

Regardez ce qui est de  
**nouveau**  
au camp d'été du Centre RA

**RA**  
CENTRE

Le meilleur centre de loisirs au Canada

**Été 2010**

# Camps

Camps thématiques  
Camps spécialisés  
Camps aquatiques

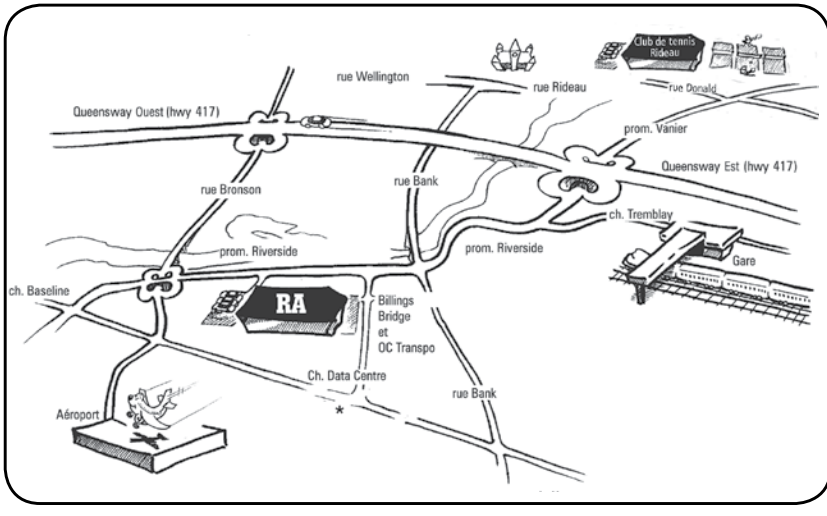




# Venez jouer avec nous!

## Bonjour parents et campeurs

Nous vous remercions de l'intérêt que vous manifestez à l'égard des programmes de camps d'été du Centre RA. Nous avons bien hâte de combler vos besoins quant aux camps d'été. Pour ce faire, nous vous invitons à examiner les divers programmes de camps offerts. Notre but est d'offrir des camps d'été sécuritaires, éducatifs et amusants dans un milieu qui stimule le sourire et de nouvelles amitiés et crée de bons souvenirs. Nous espérons que vous serez tout aussi enthousiaste que nous concernant les camps d'été de cette année et nous souhaitons de tout cœur que vous y participiez.

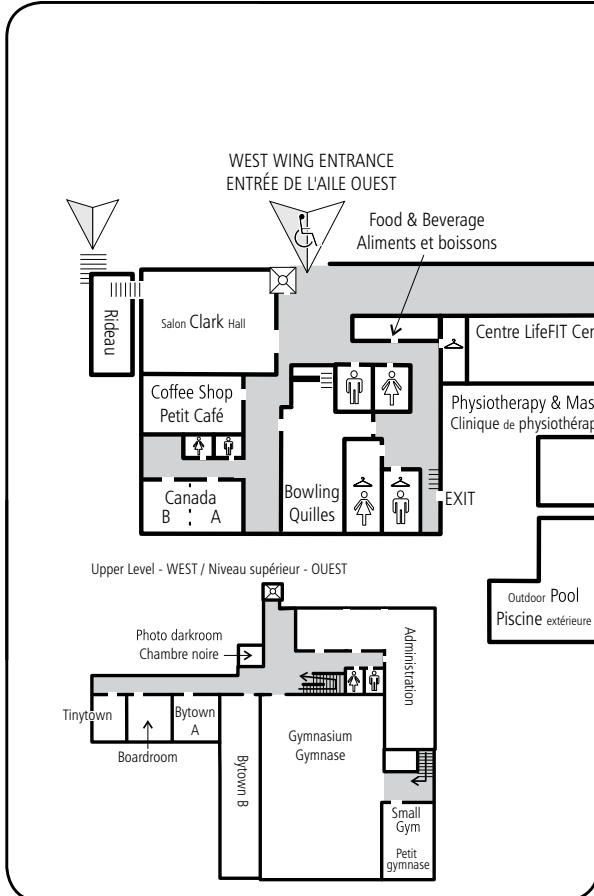
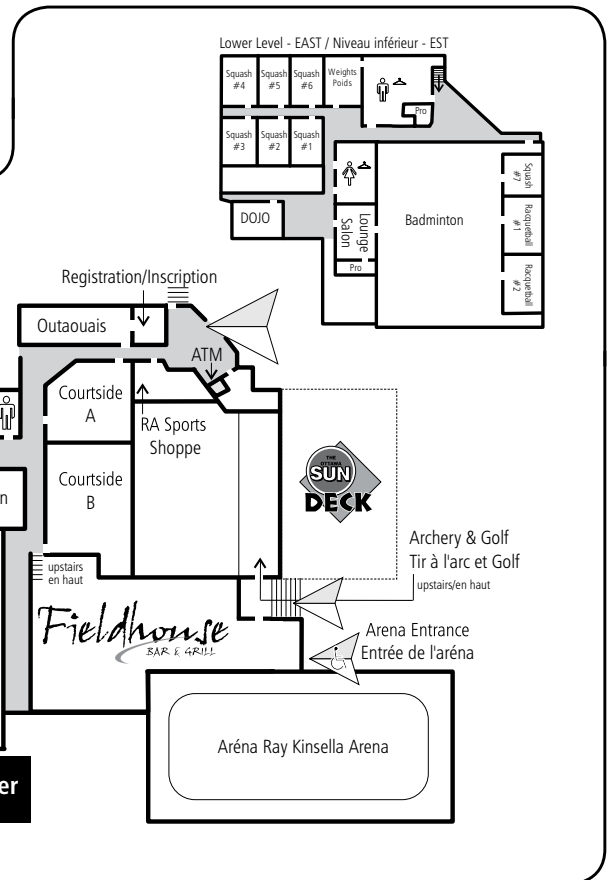


### Pour assurer la sécurité de nos campeurs

La sécurité de votre enfant aux camps d'été du Centre RA est sans contredit de la plus haute importance pour nous. Nous avons donc instauré de nombreuses pratiques afin que tous les participants profitent d'un très bel été.

Nos moniteurs de camps ont suivi une formation sur les premiers soins et la RCR. Le Centre RA possède aussi une équipe mobile d'intervention d'urgence ayant reçu une formation de haut niveau.

**Il est également important de noter que les noix sont ENTIÈREMENT ÉLIMINÉES des camps.**



2451, promenade Riverside, Ottawa ON K1H 7X7  
613-733-5100 • [www.racentre.com](http://www.racentre.com)

# Comment s'inscrire

Pour les camps qui se donnent au Centre RA situé sur la promenade Riverside.



