



**SEMAINE DU 5 AU 9 AOÛT 2024**

*Centre Nature et Loisirs de Chirens*

# SEMAINE ZEN

Dans le sac :  
Gourde  
Casquette ou  
chapeau

## **KIRIKOU :** 3/4 ANS

**Lundi : Yoga/Stress ball/Toupie multicolore**

**Mardi : Reveil musculaire / fabrication du jeu tic tac toe**

**Mercredi : Sortie pique-nique à INOLAB (Brunerie) et activités santé plein air**

**Jeudi : Yoga / fabrication de bouteille sensorielle**

**Vendredi : Pâtisserie "gâteau qui pleure" / grand jeu : relais photo**



## **YETI :** 5/6 ANS

**Lundi : Yoga/ Fabrication de porte encens**

**Mardi : A chacun son jardin zen /Jeux de relais**

**Mercredi : Sortie pique-nique à INOLAB (Brunerie) et activités santé plein air**

**Jeudi : Balade en forêt / Yoga / Fabrication de photophore**

**Vendredi : Fabrication de balle anti stress / grand jeu : relais photo**



## **YAKARI :** 7/8 ANS

**Lundi : Randonnée découverte clairière / jeux musicaux**

**Mardi : Yoga / saynètes de théâtre / initiation tai-chi**

**Mercredi : Sortie pique-nique à INOLAB (Brunerie) et activités santé plein air**

**Jeudi : Création d'un monopoly / jardinage**

**Vendredi : Yoga / gamelle géante / grand jeu : relais photo**



## **AVATAR :** 9/11 ANS

**Lundi : Jeux de connaissance / balade contée à la rivière**

**Mardi : Yoga / jardin zen / jeux de cohésion**

**Mercredi : Sortie pique-nique à INOLAB (Brunerie) et activités santé plein air**

**Jeudi : Relaxation / chasse au trésor**

**Vendredi : Yoga / relais photos**