



CHECK-LIST SPORTKAMPEN RTA

Wat hebben we allemaal nodig om er een spetterende 3daagse van te maken?

Kledij

- Sportieve kledij aangepast aan het weer
- Reservekledij
- Regenjas/K-way
- Muts of pet

Tennisgerief

- Tennis- of padelracket (niet verplicht, wij hebben voldoende materiaal beschikbaar)
- Stevige sportschoenen
- GEEN FIETS

Drank en eten

- Picknick (geen warme maaltijden)
- Water
- Fruit of een koekje
- Herbruikbare drinkfles met naam (kan gratis bijgevuld worden aan ons ecologisch waterstation)

👉 We voorzien bewust géén frisdranken, om kinderen het belang van een gezond lichaam bij te brengen.

Extra

- Medicatie (indien nodig)
- Goed humeur 😊

Praktische info

- De sportkampen starten elke dag om **09u00** en eindigen om **16u00**.
- Op de eerste dag vragen we om vóór **08u45** in te checken.
- Er is opvang voorzien vanaf **08u15** en tot **16u45**.

Heeft u nog vragen?

📞 Jeremie: 0497 33 39 55

✉️ rtavzw@gmail.com

Ce qu'il faut apporter

Vêtements

- Tenue sportive adaptée à la météo
- Vêtements de rechange
- K-way / veste de pluie
- Bonnet ou casquette

Matériel de tennis

- Raquette de tennis ou de padel (pas obligatoire, nous en avons en suffisance)
- Chaussures de sport solides
- PAS DE VELO

Boissons et repas

- Pique-nique (pas de repas chauds)
- Eau
- Fruit ou biscuit
- Gourde réutilisable avec le nom de l'enfant (peut être remplie gratuitement à notre station d'eau écologique)

👉 Nous ne proposons volontairement **pas de sodas**, afin de sensibiliser les enfants à l'importance d'un corps en bonne santé.

Extra

- Médicaments (si nécessaire)
- Bonne humeur 😊

Infos pratiques

- Les stages commencent chaque jour à **09h00** et se terminent à **16h00**.
- Le premier jour, nous demandons de s'enregistrer avant **08h45**.
- Une garderie est prévue le matin à partir de **08h15** et le soir jusqu'à **16h45**.

Des questions ?

☎ Jérémie: 0497 33 39 55

✉ rtavzw@gmail.com