## 1) En personne

Les inscriptions peuvent se faire en personne au comptoir des services aux membres, situé près de l'entrée Est du Centre RA.

du lundi au dimanche de 7 h 30 à 21 h 30  
les jours fériés de 8 h 00 à 20 h 00



## 2) Par téléphone

Appelez la ligne d'inscription au 613-736-6224.

du lundi au vendredi de 11 h 00 à 17 h 30  
Ayez votre carte de crédit à portée de la main lorsque vous téléphonez.



## 3) Inscrivez-vous EN LIGNE

Vous inscrire à votre camp d'été favori est maintenant plus facile que jamais!

Les membres du RA et les non-membres peuvent s'inscrire aux programmes des Camps d'été en utilisant le service d'inscription en ligne Play RA.

Vous aurez besoin d'un nom d'utilisateur et d'un NIP de compte, ainsi que d'une carte de crédit valide pour effectuer votre inscription en ligne.

Lorsque vous aurez décidé à quel camp vous voulez vous inscrire, visitez la section CAMPS D'ÉTÉ dans Sports et loisirs à [www.racentre.com](http://www.racentre.com) et cliquez sur l'icône d'inscription en ligne Play RA pour obtenir tous les renseignements sur l'inscription en ligne et vous inscrire.

Pour vous faciliter la tâche, assurez-vous d'avoir tous les détails du programme, y compris le nom du programme, le coût et le code de programme. Le code à barres de trois chiffres de chaque programme et chaque session se trouve à côté de la date de la session dans la brochure sur les camps d'été.

## Devenir membre vous intéresse?

N'importe qui peut devenir membre. Inscrivez-vous dès aujourd'hui et faites des économies sur les frais d'inscription aux camps.

**Si vous désirez vous inscrire au camp du Club de tennis Rideau situé au 1 rue Donald, voir à la page 9.**



# Célébrer votre fête

Reserver la fête de votre enfant au Centre RA.

Quilles

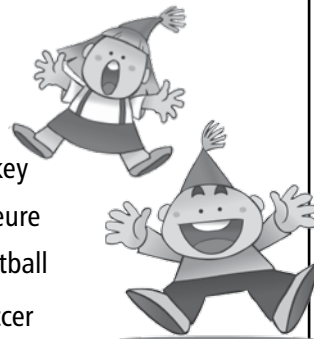
Gymnase

Glace de hockey

Piscine extérieure

Terrain de softball

Terrain de soccer



Il y a un restaurant, Fieldhouse Bar & Grill, offrent le petit déjeuner, déjeuner et le dîner - 7 jours sur 7.

**613-733-5100**  
**[www.racentre.com](http://www.racentre.com)**

## Le saviez-vous?

**Le Centre RA offres une variété de programme pour les jeunes.**

Les programmes pour les jeunes du Centre RA sont idéals pour développer un mode de vie sain chez les jeunes. N'oubliez pas, ils sont notre avenir!

Badminton, cours de natations, cours de patinage, curling, échecs, escrime, golf, judo, quilles, racquetball, squash, tennis, tir à l'arc, tir à la cible, yoga....et beaucoup plus.

Pour une liste complète et pour plus de détails, veuillez ramasser le guide de programme, ou sur le site web i l'adresse **[www.racentre.com](http://www.racentre.com)**.

## Les Mamans et Papas!

Il est parfois difficile de trouver le temps de faire du conditionnement physique avec de jeunes enfants. C'est pourquoi le Centre RA a mis sur pied Tintytown, un service de garderie où les enfants peuvent jouer pendant que papa et maman participent à des programmes du Centre RA. Pour plus de renseignement communiquer avec le personnel des Services aux membres et aux invités au **613-733-5100**.

# Camps thématiques

Camp de jour junior | Camp de jour | Camp de sports junior

## Camp de jour junior et de jour

Chaque session de deux semaines s'inspire d'un thème éducatif amusant. Les activités quotidiennes peuvent englober divers jeux collectifs et sports, les quilles, des travaux d'art et d'artisanat, des histoires, des chants et des sorties. Bien que la plupart des activités se déroulent au Centre RA, le programme profite de la proximité du parc Vincent Massey et du parc Nordic. Une baignade récréative offre une pause rafraîchissante au milieu de la journée et un repas-partage est un des faits saillants de chaque session.

## Camp de jour junior • 4 et 5 ans

Le Camp de jour junior du Centre RA est conçu pour être la première expérience parfaite de camp pour les enfants de quatre et cinq ans. Ce camp est aussi une excellente préparation sociale pour l'école. Un personnel bienveillant et cordial conçoit un programme quotidien qui répond aux intérêts et aux aptitudes des jeunes. Un ratio de 4 campeurs par moniteur est la norme pendant les heures du programme.

**Nota : Les campeurs doivent avoir l'âge requis, soit au moins 4 ans au début de la séance à laquelle ils sont inscrits.**

session de deux semaines	Membres du Centre RA	Non-membres du Centre RA	Code de programme
1. du 28 juin au 9 juillet*	265 \$	290 \$	760
2. du 12 juillet au 23 juillet	265 \$	290 \$	763
3. du 26 juillet au 6 août*	265 \$	290 \$	766
4. du 9 août au 20 août	265 \$	290 \$	769

session d'une semaine (espace limitée)	Membres du Centre RA	Non-membres du Centre RA	Code de programme
1. du 28 juin au 2 juillet*	128 \$	140 \$	761
2. du 5 juillet au 9 juillet	160 \$	175 \$	762
3. du 12 juillet au 16 juillet	160 \$	175 \$	764
4. du 19 juillet au 23 juillet	160 \$	175 \$	765
5. du 26 juillet au 30 juillet	160 \$	175 \$	767
6. du 3 août au 6 août*	128 \$	140 \$	768
7. du 9 août au 13 août	160 \$	175 \$	770
8. du 16 août au 20 août	160 \$	175 \$	771

\* Le camp ne fonctionnera PAS le 1er juillet et le 2 août.

## Camp de jour • 6 à 11 ans

Le Camp de jour du Centre RA est un endroit merveilleux pour les enfants de 6 à 11 ans en vue d'apprendre le partage, le travail d'équipe et la camaraderie. Avec leurs conseillers, les campeurs choisissent des activités quotidiennes qui répondent à leurs besoins individuels ainsi qu'à ceux du groupe. Les campeurs sont regroupés selon leur âge. Un ratio de 6 campeurs par moniteur est la norme pendant les heures du programme. **Nota : Les campeurs doivent avoir l'âge requis, soit au moins 6 ans au début de la séance à laquelle ils sont inscrits.**

session de deux semaines	Membres du Centre RA	Non-membres du Centre RA	Code de programme
1. du 28 juin au 9 juillet*	265 \$	290 \$	784
2. du 12 juillet au 23 juillet	265 \$	290 \$	787
3. du 26 juillet au 6 août*	265 \$	290 \$	790
4. du 9 août au 20 août	265 \$	290 \$	793

session d'une semaine (espace limitée)	Membres du Centre RA	Non-membres du Centre RA	Code de programme
1. du 28 juin au 2 juillet*	128 \$	140 \$	785
2. du 5 juillet au 9 juillet	160 \$	175 \$	786
3. du 12 juillet au 16 juillet	160 \$	175 \$	788
4. du 19 juillet au 23 juillet	160 \$	175 \$	789
5. du 26 juillet au 30 juillet	160 \$	175 \$	791
6. du 3 août au 6 août*	128 \$	140 \$	792
7. du 9 août au 13 août	160 \$	175 \$	794
8. du 16 août au 20 août	160 \$	175 \$	795

\* Le camp ne fonctionnera PAS le 1er juillet et le 2 août.

