



Vacances. Quel stage sportif pour votre enfant cet été ?





Se dépenser entre copains tout en étant bien encadrés : les colonies de vacances sportives sont faites pour cela ! Dès 6 ans, en mode découverte ou intensif, choisissez le séjour le mieux adapté à votre enfant.

Qu'il s'agisse de pratiquer sa passion ou de découvrir une activité difficile d'accès pendant l'année, la colonie de vacances sportive offre la garantie de congés bien remplis. Et comme les « colos » traditionnelles et les stages linguistiques, elle permet d'expérimenter la vie de groupe, hors du cocon familial, pour gagner en autonomie. Résultat ? Les stages sportifs sont aujourd'hui les plus demandés par le public, avec 40 % des achats de séjours pour enfants et adolescents, selon une enquête de l'Unosel, association qui regroupe 65 organismes proposant des séjours éducatifs, linguistiques et scolaires.

Monoactivité ou multisports ?

Des sports plebscites par les jeunes : football, tennis, équitation, aux disciplines moins connues telles que le golf, la plongée sous marine, le tir à l'arc ou le karting, le choix est vaste. À côté des séjours 100 % foot, par exemple, les organisateurs proposent aussi des formules multiactives pour varier les plaisirs et associer des disciplines complémentaires. Avec un séjour tennis golf surf voile, votre enfant évoluera sur terre comme dans l'eau et développera ses facultés d'adresse, de concentration, d'équilibre, sa force et son esprit de solidarité. Alors, comment choisir entre mono ou pluriactives ? Si l'enfant pratique un sport de manière assidue et qu'il souhaite progresser, un stage de perfectionnement dans sa discipline favorite, permettant d'affiner

ses aptitudes techniques, repondra à ses attentes. S'il est amateur de nouveaux horizons, un séjour découverte, axe sur une ou plusieurs activités qui l'attirent, semble tout indiqué. À moins de tenter une formule hors des sentiers battus, comme un séjour itinérant à cheval, kayak ou vélo, qui prévoit de bivouaquer sous la tente à chaque étape.

Une question d'intensité plus que de niveau

Dans tous les cas, s'interroger sur le degré d'intensité sportive de la formule est capital. Stage découverte, semi intensif, intensif : on passe d'une simple séance de sport quotidienne d'une heure et demie en moyenne, à 5 ou 6 heures d'entraînement réparties sur la journée. « Mieux vaut que l'enfant soit motivé s'il opte pour une formule soutenue, et privilégier un programme plus léger, s'il aspire plutôt à se détendre et se reposer », souligne une assistante de production chez Sport Elite Jeunes. Parfois, un certain niveau d'expérience peut être exigé (équitation, tennis). Reste que de nombreux stages accueillent les débutants comme les pratiquants aguerris. Sur place, les animateurs constituent des groupes de niveaux homogènes, avec un programme adapté pour chacun. Nul besoin d'être un champion en herbe.

Pas question de décider sans lui

« Pour que son séjour soit réussi, l'enfant doit être partant ! », insiste la déléguée générale de l'Unosel. Mieux vaut trouver avec lui la formule qui lui correspond le mieux, compte tenu de son âge, de ses envies et de sa personnalité. « À partir de 12 ou 13 ans, l'enfant est généralement décideur », souligne un chef de marche Enfants Adolescents Jeunes adultes à l'UCPA. Il choisit lui-même son séjour. C'est aussi un âge à partir duquel les jeunes ont envie de se valoriser dans une activité sportive. Ils privilégient souvent les stages monoactivité et les sports les plus engagés, riches en sensations. Avant l'âge de 10 à 12 ans, en revanche, les enfants sont plus attirés par l'aspect ludique et optent sou-

vent pour des formules multiactives, par essence plus récréatives. » Au-delà de ces considérations, la durée du stage a aussi son importance. Une, deux, voire trois semaines ? « Si l'enfant est encore jeune, il peut être sage de miser sur un format court pour commencer, conseille la déléguée générale de l'Unosel. À moins qu'il soit habitué à partir loin de sa famille ou qu'il soit accompagné de son frère ou de sa sœur. » À titre indicatif, la durée moyenne des séjours estivaux pour enfants est de 12 jours, selon l'Unosel.

Les points à vérifier

Dans tous les cas, plutôt que d'acheter un séjour sur catalogue, mieux vaut prendre le temps de contacter l'organisme choisi pour reprendre le mieux possible aux attentes et à la personnalité de l'enfant. Cette prise de contact permettra aussi d'aborder certains points pratiques. Notamment celui du transport entre les villes de départ et le lieu de vacances. Dans la plupart des cas, il peut être pris en charge par l'organisme en contrepartie d'un supplément tarifaire, mais ce n'est pas systématique et cela peut alors devenir très contraignant. À moins d'avoir choisi un séjour qui se déroulera très près de chez soi.

La qualité des équipements et des installations sportives est également un sujet à aborder. Tout comme celle de l'hébergement (combien d'enfants par chambre ?) et des activités annexes (sorties, baignades, jeux, villées) proposées en dehors des plages d'activité sportive.

Pour la question des assurances, des garanties complémentaires, de type individuelle accident, interruption de séjour, rapatriement, sont souvent proposées en supplément. À vous d'évaluer si elles sont utiles par rapport à celles incluses dans certaines assurances type multirisque habitation ou dans les services d'assistance liés à votre carte bancaire.

Enfin, informez-vous sur les éventuelles prestations optionnelles : cours de langue, passage d'un examen sportif, séances de coaching sportif individuel. Des « plus » à étudier, mais qui ont un prix.

Évaluez la qualité de l'encadrement

La question de l'encadrement des stages est un point que peu de parents intègrent dans leur réflexion sur le choix d'un séjour. Elle peut pourtant avoir une incidence sur la qualité de l'accueil proposé à l'enfant et l'attention qui lui

est portée. Un moniteur pour 6, 8 ou 12 jeunes, ce n'est pas forcément la même chose. Idem concernant le niveau de qualification des animateurs, entraîneurs et coaches, chargés de la pratique sportive. Dans le cadre d'un stage intensif, il

peut être utile de s'informer sur leur expérience et leur niveau de qualifications (animateur Bafa, éducateur sportif breveté d'État, professeur d'EPS de l'Éducation nationale) en posant la question aux organismes sollicités.