

JOURNÉE D'ACTIVITÉS AU SECONDAIRE

Activités sportives, artistiques
et culturelles spécialisées



equipetonus.com



Tonus • Cible

Venez voir ce que nous faisons !

Tel: (819) 791-7665

Journée d'activités au secondaire

ACTIVITÉS SPORTIVES, ARTISTIQUES ET
CULTURELLES SPÉCIALISÉES



Lors d'une journée d'activités spéciales,
Tonus! s'occupe de tout pour faire bouger
les élèves !

Service clé en main

- animateurs spécialisés d'expérience du domaine du sport, de l'enseignement et du loisir.
- Apprentissages techniques
- Matériel complet fourni.
- Création de l'horaire de votre journée.
- Événement personnalisé selon vos besoins et les thématiques du moment.

Des sports jamais vus par les jeunes comme le Tug ball,
le Goalball, le Frisbee-golf et bien d'autres !

Vous n'avez pas de terrain de tennis ?
Nous apportons nos filets de tennis portables !

À l'intérieur comme à l'extérieur.
En cas de pluie, nous ajustons les activités selon les locaux intérieurs disponibles.

Informations à fournir lors de votre réservation :

- Nombre d'élève et niveau des participants par groupe.
- Description sommaire des terrains et locaux à utiliser (grandeur et type de surface).
- Vos préférences au niveau des choix d'activités.
- Autres détails et demandes personnalisées.
- Coordonnées de la personne-ressource.



Journée d'activités au secondaire

ACTIVITÉS SPORTIVES, ARTISTIQUES ET CULTURELLES SPÉCIALISÉES



Autres services disponibles

- Animation régulière clé en main.
- Accompagnement et création de projets spéciaux sportifs.
- Animation sans horaire, visite libre des jeunes
- Formation sur mesure en interventions activité physique pour animateur(trice)s.
- Fête de fin d'année scolaire.
- Kermesses.
- « Workout » en grand groupe.

Journée chaude?

On offre des variantes aquatique des sports ou on vous prépare des joutes de pistolet à eau de style "capture de drapeau" !



Danse aérobique (workout)

45 minutes de pur dépassement en musique !

Vous voulez organiser une séance de workout ou de danse aérobique dans la cour d'école pour de grands groupes d'élèves? L'équipe de Tonus! peut animer ce genre d'activité, plaisir des élèves garanti!

Activités

Les jeunes adorent découvrir de nouveaux sports !

ACTIVITES SPORTIVES	DANSE	ACTIVITES ARTISTIQUES ET CULTURELLES
Acrobaties de groupe Acroyoga Athlétisme Auto défense Badminton Basketball Bootcamp Capoeira Défi d'habiletés sportives Défis de conditionnement physique DBL Flag football Flexibilité Frisbee Golf Futsal Goalball Golf Gymnastique Handball Hockey-balle	Jeux coopératifs Karaté Kronum Musculaton Parkour Pickleball Pilates Plein air Quidditch Soccer  Speedball Spikeball Tai-Chi Tennis Tug ball Ultimate frisbee Volleyball Volleyball de plage Yoga	Ballet Breakdance Contemporain Danse aérobique Hip-Hop Jazz Zumba™ Arts Bande dessinée Cirque Création de bracelets Dessins Échecs Improvisation Musique Origami Peinture Scrapbooking Théâtre Escape room Tournois de jeux de société Option personnaliser

Journée d'activités au secondaire

ACTIVITÉS SPORTIVES, ARTISTIQUES ET
CULTURELLES SPÉCIALISÉES



Tarifs

Tarif prise en charge complète

JOURNÉE COMPLÈTE DE 5H	16,50 \$ / élève
BLOC DE 3H (matin ou après-midi)	12 \$ /élève

En période de haute saison en juin, un supplément de 2\$ par élève est ajouté.
Tarif minimum de 18 élèves par animateur présent.

Tarif prise en charge partielle

Pour réduire les coûts d'une activité, il est possible de réserver nos services pour plusieurs groupes, qui feraient l'activité l'un à la suite de l'autre et/ou pour une plus courte période de temps. Les groupes en attente ou ayant déjà fait l'activité sont alors pris en charge par leur titulaire régulier pour le reste de la journée.

Tarif danse aérobique (workout)

100 à 200 ÉLÈVES	200 À 300 ÉLÈVES	300 ÉLÈVES ET PLUS
1,85 \$ / élève	1,60\$ / élève	1,35\$ / élève

En période de haute saison en juin, un supplément de 10% est appliqué.