## Camp de sports junior

Le Camp de sports junior est un programme sans cours. Il suit le format du Camp de jour en mettant fortement l'accent sur les sports d'équipe comme le football, le disque volant suprême, le volley-ball, le soccer-baseball, le 'nukem' ball, le soccer et le softball. Même si la majorité du temps est consacrée à des activités sportives collectives, les campeurs participeront également à des activités non sportives du Camp de jour, dont des événements spéciaux en groupe comme le repas-partage à chaque session.

## Camp de sport junior • 7 à 9 ans

Les jeunes passionnés de sports adoreront l'énergie du Camp de sports junior. Spécialement conçu pour les enfants de 7 à 9 ans, ce programme récréatif est un fabuleux mélange de travail en équipe, de participation, d'esprit sportif et d'amusement. Un ratio de 6 campeurs par moniteur est la norme pendant les heures du programme. **Les campeurs doivent être nés en 2003 ou avant.**

session de deux semaines	Membres du Centre RA	Non-membres du Centre RA	Code de programme
1. du 28 juin au 9 juillet*	265 \$	290 \$	772
2. du 12 juillet au 23 juillet	265 \$	290 \$	775
3. du 26 juillet au 6 août*	265 \$	290 \$	778
4. du 9 août au 20 août	265 \$	290 \$	781

session d'une semaine (espace limitée)	Membres du Centre RA	Non-membres du Centre RA	Code de programme
1. du 28 juin au 2 juillet*	128 \$	140 \$	773
2. du 5 juillet au 9 juillet	160 \$	175 \$	774
3. du 12 juillet au 16 juillet	160 \$	175 \$	776
4. du 19 juillet au 23 juillet	160 \$	175 \$	777
5. du 26 juillet au 30 juillet	160 \$	175 \$	779
6. du 3 août au 6 août*	128 \$	140 \$	780
7. du 9 août au 13 août	160 \$	175 \$	782
8. du 16 août au 20 août	160 \$	175 \$	783

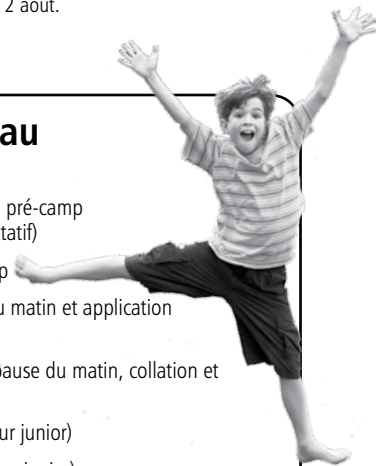
\* Le camp ne fonctionnera PAS le 1er juillet et le 2 août.

## Une journée normale au camp thématiques :

07 h 30 – 09 h 00	Accueil et surveillance pré-camp complémentaire (facultatif)
09 h 00 – 09 h 15	Tour de chant du camp
09 h 15 – 09 h 30	Prise des présences du matin et application d'écran solaire
09 h 30 – 12 h 00	Activités du camp et pause du matin, collation et hydratation
11 h 00 – 12 h 00	Déjeuner (Camp de jour junior)
12 h 00 – 13 h 00	Baignade (Camp de jour junior)
12 h 00 – 13 h 00	Déjeuner (Camp de jour et Camp de sports junior)
13 h 00 – 15 h 45	Activités du camp et pause de l'après-midi, collation et hydratation
15 h 45 – 16 h 00	Fin de la journée du camp
16 h 00 – 17 h 00	Départ et surveillance post-camp complémentaire (facultatif)

\*\*\*application d'écran solaire durant toute la journée.

Une baignade récréative offre une pause rafraîchissante au milieu de la journée.



# Horaire des camps

Camp de jour junior | Camp de jour | Camp de sports junior

**Du lundi au vendredi de 9 h 00 à 16 h 00**

**Surveillance pré-camp COMPLÉMENTAIRE**  
de 7 h 30 à 9 h 00

**Surveillance post-camp COMPLÉMENTAIRE**  
de 16 h 00 à 17 h 00

\* Le camp ne fonctionnera PAS le 1<sup>er</sup> juillet et le 2 août.

**Soirée  
d'information  
le mardi 22 juin 2010  
de 19 h 00 à 20 h 30**  
dans le salon **Courtside B**  
au Centre RA.  
RSVP

## Camps thématiques

Camp de jour junior | Camp de jour | Camp de sports junior

### Jeux olympiques 2010 du Centre RA

28 juin – 9 juillet 2010

Les Jeux olympiques de Vancouver 2010 se déplacent – de la côte Ouest vers le Centre RA! Avez-vous regardé Équipe Canada marquer l'histoire en pratiquant le ski, la luge, le patinage et le curling? Voulez-vous faire partie de l'action? Que vous soyez un biathlète en herbe ou une super-vedette en planche à neige, ou un porteur de flambeau représentant le Canada aux yeux du monde, venez vous joindre à la 21<sup>e</sup> Olympiade du Centre RA! Vous pouvez même prendre en charge un pays de votre choix – les bobeurs jamaïcains et les stars suisses du slalom sont les bienvenus. Ou bien vous êtes déjà à l'entraînement pour les Jeux d'été – les espoirs pour Londres 2012, préparez-vous!

### Planète Terre

12 juillet – 23 juillet 2010

2010 est l'Année internationale de la biodiversité et l'année de la voiture électrique – alors venez célébrer les merveilles et explorer les mystères de notre planète! Des profondeurs sombres des fonds océaniques aux plus hauts sommets des montagnes éloignées, nous parcourons le globe ensemble, en faisant des découvertes en cours de route... Nous rencontrerons Shere Khan le tigre au cœur de la jungle et des ours blancs flottant sur les floes de l'Arctique. Pourquoi devrions-nous conserver et protéger, réduire, réutiliser et recycler? Venez le découvrir à mesure que nous explorerons la vaste, la magnifique, l'irremplaçable... Planète Terre!

