soccer field!</p>	<p>Tirez votre coup</p> <p>Essaie de tirer la balle dans le bon cerceau.</p> <p>Shoot your shot</p> <p>Try to shoot the ball in the right hula-hoop.</p> <p>On attend dimanche soir</p> <p>Les campeurs planifient, apprennent et exécutent des jeux d'attaque dans un exercice de football dynamique!</p> <p>Waiting all day for Sunday night</p> <p>Campers plan, learn, and execute offensive plays in a dynamic football drill!</p>		<p>Défense! Défense!</p> <p>Les campeurs s'asseyent, se lèvent et défendent, suivant les commandes de l'animateur dans un exercice dynamique de chaise</p> <p>Defense! Defense!</p> <p>Campers sit, rise, and defend, following animator commands in a dynamic chair drill</p> <p>Circuit de la balle</p> <p>Les joueurs manipulent habilement les balles avec des enveloppes, des figures 8 et des dribbles, même en position couchée!</p> <p>Ball Handling Circuit</p> <p>Players skillfully handle balls with wraps, figure 8s, and dribbling, even while lying down!</p>	<p>Cérémonie d'ouverture</p> <p>Les campeurs s'unissent avec des bannières d'équipe, sortent sur une chanson choisie et libèrent de puissants hakas dans une démonstration dynamique d'esprit d'équipe.</p> <p>Opening Ceremony</p> <p>Campers unite with team banners, walk out to a chosen song, and unleash powerful hakas in a dynamic display of team spirit.</p> <p>Soyez créatifs, les campeurs</p> <p>Les campeurs inventent, présentent et jouent à leurs jeux personnalisés, mettant en valeur la créativité et le plaisir</p> <p>Get creative, campers</p> <p>Campers invent, present, and play their custom games, showcasing creativity and fun</p>

10h – 10h15

COLLATION
SNACK



10h15-11h00

Le capitaine arrive

Les campeurs naviguent sur le terrain de football, répondant aux ordres, saluant le capitaine, frappant le pont et levant les voiles dans une aventure maritime passionnante!

Captain's Coming

Campers navigate the soccer field ship, responding to commands, saluting the captain, hitting the deck, and raising the sails in an exciting seafaring adventure!

Course à relais d'exercices

Les équipes courent à travers un circuit de conditionnement physique amusant, accroupi, saut latéral, sprint haut du genou et saut avec des passes exaltantes dans un défi de relais dynamique!

Workout Relay Race

Teams race through a fun-filled fitness circuit, squatting, side hopping,

Capture le drapeau

Les équipes protègent les coins, volent des drapeaux et visent la victoire dans un jeu passionnant

Capture the Flag

Teams protect corners, steal flags, and strive for victory in a thrilling game

Évite le sol

Les campeurs naviguent sur un terrain rempli de lave, à la recherche d'îles sûres (cônes) pour passer la balle, visant des records de passes hautes dans un jeu passionnant basé sur des partenaires!

The floor is lava

Campers navigate a lava-filled field, seeking safe islands to pass the ball, aiming for high-pass records in an exciting partner-based game!

COLLATION
SNACK



Drib Drib

Les campeurs s'engagent dans un jeu de dribble palpitant, où la possession de balle détermine la survie dans ce concours à enjeux élevés!

Drib Drib

Campers engage in a thrilling dribble knockout game, where ball possession determines survival in this high-stakes contest!

Panniers musicaux

Les campeurs jouent à un jeu de style chaises musicales avec une touche de basket-ball, rivalisant pour les sièges et tirant des cerceaux pour rester dans le jeu alors que les chaises disparaissent

Musical Baskets

Campers play a musical chairs-style game with a basketball twist, vying for seats and shooting hoops to stay in the game as chairs disappear

Les olympiades Westwood

Les campeurs participeront à différents jeux sportifs.

Westwood Olympics

Campers will go through a series of different sporting events

	high-knee sprinting, and jumping with exhilarating passes in a dynamic relay challenge!				
11h00-11h30	<p>Cherche et Trouve!</p> <p>Les campeurs en équipe cherchent, trouvent des balles de tennis, s'entraînent et retournent à la base dans un défi de chasse au trésor passionnant!</p> <p>Find it and Work it!</p> <p>Campers in teams search, find tennis balls, work out, and race back to home base in an exciting scavenger hunt challenge!</p> <p>Roues</p> <p>Les équipes s'affrontent dans un jeu de style relais, sprintant à travers le terrain en imitant les roues d'un véhicule, des monocycles aux remorques, dans un défi exaltant!</p> <p>Wheels</p> <p>Teams race in a relay-style game, sprinting through the field as they emulate the wheels of a vehicle, from unicycles to trailers, in an exhilarating challenge!</p>	<p>Préparation au grand jeu!</p> <p>Prepare for the big game!</p> <p>Relais de la balle</p> <p>Les campeurs en équipe passent la balle, courant de manière synchronisée, alors qu'elle se déplace rapidement d'un joueur à l'autre dans un exercice énergique.</p> <p>Hand off relay</p> <p>Campers in team lines pass the ball, running in sync, as it swiftly travels from player to player in an energetic drill.</p>		<p>Une minute pour gagner</p> <p>Les équipes s'affrontent, tirant des paniers dans une confrontation chronométrée pour gagner des points, déterminant l'avantage de départ dans le grand match.</p> <p>Minute to win it</p> <p>Teams go head-to-head, shooting baskets in a timed showdown to earn points, determining the starting advantage in the big game.</p> <p>Échauffement</p> <p>Dernier échauffement avant le grand jeu</p> <p>Warm-up</p> <p>Last warm-up before the big game</p>	<p>Relais de bâtons</p> <p>Des équipes s'affrontent, passant le relais pour terminer la course avec la vitesse comme objectif ultime.</p> <p>Baton Relay</p> <p>Teams compete, passing a baton to complete the race with speed as their ultimate goal.</p>

<p>11h30-12h00</p>	<p>Yoga et méditation</p> <p>Après une longue journée, la détente.</p> <p>Yoga and Meditation</p> <p>After a long day, campers relax.</p>	<p>Superbowl!</p> <p>Un grand jeu de football attend les campeurs.</p> <p>Superbowl!</p> <p>A great game of football awaits campers.</p>		<p>Le grand jeu</p> <p>Un grand jeu de basketball attend les campeurs.</p> <p>Gameday</p> <p>A great game of basketball awaits campers.</p>	<p>Compte rendu</p> <p>Les campeurs se détendent et se ressourcent grâce à la méditation guidée et au cercle d'étirement / yoga dirigé par des animateurs.</p> <p>DeBriefing</p> <p>Campers relax and rejuvenate through guided meditation and stretch/yoga circles led by animators.</p> <p>Cérémonie de clôture</p> <p>Les campeurs se rassemblent pour les cérémonies de clôture, annonçant les gagnants, remettant des médailles et capturant des souvenirs avec des images.</p> <p>Closing Ceremony</p> <p>Campers gather for closing ceremonies, announcing winners, awarding medals, and capturing memories with pictures.</p>
<p>12;00h – 13h00</p>	<p style="text-align: center;">DINER /LUNCH</p> <div style="text-align: center;">  </div>				

12h30-13h00

Parc/Park!



13h30-16h00

Piscine/activités en group/collation



16h30-18h00

SERVICE DE GARDE BABYSITTING