

## ACTIVITES PARASCOLAIRES

### ECOLE NOTRE-DAME DE CEROUX-MOUSTY

Chers parents,

C'est avec plaisir que le CFS vous propose pour la 7<sup>ème</sup> année consécutive des activités sportives pendant les heures de garderie en collaboration avec l'école Notre-Dame. Nous espérons que les enfants se sont amusés et ont bien appris tout au long de cette année 2019-2020

Nous vous présentons ci-joint la grille d'activités pour l'année 2020-2021. Vous pouvez dès à présent y inscrire vos enfants par téléphone, via notre site internet ou directement via votre espace personnel MyCFS.

Dimitri Francis – Directeur du CFS

### *Inscriptions et Renseignements*



010/22.73.96 entre 9h00 et 18h00



Espace personnel [www.mycfs.be](http://www.mycfs.be)



Site internet [www.lecfs.be](http://www.lecfs.be)

**Déjà membre au CFS** : vous avez reçu un email reprenant vos identifiants de connexion. Vous pouvez dès lors, les utiliser pour vous connecter ([www.mycfs.be](http://www.mycfs.be)), découvrir votre espace personnel et inscrire vos enfants pour les activités « Parascolaires (dans mon école) ».

**Nouveau au CFS** : vous recevrez vos identifiants de connexion dans les emails de confirmation d'inscription. Pour réaliser une inscription, vous pouvez surfer sur [www.lecfs.be](http://www.lecfs.be) ou nous joindre par téléphone au 010/22.73.96.

## Programme 2020-2021

Lundi	Mardi	Jeudi	Vendredi
<b>BABY TENNIS</b>  16H-17H M2-M3-P1	<b>BABY GYM</b>  16H-17H Acc-M1-M2-M3-P1	<b>PSYCHOMOTRICITÉ</b>  16H-17H Acc-M1-M2-M3	<b>MUSIQUE</b>  14H45-15H45 Acc-M1-M2-M3
	<b>SPORTS RAQUETTES</b>  16H- 17H P2-P3-P4-P5-P6	<b>MINI FOOT</b>  16H-17H P2-P3-P4-P5-P6	<b>FUN VENDREDI 1</b>  14H45-15H45 P1-P2-P3-P4
		<b>DANSE 1</b>  16H-17H M3-P1-P2-P3	<b>FUN VENDREDI 2</b>  15H45-16H45 P3-P4-P5-P6

### Lundi :

Baby-Tennis - de 16h00 à 17h00 [Ouvert aux élèves de M2, M3, P1]



Une heure à la découverte du tennis pendant laquelle les enfants découvrent la raquette en tant que prolongement du bras et apprennent à coordonner la vue avec le mouvement de la raquette et de la balle.

Au programme : des jeux en 2 dimensions via des exercices au sol pour progressivement arriver à la 3D via des lancés – frappes – échanges ou encore des jeux de précision.

### Mardi :

Baby Gym - de 16h00 à 17h00 [Ouvert aux élèves de M1-M2-M3-P1]

Initiation à la gymnastique pour les plus petits. Parcours d'équilibre, d'audace et premières notions de gymnastique sportive.

Sports raquettes - de 16h00 à 17h00 [Ouvert aux élèves de P2, P3, P4, P5, P6]

Apprentissage des différentes techniques, mouvements et déplacements de plusieurs sports de raquette : badminton, speedminton, etc. Ces activités sont complétées avec d'autres sports utilisant un « objet » comme prolongement du bras : base-ball, uni hoc, etc.

## Jeudi :

Psychomotricité - de 16h00 à 17h00 [Ouvert aux élèves de Acc, M1, M2, M3]

Initiation au sport et au mouvement. Les enfants vont développer leur esprit d'équipe et de jeu. Au programme : circuit d'audace, tour du monde, exercices de latéralité et d'équilibre, éveil sensori-moteur, adresse, initiation sport ballon et à la gymnastique

Mini-Foot - de 16h00 à 17h00 [Ouvert aux élèves de P2, P3, P4, P5, P6]

Les cours de mini-foot sont primordiaux pour les footballeurs qui souhaitent améliorer leur technique. Apprentissage et manipulation de ballons selon des techniques et jeux adaptés. Au programme : échauffements, assouplissements, jeux de passe, dribble, technique et matchs. Les enfants sont rassemblés par niveau et par âge en fonction du nombre d'inscrits.



Danse - de 16h00 à 17h00 [Ouvert aux élèves de M3, P1, P2, P3]

Danse Moderne Jazz. Initiation au rythme à travers des chorégraphies adaptées. Au programme: exercices de souplesse, premières bases techniques et chorégraphiques. Petit spectacle prévu en fin d'année.



## Vendredi :

Musique – de 14h45 à 15h45 [Ouvert aux élèves de Acc, M1, M2, M3]

Eveil à la musique par le biais du chant et du rythme. Les enfants découvrent et utilisent différents instruments de musique.

Fun Vendredi 1 – de 14h45 à 15h45 [Ouvert aux élèves de P1, P2, P3 et P4]

Activité ludique pendant laquelle les enfants vont découvrir un panel de sports et de jeux qui vont les faire bouger tout en s'amusant ! Au programme : laser game, bubble soccer, ball bouncer, frisbee golf, omnikin, omnisix, etc.

Fun Vendredi 2 - de 15h45 à 16h45 [Ouvert aux élèves de P3, P4, P5 et P6]

Voir descriptif ci-dessus.

### Tarifs dégressifs :

- ✓ 1 cours/sem. = 150€/25 cours
- ✓ 2 cours/sem. = 230€/50 cours
- ✓ 3 cours/sem. = 340€/75 cours

### Attestation :

L'attestation est disponible sur votre espace personnel MyCFS une fois le paiement reçu (Onglet Attestation). Vous pourrez la remettre dans votre déclaration fiscale et à votre mutuelle. Certaines mutuelles remboursent jusqu'à 50€ par année !

### Remarques :

Il est possible de faire une séance d'essai gratuite. Les activités commencent la semaine du 5 Octobre 2020



Les cours suivent le calendrier scolaire. Vous pouvez consulter les dates des cours sur votre espace personnel MyCFS (Onglet Séances > Consulter mes séances).

25 cours sont assurés pendant l'année scolaire. Les dates restantes sont prévues pour d'éventuels cours de récupération, séances d'essais, spectacles, tournois, congés pédagogiques, etc.

3 cours de récupération sont prévus au cours de l'année : la semaine avant les fêtes de fin d'année, la semaine avant les vacances de Pâques et la dernière semaine du mois de mai.

Exceptionnellement, une activité peut être annulée en raison d'un nombre insuffisant de participants (8).