### 2010 : Odysée de l'espace

26 juillet – 6 août 2010

L'espace... la dernière frontière. Appel lancé à tous les astronomes et astronautes, fans de Star Trek et admirateurs des étoiles! Joignez-vous à notre odysée 2010 à travers les étendues inexplorées de l'univers. Voyagez à la vitesse de la lumière au-delà des quasars et des galaxies, des trous noirs et des supernovas... Naviguez à travers la Voie lactée dans votre vaisseau-fusée et liez-vous d'amitié avec des formes de vie étrangères sur des planètes éloignées! Vous avez toujours voulu visiter Mars ou voir de plus près la Grande Ourse? C'est votre chance – mettez votre combinaison spatiale et explorez les étoiles avec nous!

### Idole du Centre RA

9 août – 20 août 2010

De retour à la demande populaire – Hollywood arrive au Centre RA! Que vous soyez une vedette populaire chez les ados ou en nomination pour les Oscars, ou que vous préfériez diriger le spectacle dans les coulisses depuis la chaise du metteur en scène ou la cabine de son – il n'y a rien comme l'industrie du spectacle dans les camps de jour du Centre RA! Sortez en tête des palmarès le matin et remportez le plus de votes l'après-midi à l'émission So You Think You Can Dance. Pas d'auditions nécessaires! Durant cette session, tout le monde est une grande vedette!

## Information générale

Veillez noter que les informations qui suivent s'appliquent uniquement aux programmes camps de jour junior, camps de jour et camps de sports junior.

Nous attendons tous avec impatience ici au Centre RA le début des programmes des camps de l'été prochain. Nous avons également hâte d'ajouter à nos quarante ans d'expérience afin de créer la meilleure saison de camps d'été qui soit.

Compte tenu de notre engagement de s'assurer que l'expérience de votre enfant aux camps du Centre RA soit amusante à souhait, nous choisissons les près de 60 membres du personnel avec le plus grand soin. Nous sommes conscients du fait que le personnel agit en tant que leader auprès des enfants, par conséquent, nous choisissons uniquement les gens qui, selon nous, seront enthousiastes, positifs et des modèles fiables. De plus, même si la plupart des camps se déroulent en anglais, la majorité des membres du personnel sont bilingues.

Nous croyons aussi qu'il est important de noter que toutes les activités quotidiennes sont révisées par le personnel d'expérience afin de s'assurer que ces activités sont bien équilibrées, créatives et amusantes pour vos enfants.

## Soirée d'information

Nous serions extrêmement heureux de répondre à vos questions supplémentaires ou de vous offrir une tournée des installations sur demande. **En outre, une Soirée d'information sera organisée pour les programmes des Camps de jour junior, de jour et de sports junior le jeudi 22 juin 2010 de 19 h 00 à 20 h 30 dans la salle Courtside B au Centre RA.** Cette session donnera l'occasion aux parents/tuteurs de poser des questions et de se familiariser avec les installations des camps, le personnel dirigeant et les objectifs de nos camps. **Veillez R.S.V.P. à l'adresse [scamps@racentre.com](mailto:scamps@racentre.com) avant le 17 juin et indiquer le nombre de personne qui vont assister.**

## Procédures de contrôle pour les campeurs

Pour des raisons de sécurité, chaque parent/tuteur devra remplir un formulaire d'autorisation pour cueillir les enfants. Ce formulaire permettra d'identifier les personnes autorisées qui viendront cueillir les enfants au camp et ils seront utilisés pour faciliter le processus de cueillette pour chaque campeur.

## Pique-nique partage

Le 1<sup>er</sup> vendredi de chaque session de deux semaines sera l'occasion pour les campeurs de participer à un pique-nique partage. Un formulaire fera partie de la trousse d'arrivée que les jeunes apporteront à la maison le premier jour, indiquant la contribution particulière de votre enfant.

## Natation et leçons de natation

La baignade dans la piscine extérieure du Centre RA est une activité régulière de tous nos camps et c'est une très bonne façon de combattre la chaleur. Les baignades sont sous la surveillance de sauveteurs agréés et les moniteurs se jettent à l'eau avec les campeurs.

Des leçons de natation sont aussi offertes durant les heures des camps. Des dispositions sont prises pour accompagner les campeurs lorsqu'ils se rendent à leurs leçons et en reviennent.

Vous trouverez plus d'information au sujet des leçons de natation et la piscine du Centre RA à la page 10.

## Nota

- Tous les camps fonctionnent principalement en anglais, toutefois la majorité de notre personnel est bilingue.
- Des déplacements hors du Centre NE SONT PAS prévus à toutes les sessions. Les coûts de financement d'une excursion ou d'invités spéciaux sont inclus dans les frais d'inscription au camp pour les Session 1 et 3 (sessions de neuf jours).
- Un nombre limité de places seront réservées pour des inscriptions d'une semaine à l'intérieur de nos programmes de deux semaines. Pour obtenir plus de détails sur la disponibilité des inscriptions d'une semaine, téléphonez au 613-733-5100.
- **Les campeurs doivent avoir l'âge requis tel qu'indiqué.**

# ► Camps spécialisés

Aquatique | Badminton | Escrime | Informatique | Sauvetage | Sport ULTRA | Tennis



## Camp sportif ULTRA -NOUVEAU!

9 à 13 ans

Au Camp sportif Ultra, les jeunes athlètes et les jeunes actifs profiteront de l'éventail inégalé d'installations récréatives du Centre RA. Un amusement maximum est garanti car les campeurs participeront à des sports et à des jeux sur tous les nombreux courts, losanges, allées, terrains, gymnases et dans les arénas et piscines – la plus grande panoplie de sports pratiqués à l'installation sportive et récréative haut de gamme d'Ottawa!

Les campeurs du Camp sportif Ultra seront dirigés par des conseillers qui partagent non seulement une passion pour les sports et pour une vie active, mais qui sont également des moniteurs de natation et des maîtres-nageurs certifiés.

### Conditions préalables :

Les campeurs doivent être à l'aise en eau profonde et capables de nager une longueur de piscine. **Les campeurs doivent être nés en 2001 ou avant.**

### Activités :

Chaque jour, les campeurs goûteront à un assortiment inégalé de sports dont la liste n'est pas exhaustive :

- |                    |                           |                                       |
|--------------------|---------------------------|---------------------------------------|
| - Athlétisme       | - Hockey sous-marin       | - Soccer                              |
| - Badminton        | - Natation de compétition | - Softball                            |
| - Ballon chasseur  | - Nage synchronisée       | - Sports aquatiques sur chambre à air |
| - Basket-ball      | - Patinage                | - Volley-ball                         |
| - Football         | - Plongeon                | - Wallyball                           |
| - Frisbee Ultimate | - Quilles                 | - Water polo                          |
| - Hockey en salle  | - Sauvetage compétitif    |                                       |

session d'une semaine	Membres du Centre RA	Non-membres du Centre RA	Code de Programme
1. du 28 juin au 2 juillet*	155 \$	175 \$	800
2. du 5 juillet au 9 juillet	194 \$	219 \$	801
3. du 12 juillet au 16 juillet	194 \$	219 \$	802
4. du 19 juillet au 23 juillet	194 \$	219 \$	803
5. du 26 juillet au 30 juillet	194 \$	219 \$	804
6. du 3 août au 6 août*	155 \$	175 \$	805
7. du 9 août au 13 août	194 \$	219 \$	807
8. du 16 août au 20 août	194 \$	219 \$	808

\* Le camp ne fonctionnera PAS le 1er juillet et le 2 août.