Déplacement personnalisé selon votre région

Frais de base 25 \$/voiture (1 à 3 animateur par voiture) + Frais de 0,55 \$/km à partir d'un de nos centres, situés à Montréal et Sherbrooke.

*Pour les régions éloignées, un frais personnalisé sera calculé.

Report et annulation

En cas de pluie, il est possible de maintenir l'activité à l'extérieur.
Il est possible de transférer l'activité à l'intérieur selon les locaux.

Report à une autre date sans frais.

Annulation après réservation 7 jours avant la date prévue= 10 % de frais d'annulation

Annulation après réservation 3 jours avant la date prévue= 50 % de frais d'annulation

Journée d'activités au secondaire

ACTIVITÉS SPORTIVES, ARTISTIQUES ET
CULTURELLES SPÉCIALISÉES



Exemples d'horaires

Les horaires suivants sont à titre d'exemple et peuvent être modifiés selon votre horaire particulier.

HORAIRE DES ACTIVITÉS			
Prise en charge complète : 3 GROUPES - 3 animateurs Tonus !			
Terrain de football	Groupe 1	Groupe 2	Groupe 3
9 h 30 à 10 h 30	Spikeball <i>Terrain de football</i>	Ultimate Frisbee <i>Terrain de football</i>	DBL <i>Terrain de football</i>
10 h 30 à 10 h 45	Collation / Pause	Collation / Pause	Collation / Pause
10 h 45 à 12 h 00	Capture le drapeau <i>Terrain de football</i>	Spikeball <i>Terrain de football</i>	Ultimate Frisbee <i>Terrain de football</i>
12 h 00 à 13 h 00	Dîner	Dîner	Dîner
13 h 00 à 14 h 00	Ultimate Frisbee <i>Terrain de football</i>	DBL <i>Terrain de football</i>	Capture le drapeau <i>Terrain de football</i>
14 h 00 à 14 h 15	Collation / Pause	Collation / Pause	Collation / Pause
14 h 15 à 15 h 30	DBL <i>Terrain de football</i>	Capture le drapeau <i>Terrain de football</i>	Spikeball <i>Terrain de football</i>



Journée d'activités au secondaire

ACTIVITÉS SPORTIVES, ARTISTIQUES ET
CULTURELLES SPÉCIALISÉES



EXEMPLE D'HORAIRE TONUS ! Prise en charge partielle : 4 groupes - 1 animateur Tonus !		
9 h 30 à 10 h 30	Groupe 1	Tug ball <i>Gymnase</i>
10 h 30 à 10 h 45		Collation / Pause
10 h 45 à 12 h 00	Groupe 2	Tug ball <i>Gymnase</i>
12 h 00 à 13 h 00		Diner
13 h 00 à 14 h 00	Groupe 3	Tug ball <i>Gymnase</i>
14 h 00 à 14 h 15		Collation / Pause
14 h 15 à 15 h 30	Groupe 4	Tug ball <i>Gymnase</i>

Journée d'activités au secondaire

ACTIVITÉS SPORTIVES, ARTISTIQUES ET
CULTURELLES SPÉCIALISÉES



HORAIRE DES ACTIVITÉS

Prise en charge partielle, à relais. Capture le drapeau par titulaire de l'école (matériel et explications par Tonus !)

	Groupe 1	Groupe 2	Groupe 3	Groupe 4	Groupe 5
12h30 à 12h50	Spikeball Tonus ! <i>Terrain de football</i>	Ultimate Frisbee Tonus ! <i>Terrain de football</i>	Frisbee Golf Autonome <i>Abords du terrain de football</i>	Capture le drapeau Titulaire <i>Abord du terrain de football</i>	DBL Tonus ! <i>Terrain de football</i>
12h50 à 13h10	DBL Tonus ! <i>Terrain de football</i>	Spikeball Tonus ! <i>Terrain de football</i>	Ultimate Frisbee Tonus ! <i>Terrain de football</i>	Frisbee Golf Autonome <i>Abords du terrain de football</i>	Capture le drapeau Titulaire <i>Abord du terrain de football</i>
13h10 à 13h35	Capture le drapeau Titulaire <i>Abord du terrain de football</i>	DBL Tonus ! <i>Terrain de football</i>	Spikeball Tonus ! <i>Terrain de football</i>	Ultimate Frisbee Tonus ! <i>Terrain de football</i>	Frisbee Golf Autonome <i>Abords du terrain de football</i>

