



ADD - “Aventure Yamak”
Stages Adultes en Juillet et en Août 2010

Présentation

Ce stage a été spécialement conçu par Yann Hnautra (fondateur Yamakasi) dans le cadre du partenariat établi par **Majestic Force** pour l'**ADD Academy** avec l'Association **Raid Aventure Organisation**.

Majestic Force et **Raid Aventure Organisation** ont mis en chantier la construction en extérieur d'un équipement spécifiquement adapté qui sera utilisé lors des programmes pédagogiques développés par **ADD Academy**



Dès septembre 2010, l'**ADD Academy** interviendra régulièrement avec l'Association **Raid Aventure** pour animer des ateliers d'initiations à l'Art du déplacement destinés à des groupes de jeunes qui résident dans ce centre lors des programmes de prévention jeunesse.

Nous envisageons d'y mettre en place prochainement des sessions spécifiques destinées aux formateurs dans la pratique avec le programme **ADAPT (Art du Déplacement And Parkour Teaching)**.

Cette nouvelle structure « béton » installée au Centre d'activités de Raid Aventure (voir détail joint) et sera exceptionnellement inaugurée cet été pendant nos **Stages ADD "Aventure Yamak"**

La formule est inédite avec un programme d'activités et d'entraînement à l'**Art du déplacement** mené sous la forme d'une véritable aventure...

- > **Du lundi au vendredi : 5 jours, 4 nuits en pension complète** (petit déjeuner, déjeuner et dîner)
- > **L'hébergement est organisé dans un centre d'activités spécialisées** (voir description ci-jointe)

Ces stages intensifs d'une semaine sont mixtes, ouverts à tous les pratiquants venus de France ou d'ailleurs. Une seule condition, être majeur et avoir plus de 18 ans.

Pratiquants de niveau débutant

Objectif : « Tenir l'engagement et être présent dans l'effort, découvrir la discipline et les lieux de naissance du mouvement par l'immersion dans une aventure de groupe très intense »

Pratiquants de niveau intermédiaire

Objectif : « Donner de soi, se mettre à nu dans l'effort et se dépasser pour s'améliorer, revenir sur les origines du mouvement en vivant l'aventure dans un esprit de partage »

Pratiquants de niveau avancé

Objectif : « Se perfectionner en vivant l'aventure au sein du groupe, s'initier à la méthode fondée sur l'écoute et l'observation proposée par l'ADD Academy, revenir sur les valeurs originelles du mouvement et partager son expérience personnelle avec les autres »

Attention, le nombre de place en Juillet et en Août est limité...
Réserver dès maintenant votre place pour les premières sessions de nos
Stages ADD "Aventure Yamak"

Programme

(Lundi 05 juillet)

(Lundi 16 août)

EVERY

RER D – Station Evry Courcouronnes, Place des Droits de l’Homme et du Citoyen

09:30

Rendez-vous des participants et présentation de l’équipe pour débiter le stage

10:00 > 13:00

Session d’évaluation : **Training « ADD_Physique »** au Bois de Bondoufle

13:00 > 14:00

Déjeuner (pique-nique fourni par l’équipe)

14:00 > 17:00

Mise en situation de la pratique : **Training « ADD_Parcours dans la ville »**
(lieux : Bois de Bondoufle, La Cathédrale)

17:30 > 18:30

Transfert en Minibus jusqu’au centre d’hébergement de Raid Aventure à Dreux

19:00 > 20:00

Installation dans les chambres (2 personnes par chambre)...

20:00 > 21:00

Dîner en salle de repas

21:00 > 22:00

Visite du domaine (parc et château), salles de travail, etc...

Présentation de la structure béton spécialement construite pour l’ADD Academy

22:00 > 00:00

Prise en main de cette structure et inauguration

Session : **Training « ADD_Structure »** (travail spécifique sur la structure béton)

Séance de partage (relaxation, discussion, découverte de ce qui entoure la pratique)

(Mardi 06 juillet)

(Mardi 17 août)

EVERY

Transfert en Minibus depuis le centre d’hébergement

08:00 > 09:00

Petit déjeuner en salle de repas

09:30

Départ pour Evry

10:30 > 13:30

Session : **Training « ADD_Physique »** au Lac de Courcouronnes

13:30 > 14:30

Déjeuner (pique-nique fourni par l’équipe)

14:30 > 17:00

Mise en situation de la pratique : **Training « ADD_Parcours dans la ville »**
(lieux : La Dame du Lac, quartier de Bois Sauvage)

17:30 > 18:30

Transfert en Minibus jusqu’au centre d’hébergement de Raid Aventure à Dreux

19:00 > 20:00

Repos, douche

20:00 > 21:00

Dîner en salle de repas

22:00 > 00:00

Session : **Training « ADD_Structure »** (travail sur la structure couplé à des exercices de relaxation pour ceux ou celles qui le souhaitent)

(Mercredi 07 juillet)

(Mercredi 18 août)

CENTRE de RAID AVENTURE

08:00 > 09:00

Petit déjeuner en salle de repas

10:00 > 13:00

Session : **Training « ADD_Physique »** dans le parc du Centre de Raid Aventure

13:00 > 14:00

Déjeuner en salle de repas

14:00 > 18:30

Mise en situation de la pratique : **Training « Jeux Yamak »** (découverte ludiques et exercices rythmiques « taper les mains », chasse à l’homme...)