## ► Horaire

Du lundi au vendredi  
de 9 h 00 à 16 h 00

**Surveillance pré-camp COMPLÉMENTAIRE**  
de 7 h 30 à 9 h 00

**Surveillance post-camp COMPLÉMENTAIRE**  
de 16 h 00 à 17 h 00

\* Le camp ne fonctionnera PAS le 1er juillet et le 2 août.

### Exemple d'horaire d'une journée :

09:00-10:00	Activité sur terrain
10:00-11:00	Activité à la piscine
11:00-12:00	Volley-ball de plage
12:00-13:00	Pause-repas
13:00-14:00	Activité de balle sur les losanges
14:00-15:00	Activité en gymnase
15:00-16:00	Natation libre (piscine)

### Nota:

- Tous les camps fonctionnent principalement en anglais, toutefois la majorité de notre personnel est bilingue.
- Les campeurs doivent fournir leur propres patins et des casques approuvés par l'ACNOR afin de participer aux séances de patinage sur glace.
- La plupart des journées comportent deux séances de piscine. Les campeurs voudront peut-être emporter deux maillots de bain, deux serviettes et des lunettes.
- En raison du nombre incroyablement élevé d'activités disponibles au Centre RA, il est impossible de participer à chaque activité au cours d'une seule session d'une semaine.

← Pour la sécurité de nos campeur(euse)... les camps du Centre RA sont **SANS NOIX**. →



## Camps aquatique

### Camp aquatique senior

10 à 13 ans

Le Camp Aqua est un rêve qui se réalise pour les jeunes qui aiment l'eau. Les campeurs pourront profiter de nombreux jeux et sports aquatiques, incluant des séances de natation de compétition, de water-polo, de plongeon, de plongée sous-marine, de compétition de sauvetage, de nage synchronisée et de hockey sous l'eau. Préparez-vous à un programme complètement mouillée et très actif et qui offre également un après-midi de nage libre et d'activités « au sec » comme les quilles, le volley-ball, le softball et l'artisanat. Les moniteurs du Camp Aqua ont une solide expérience ainsi que les qualifications requises de sauveteurs et de moniteurs choisis parmi les membres du personnel de la piscine extérieure du Centre RA. Nota : Il n'y a pas de noix et d'arachides dans les camps du Centre RA.

#### Conditions préalables :

- pouvoir nager 100 mètres (4 longueurs) sans arrêt, 2 en nage libre et 2 sur le dos;
- être à l'aise en eau profonde (sans avoir pied).
- Les campeurs doivent être nés en 2000 ou avant.

### Camp aquatique junior

7 à 9 ans

-NOUVEAU

Comme leurs camarades campeurs du Camp aquatique, les campeurs de 7 à 9 ans du Camp aquatique Junior passeront plus de trois heures par jour dans la piscine. Une partie de ce temps de piscine sera consacrée à des leçons de natation et au perfectionnement des habiletés alors que les campeurs s'efforceront d'obtenir les insignes du programme de natation de la Croix-Rouge. Le reste du temps des campeurs passé dans l'eau sera réparti entre des jeux et d'autres activités amusantes, la familiarisation avec certains sports aquatiques et du temps de natation libre.

Les campeurs du Camp aquatique Junior participeront également à des activités d'autres camps du Centre RA hors piscine, comme les quilles. Les conseillers des camps sont des moniteurs aquatiques certifiés parmi le personnel de la piscine extérieure du Centre RA.

#### Conditions préalables :

- Doit être capable de nager une longueur de piscine sans arrêt.
- Doit être à l'aise en eau profonde (au-dessus de la tête).
- Les campeurs doivent être nés en 2003 ou avant.

## Camp de sauvetage

11 à 15 ans

Le Camp de sauvetage est le programme estival parfait pour les jeunes qui envisagent une carrière de surveillant de baignade ou qui s'intéressent à une formation avancée en activités aquatiques et en secourisme. Durant ce programme de neuf jours, les campeurs obtiendront leur certificat de Forme physique pour le sauvetage, Étoile de bronze, Médaille de bronze, Croix de bronze et/ou Secourisme d'urgence. Les participants développeront également d'excellentes habiletés en natation, pratiqueront avec du matériel perfectionné de sauvetage et de surveillance de baignade, seront informés sur les carrières en sports aquatiques et trouveront même un peu de temps pour quelques sports et jeux « hors piscine »!

#### Conditions préalables :

Vous pouvez vous inscrire au Camp de sauvetage si :

- vous avez entre 11 et 15 ans (**nés en 2003 ou avant**) ;
- vous êtes capable de nager 400 mètres (16 longueurs de piscine) sans arrêt;
- vous êtes à l'aise en eau très profonde.

#### Nota :

- Pour obtenir la certification Étoile de bronze, Médaille de bronze, Croix de bronze ou en Secourisme d'urgence, les candidat(e)s doivent réussir un examen. (Les examens se déroulent pendant le camp, sans frais supplémentaires.)
- Les candidat(e)s doivent répondre à toutes les conditions préalables des niveaux avant de passer un examen. Ces conditions préalables sont les suivantes :  
Secourisme d'urgence : aucune  
Étoile de bronze : aucune  
Médaille de bronze : 13 ans – OU – Étoile de bronze  
Croix de bronze : Médaille de bronze et Secourisme d'urgence
- Le Manuel canadien de sauvetage est le document requis pour le Camp de sauvetage. On peut l'acheter à la boutique Sport Shoppe du Centre RA.
- Chaque campeur se verra remettre un masque de poche le premier jour du camp. (Sans frais additionnels)
- Les campeurs passeront plus de 3 heures par jour dans la piscine. Certains voudront peut-être porter une combinaison de plongée.

