Guide pratique du Centre Adeps LA WOLUWE

1. Renseignements généraux

1.1. Contact

- Tel : 02/672.93.30
- Courriel : adeps.auderghem@cfwb.be

1.2. Accès au centre

- **Adresse** : Centre Adeps de la Woluwe : Avenue Mounier 87, 1200 Woluwe-Saint-Lambert

- **En train** : En combinant le réseau de la SNCB et celui de la STIB, vous pouvez aisément atteindre le centre sportif.
  ⇨ Bruxelles centrale + Stib

- **En voiture** : Ring ouest, sortie 2 (UCL, Kraainem, Wezembeek-Oppem)

- **En bus :**

  ⇨ *Via la Stib*

  Ligne 36 Schuman-Kraainem (arrêt Kraainem)
  Ligne 76 Oppem – Kraainem (arrêt Kraainem)
  Ligne 77 Hippodrome – Kraainem (arrêt Kraainem)
  Ligne 79 Kraainem- Schuman (arrêt Mounier)
  Consultez les horaires sur le site www.stib.be.

  ⇨ *Via Delijn (arrêt Kraainem)*

  315 Kraainem – Terv-Leefd – Leuven
  316 Kraainem – Sterrebeek – Leuven
  317 Kraainem – Terv-Bert – Leuven
  R92 Kraainem – Leuven

- **En métro** :

  ⇨ Ligne 1 Gare de l'Ouest – Stockel (arrêt Kraainem)

  Consultez les horaires sur le site www.stib.be.

2. Organisation du stage

2.1. Horaire type d'une journée

L'accueil des stagiaires se fait le premier jour à partir de 8h50, conformément aux dates reprises sur la facture, les autres jours à 9h. Le stage se termine à 16h.

- 9h00 à 12h30 - Activités sportives
- 12h30 à 13h30 - Repas et temps libre surveillé
- 13h00 à 16h00 - Activités sportives

Une garderie (sans activité sportive et à un prix forfaitaire) est organisée de 8h00 à 9h00 et de 16h00 à 18h00.
A partir de 16h, les enfants, âgés de 12 ans et plus, non-inscrits à la garderie seront sans surveillance.

3. Que faut-il emporter ?

Au préalable vous aurez complété les formulaires en ligne : fiche de renseignements - contacts d'urgence.

- Une copie de la carte d'identité électronique ou carte ISI+ ou carte SIS

3.1. Équipement sportif

- Une tenue sportive : T-shirt, short ou training, chaussures de sport propres et ne laissant pas de trace (semelles blanches), éventuellement matériel pour la douche (vestiaire disponible). Spécifiquement pour les stages de Sports Raquettes ; se munir, si possible d'une deuxième paire de baskets à semelles lisses pour les terrains en « terre battue »
- Prévoir également une tenue supplémentaire pour l'extérieur ; en fonction de la météo (anorak ou Kway en cas de pluie et un couvre-chef en cas d'ensoleillement) et chaussures de rechange
- Le matériel nécessaire à la pratique des activités organisées est prêté par le Centre. Toutefois, le stagiaire peut amener son propre matériel. Celui-ci sera sous son entière responsabilité, sans aucun remboursement en cas de vol, casse, perte,….

3.2. Alimentation

- Prévoir un pique-nique et des boissons pour le midi.
- Prévoir une collation/boissons pour le matin et l'après-midi.

3.3. Le carnet de route relatif à la filière PROgression

Si votre enfant est inscrit à un stage relatif à la filière PROgression et qu'il a déjà obtenu le carnet de route lors d'un stage précédent, qu'il n'oublie de le mettre dans son sac. De la

sorte, s'il acquiert un nouveau niveau technique dans la discipline choisie, les moniteurs pourront l'indiquer dans ce carnet.
Ce carnet est valable pour toutes les disciplines sportives faisant partie de la filière PROgression.

4. Informations supplémentaires

- Les attestations de participation sont téléchargeables (15 jours après le stage) sur le site adeps (mon adeps).
- Les blessures et accidents doivent être signalés, immédiatement au moniteur de l'activité. Le cas échéant la déclaration d'accident doit parvenir au centre dans les 48 heures.
- Des photos seront prises lors de nos activités et seront ajoutées aux albums de pages Facebook. (voir nos conditions générales)
- Pour les enfants de 3, 4 et 5 ans prévoir une tenue complète de rechange, le tout dans un sac.
- Les activités prévues à l'extérieur seront maintenues, quelle que soit la météo, sauf circonstances exceptionnelles.
- Le départ pour les activités extérieures (Football, Base-Ball, Athlétisme) se fait à partir du centre ADEPS. Trajet à pieds, départ à 9 h 00, attention au retard.
- Les activités prévues lors de certains jours fériés pourront être adaptées en fonction du nombre de participants.