19:00 > 20:00

Repos, douche

20:00 > 21:00

Dîner en salle de repas

22:00 > 00:00

Session : **Training « ADD_Structure »** (travail sur la structure)

00:00 > 01:00

Détente et relaxation pour ceux ou celles qui le souhaitent...

01:00 > 03:00

Session spéciale : **Training de nuit «Le Grand Défi »** (dans le parc du Centre)

(Jeudi 08 juillet)
(Jeudi 19 août)

EVRY

Transfert en Minibus depuis le centre d'hébergement

08:00 > 09:00 Petit déjeuner en salle de repas
09:00 > 12:30 Matinée de détente
13:00 > 14:00 Déjeuner en salle de repas
14:30 > 15:30 Transfert en Minibus jusqu'à Evry
16:00 > 19:00 Session : **Training « Gymnase »** (en sécurité, techniques et sensations artistiques)
19:30 > 20:30 Transfert en Minibus jusqu'au centre d'hébergement de Raid Aventure à Dreux
21:00 > 22:30 Dîner (barbecue fourni par l'équipe)
23:00 > 00:00 Session : **Training « ADD_Structure »** (travail sur la structure couplé à des exercices de relaxation pour ceux ou celles qui le souhaitent)

(Vendredi 09 juillet)
(Vendredi 20 août)

CENTRE de RAID AVENTURE – FIN DE STAGE à EVRY

Transfert en Minibus depuis le centre d'hébergement

08:00 > 09:00 Petit déjeuner en salle de repas
09:00 > 10:00 Rangement des affaires personnelles avant départ
10:30 > 12:30 Défi collectif sur la structure « **ADD_Team Challenge** »
13:00 > 14:00 Déjeuner en salle de repas
14:30 > 15:30 Transfert en Minibus jusqu'à Evry
16:00 > 19:00 Mise en situation de la pratique : **Training « ADD_Parcours dans la ville »**
(lieux : Evry Centre)
19:00 > 20:00 **Fin de stage** (débriefing à La Cathédrale)
Remise d'un Certificat personnalisé aux participants
Séance photos



La présentation du Centre RAID AVENTURE

Le Domaine de Comteville possède de nombreux aménagements et équipements sportifs.

En 1992, création de l'Association **Raid Aventure Organisation** à l'initiative de Bruno POMART, ancien policier instructeur du RAID de la Police Nationale et sportif de haut niveau.



Le concept : Sport & Culture

Pour toutes ces actions **Raid Aventure Organisation** utilise le sport pour amener les jeunes à se dépasser. De part la mobilité de ses actions, **Raid Aventure Organisation** fait participer des jeunes de différentes Régions. Les étapes sont choisies sur des sites régionaux prestigieux où les partenaires locaux mettent en valeur l'histoire et la culture des lieux.

Ces approches des différentes régions amènent à la perception de l'étendue culturelle française et contribuent notamment à la « démarginalisation » de jeunes de banlieues et à la découverte du monde rural.

Une base multi sports

Sur le Domaine de Comteville, une base sportive complète dans un parc de 40 hectares.

Les disciplines actuellement proposées sont : VTT, Course, Escalade, Parcours Jungle, Canoë, Marche d'orientation, Tir à l'arc, VTT Trial, Parcours aventure en forêt...

La base est située en Eure et Loir à côté de Dreux (28) à 1 heure de Paris : www.raid-aventure.org

Avec ce site, **Raid Aventure Organisation** peut recevoir des groupes pour des journées multi activités et des minis camps durant toutes les périodes de vacances scolaires.

Ouvert toute l'année, il reçoit aussi des classes vertes et des groupes scolaires.

Les équipements sportifs

- Structure spécifique pour la pratique de l'Art du déplacement

- Parcours Acrobatique en hauteur avec 75 ateliers de différents niveaux
- Parcours de course d'orientation
- Pas de Tir à l'arc
- Circuit VTT
- Circuit VTT trial
- Mur mobile d'Escalade
- Canoë sur cours d'eau l'Eure ou sur le lac d'Ecluzelles (à proximité)

Les aménagements

- Des zones de bivouac avec sanitaires à proximité
- Un centre d'hébergement
- Un service de restauration