## ► Horaire

**Du lundi au vendredi de 9 h 00 à 16 h 00**

**Surveillance pré-camp COMPLÉMENTAIRE** de 7 h 30 à 9 h 00  
**Surveillance post-camp COMPLÉMENTAIRE** de 16 h 00 à 17 h 00

session de deux semaines	Membres du Centre RA	Non-membres du Centre RA	Code de prog. Aquatique Senior	Code de prog. Aquatique Junior
1. du 28 juin au 9 juillet*	324 \$	349 \$	818	809
2. du 12 juillet au 23 juillet	324 \$	349 \$	821	812
3. du 26 juillet au 6 août*	324 \$	349 \$	824	815
4. du 9 août au 20 août	324 \$	349 \$	827	862
session d'une semaine (espace limitée)	Membres du Centre RA	Non-membres du Centre RA	Code de prog. Aquatique Senior	Code de prog. Aquatique Junior
1. du 28 juin au 2 juillet*	155 \$	168 \$	819	810
2. du 5 juillet au 9 juillet	194 \$	209 \$	820	811
3. du 12 juillet au 16 juillet	194 \$	209 \$	822	813
4. du 19 juillet au 23 juillet	194 \$	209 \$	823	814
5. du 26 juillet au 30 juillet	194 \$	209 \$	825	816
6. du 3 août au 6 août*	155 \$	168 \$	826	817
7. du 9 août au 13 août	194 \$	209 \$	828	859
8. du 16 août au 20 août	194 \$	209 \$	829	860

\* Le camp ne fonctionnera PAS le 1er juillet et le 2 août.

#### Horaire :

09:00-12:00	Séances en piscine (par ex. natation, techniques de sauvetage, opérations de sauvetage)
12:00-13:00	Habillage et pause-repas
13:00-15:00	Séances hors piscine (par ex. secourisme, RCR, DEA)
15:00-16:00	Hors piscine (sports/jeux) ou en piscine (natation libre/pratique des techniques)

## ► Horaire

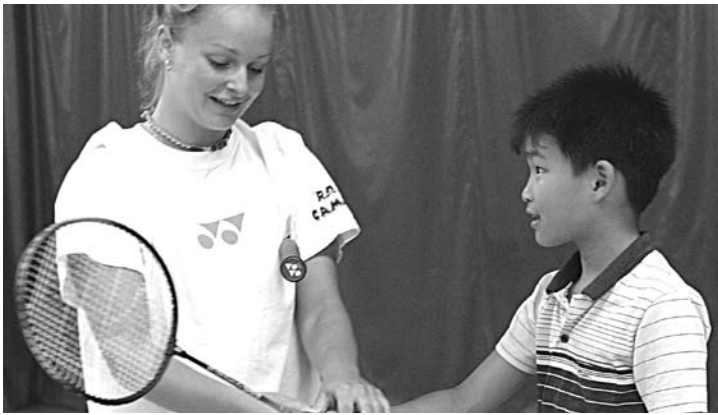
**Du lundi au vendredi de 9 h 00 à 16 h 00**

**Surveillance pré-camp COMPLÉMENTAIRE** de 7 h 30 à 9 h 00  
**Surveillance post-camp COMPLÉMENTAIRE** de 16 h 00 à 17 h 00

session de deux semaines	Membres du Centre RA	Non-membres du Centre RA	Code de Programme
1. du 28 juin au 9 juillet*	324 \$	349 \$	830
2. du 26 juillet au 6 août*	324 \$	349 \$	831

**Le Manuel canadien de sauvetage est le document requis pour le Camp de sauvetage. On peut l'acheter à la boutique Sport Shoppe du Centre RA.**

← Pour la sécurité de nos campeur(euse)... les camps du Centre RA sont **SANS NOIX**. →



## Camp de badminton

### 6 à 15 ans

Le Camp de badminton du Centre RA, conçu pour les garçons et les filles de 6 à 15 ans, est le seul programme de camp estival consacré aux jeunes joueurs et joueuses de badminton de tous les niveaux. La devise du camp est "Faites du mieux que vous pouvez".

#### Programme

Chaque journée au camp sera consacrée à apprendre les techniques, les habiletés du badminton et de comprendre la stratégie du jeu. Les jeunes participeront à un programme amusant de conditionnement physique et auront la possibilité de jouer dans un mini-tournoi. De plus, d'autres loisirs dont **une baignade et des jeux de quilles** feront aussi partie d'activités quotidiennes. Le Camp de badminton est dirigé par le professionnel du Club de badminton du Centre RA, Mike Bitten. En plus d'être un entraîneur qualifié, Mike est un ancien membre de l'équipe olympique canadienne et il possède une vaste expérience de jeu sur la scène internationale.

#### Horaire

Du lundi au vendredi de 9 h 30 à 16 h 00

**Surveillance pré-camp COMPLÉMENTAIRE** de 8 h 00 à 9 h 30

**Surveillance post-camp COMPLÉMENTAIRE** de 16 h 00 à 17 h 00

session d'une semaine (espace limitée)	Membres du Centre RA	Non-membres du Centre RA	Code de programme
1. du 23 juin au 25 juin***	200 \$	225 \$	850
2. du 28 juin au 2 juillet*	250 \$	275 \$	851
3. du 5 juillet au 9 juillet	250 \$	275 \$	852
4. du 12 juillet au 16 juillet	250 \$	275 \$	853
5. du 19 juillet au 23 juillet	250 \$	275 \$	854
6. du 26 juillet au 30 juillet	250 \$	275 \$	855
7. du 2 août au 6 août*	250 \$	275 \$	856
8. du 9 août au 13 août	250 \$	275 \$	857
9. du 16 août au 20 août	250 \$	275 \$	858
10. du 23 août au 27 août	250 \$	275 \$	863

\*\*\* Instruction en français seulement (session 1) - 3 jours.

\* Le camp est ouvert le jeudi 1<sup>er</sup> juillet et le lundi 2 août.

- La piscine et les quilles pourraient ne pas être disponibles pour les sessions 1 et 10.

**Pour de plus amples renseignements, téléphonez le professionnel du badminton, Mike Bitten au 613-733-5100, poste 364.**



## Camp d'escrime

### Camp pour débutants • 8 à 16 ans

Apprenez l'escrime! Aucune expérience requise.

Ce camp est conçu pour ceux et celles qui désirent apprendre la base de l'escrime. Les activités quotidiennes du camp comprennent des leçons d'escrime, des jeux d'escrime, des combats d'entraînement, le jeu de pieds, des parties de quilles, des activités à l'extérieur et la baignade. Il y a aussi le tournoi de clôture. Le nombre de participants est de 20 escrimeurs par semaine.

#### Horaire

Du lundi au vendredi de 9 h 00 à 16 h 00

**Surveillance pré-camp COMPLÉMENTAIRE** de 8 h 00 à 9 h 00

**Surveillance post-camp COMPLÉMENTAIRE** de 16 h 00 à 17 h 00

session d'une semaine	Membres du Centre RA	Non-membres du Centre RA	Code de programme
1. du 5 juillet au 9 juillet (20 max.)	235 \$	260 \$	832
2. du 12 juillet au 16 juillet (20 max.)	235 \$	260 \$	833
3. du 19 juillet au 23 juillet (20 max.)	235 \$	260 \$	834
4. du 26 juillet au 30 juillet (20 max.)	235 \$	260 \$	835
5. du 3 août au 6 août (20 max.)*	188 \$	208 \$	836
6. du 9 août au 13 août (20 max.)	235 \$	260 \$	837
7. du 16 août au 20 août (20 max.)	235 \$	260 \$	838

### Camp de développement • 10 à 16 ans

Peaufiner vos habiletés en escrime! Ce camp est offert aux escrimeurs de fleuret et d'épée ayant atteint les niveaux de brassard jaune, orange, vert et bleu qui souhaitent améliorer leurs techniques et leurs tactiques en escrime. Les activités quotidiennes du camp comprennent des leçons, des combats d'entraînement, le jeu de pieds, le conditionnement, des parties de quilles, des activités à l'extérieur et la baignade. Le nombre de participants est de 10 escrimeurs par semaine.

#### Horaire

Du lundi au vendredi de 9 h 00 à 16 h 00

session d'une semaine	Membres du Centre RA	Non-membres du Centre RA	Code de programme
1. du 12 juillet au 16 juillet (10 max.)	260 \$	285 \$	839
2. du 16 août au 20 août (10 max.)	260 \$	285 \$	840

### Camp d'escrime de compétition • 12 à 16 ans

Le camp d'escrime de compétition est conçu pour les escrimeurs d'expérience au sabre, à l'épée et au fleuret. Les activités du camp comprennent des leçons, des combats d'entraînement, le conditionnement, des activités de consolidation d'équipe et un mini tournoi. Les entraîneurs présents au camp sont Paul ApSimon, chef de l'équipe olympique de Sydney 2000 et entraîneur en chef du club d'escrime du Centre RA, ainsi que Michel Dessureault, olympien canadien à trois jeux olympiques (E76, E84, et E88), Parviz Haghendish, ancien entraîneur de l'équipe nationale de fleuret de l'Iran et entraîneur actuel d'escrime au Centre RA et Maître Manuel Guittet, entraîneur olympique canadien à quatre reprises et entraîneur invité spécial.

#### Horaire

Du lundi au vendredi de 9 h 00 à 16 h 00

session d'une semaine	Membres du Centre RA	Non-membres du Centre RA	Code de programme
1. du 23 août au 27 août (10 max.)	300 \$	355 \$	841



# FUTUREKIDS Camp d'informatique

7 à 11 ans [www.futurekidsottawa.com](http://www.futurekidsottawa.com)

Camp informatique FUTUREKIDS et Camp de jour du Centre RA ont uni leurs forces pour offrir des programmes uniques pour les jeunes âgés de 8 à 11 ans. Les campeurs consacrent le matin (8 h 30 à 11 h 30) ou l'après-midi (13 h 15 à 16 h 15) à apprendre les derniers développements en informatique grâce à des thèmes et des sujets que les jeunes adorent. Les campeurs passent le reste de la journée à participer aux activités amusantes du camp de jour du Centre RA, incluant la baignade quotidienne. Veuillez noter que les jeunes sont accompagnés par des membres du personnel lorsqu'ils se rendent d'un camp à l'autre.

Le camp informatique est structuré en sessions d'une semaine et est donné par des enseignants agréés de l'Ontario. Les campeurs sont regroupés en équipe de deux dans chacune des classes. Une séance porte-ouverte a lieu à la fin de chaque semaine pour permettre aux jeunes de démontrer leurs créations informatiques remarquables à leurs parents. **NOTA : Les noix sont absentes des camps RA. Les campeurs doivent respecter le groupe d'âge indiqué.**

Les programmes suivants sont offerts cette année au Centre RA.

## Bob l'éponge en folie

du 26 au 30 juillet / Session du matin (7 à 9 ans)

Le nom dit tout! Venez acquérir des compétences informatiques en programmation, animation, création de sites Web et graphiques, tout cela en faisant des activités de Bob l'éponge. Vous créez votre propre site Web de Bob l'éponge et un dessin animé tout à fait cool de Bob l'éponge où vous pourrez faire du langage de Bob l'éponge. Vous ferez également un jeu animé interactif que vous pourrez exporter à la maison et avec lequel vous pourrez jouer avec vos ami(e)s. Vous pouvez même dire à vos parents que vous allez au camp pour apprendre des choses!

session d'une semaine	Membres du Centre RA	Non-membres du Centre RA	Code de programme
1. du 26 juillet au 30 juillet*	247 \$	272 \$	796

## Développeur extrême de jeux

du 26 au 30 juillet / Session de l'après-midi (10 à 14 ans)

Vous voulez fabriquer votre propre jeu vidéo cet été? Les campeurs vivront le processus de fabrication d'un jeu depuis l'étape de la conception jusqu'à l'achèvement d'un jeu qui sera emporté à la maison et pratiqué ou élaboré davantage. Vous créez un jeu vidéo complexe et réaliste doté de tout, depuis des évaluations de la santé jusqu'à la détection des collisions. Vous créez vos propres graphiques et vous les utiliserez dans votre jeu. Ce cours est convivial, passionnant et stimulant et il est parfait pour les concepteurs de jeux en herbe ou pour ceux qui aiment jouer à des jeux et voir ce qu'implique leur fabrication.

session d'une semaine	Membres du Centre RA	Non-membres du Centre RA	Code de programme
1. du 26 juillet au 30 juillet*	247 \$	272 \$	797

## Pâte à modeler en folie

du 3 au 6 août / Session du matin (8 à 11 ans)

Les campeurs auront l'occasion de créer leur propre film Pâte à modeler à emporter à la maison. Ce processus englobe la mise au point du scénarimage, la création de vos propres personnages en pâte à modeler, la construction des décors et des accessoires ainsi que des cours en filmage et en montage cinématographique. Votre imagination sera la seule limite!

session d'une semaine	Membres du Centre RA	Non-membres du Centre RA	Code de programme
1. du 3 août au 6 août*	198 \$	218 \$	798

## Robotique junior

du 3 au 6 août / Session de l'après-midi (8 à 10 ans)

Quelle meilleure façon de familiariser les garçons et les filles avec l'informatique que de leur faire apprendre à programmer leur robot personnel? Les enfants apprendront comment programmer leur robot pour suivre une lampe de poche, détecter les obstacles, suivre une ligne et bien davantage. Les campeurs enregistreront même une vidéo de leur robot afin de pouvoir montrer leurs nouvelles compétences en programmation à tous leurs parents et ami(e)s!

session d'une semaine	Membres du Centre RA	Non-membres du Centre RA	Code de programme
1. du 3 août au 6 août*	198 \$	218 \$	799

Club de tennis Rideau - Un, rue Donald

# Camp de tennis

6 à 13 ans

Le Camp d'amusement de tennis Rideau est une semaine stimulante et amusante qui déborde d'activités pour les jeunes cherchant à améliorer leurs habiletés au tennis!!

Les monitrices et moniteurs passeront quatre heures par jour sur les courts à enseigner et à perfectionner les habiletés au tennis en utilisant des exercices et en jouant des matches en tournoi dans un environnement positif. Les campeurs pourront également pratiquer le soccer, le basket-ball, le disque volant suprême et le jeu de la prise du drapeau, en plus de se rafraîchir dans la piscine extérieure pendant au moins une heure par jour.

### ► Horaire

Du lundi au vendredi de 9 h 00 à 16 h 00

**Surveillance pré-camp COMPLÉMENTAIRE** de 8 h 30 à 9 h 00

**Surveillance post-camp COMPLÉMENTAIRE** de 16 h 00 à 16 h 45

session d'une semaine (espace limitée)	Membres du Centre RA	Non-membres du Centre RA	Code de programme
1. du 28 juin au 2 juillet*	172 \$	192 \$	842
2. du 5 juillet au 9 juillet	215 \$	240 \$	843
3. du 12 juillet au 16 juillet	215 \$	240 \$	849
4. du 19 juillet au 23 juillet	215 \$	240 \$	844
5. du 26 juillet au 30 juillet	215 \$	240 \$	845
6. du 3 août au 6 août*	172 \$	192 \$	846
7. du 9 août au 13 août	215 \$	240 \$	847
8. du 16 août au 20 août	215 \$	240 \$	848

\* Le camp ne fonctionnera PAS le 1er juillet et le 2 août.

## Camp de tennis - modalités d'inscription

L'inscription pour le camp de tennis commence de 1er avril, 2010.

(Pour tous autres camps d'été du Centre RA, veuillez voir les détails "comment s'inscrire" à la page 3.)

Le Club accepte les paiements par carte Interac, VISA, MasterCard, American Express, par chèque ou en espèces.

Il existe deux méthodes d'inscription :

- 1) En personne : Présentez-vous au bureau d'accueil du **Club de tennis Rideau, 1, rue Donald, Ottawa** Du lundi au dimanche de 8 h 30 à 21 h 00
- 2) Par téléphone : **Appelez le bureau d'accueil au 613-749-6126.** Du lundi au dimanche de 8 h 30 à 21 h 00

Veuillez avoir votre carte de crédit à portée de la main lorsque vous téléphonez. Un(e) représentant(e) des Services aux membres répondra à cette ligne téléphonique. En cas d'impossibilité, veuillez laisser un message avec votre nom et votre numéro de téléphone et quelqu'un vous rappellera dans les plus brefs délais.



## PISCINE extérieure du Centre RA

Les installations aquatiques en plein air du Centre RA ouvrent le 19 juin pour la saison 2010. Bienvenue aux membres et aux non-membres. Joignez-vous à nous pour nos périodes de natation pour adultes, pour familles et libres. Laissez-passer quotidiens et saisonniers disponibles pour la piscine. Ces installations comprennent une grande piscine en forme de L avec une aire de plongeon et une piscine de cours d'une profondeur constante de 0,90 m (3 pieds). Le vaste pourtour de la piscine, avec ses auvents ombragés, ses tables de pique-nique et ses chaises longues, est un endroit accueillant pour passer un après-midi ensoleillé.

## Programme MEF

### Moniteur en formation 14 à 16 ans

Le programme de moniteur en formation est une occasion de développement du leadership pour les jeunes de 14 à 16 ans qui aimeraient travailler dans le milieu amusant et enrichissant des camps d'été. Un mélange de séances hebdomadaires de formation en classe et huit semaines de formation pratique permettent aux participants de ce programme de développer, de renforcer et d'appliquer leurs propres habiletés de leadership.

Tous les jeunes qui s'y intéressent sont encouragés à s'inscrire en se présentant au comptoir de l'Est du Centre RA. Les entrevues de groupe auront lieu au début de juin et tous les participants acceptés au programme recevront des honoraires toutes les deux semaines.

## Camps de jour, camps aquatique et camps de sports

## Occasions d'emploi

Postes disponibles : moniteurs pour camp sportif ultra, moniteurs, techniciens, moniteurs aquatiques et moniteurs en formation.

### Éligibilité des candidats : étudiants des niveaux secondaire et postsecondaire

Vous pouvez consulter les descriptions des postes, les conditions préalables et les dates limites d'inscription au [www.racentre.com](http://www.racentre.com) ou au comptoir de l'Est du Centre RA.

Veuillez soumettre votre demande en personne au comptoir de l'Est du Centre RA ou télécharger le formulaire de demande en ligne sur le site [www.racentre.com](http://www.racentre.com).

### La piscine ouvre le 19 juin 2010.

\*\* La piscine fermera à 17 heures les 1er juillet et le 2 août.

Laissez-passer de jour et de saison en vente pour les membres et les non-membres du RA.

#### Lundi à vendredi

12 h 00 à 13 h 00	Adulte
13 h 00 à 17 h 00	Ouvert
17 h 00 à 18 h 00	Adulte/Famille*
18 h 00 à 19 h 00	Ouvert

#### Samedi et dimanche

12 h 00 à 13 h 00	Adulte/Famille*
13 h 00 à 17 h 00	Ouvert
17 h 00 à 18 h 00	Adulte/Famille*
18 h 00 à 19 h 00	Ouvert

(\*dans la petite piscine)

## Cours de natation

### INSCRIVEZ VOS CAMPEURS À NOS COURS DE NATATION DE LA CROIX ROUGE

Les programmes de cours englobent... des programmes préscolaires et de jeunes aquatiques, forfaits de cours privés, l'AquaFORME et le sauvetage des programmes de certification.

#### Leçons en groupe

##### Matins en semaine (9 cours/session) Préscolaires et de jeunes aquatiques

68 \$ pour les membres du Centre RA  
78 \$ pour les non-membres

Améliorez les aptitudes en natation de vos enfants pendant leur présence au camp. Le personnel accompagnera les campeurs jusqu'à la piscine pour leurs cours de natation respectifs et au retour.

Nota : Il se pourrait que les horaires des cours entrent en conflit avec d'autres périodes de cours offertes dans le cadre de certains programmes. Les leçons en groupe ne sont pas recommandées pour les campeurs inscrits au camp de badminton. Renseignez-vous sur nos forfaits de cours privés.

##### Session des leçons de natation

1. du lundi 28 juin au vendredi 9 juillet
2. du lundi 12 juillet au jeudi 22 juillet
3. du lundi 26 juillet au vendredi 6 août
4. du lundi 9 août au jeudi 19 août

\*\* pas de cours le jeudi 1er juillet et le lundi 2 août

#### Programmes avancés

**Lifesaving Camp** is the perfect summer program for young people who are considering a career as a lifeguard, or are interested in advanced aquatics and first aid training.

Please see page 7 for details.

#### Leçons privées et semi-privées

Offertes les matins en semaine (leçons de 30 minutes).

Demandez le dépliant sur la piscine ou visitez le site [www.racentre.com](http://www.racentre.com).

Pour plus de détails sur les programmes de natation, les règlements sur l'admission à la piscine, les prix et horaires, contactez les Services aux membres au 613-733-5100, ou allez à [www.racentre.com](http://www.racentre.com).