

Stage de Rentrée 2015
Vendredi 11 et Samedi 12 septembre 2015
Association Séjours Plein Air / PORNIC

Effectifs :

39 inscrits sur 179 animateurs en Pays de la Loire soit 22%.

(+ 4% par rapport à 2014)

33 du CD44 sur 115 (- de 29%)

4 du CD49 sur 29 (- de 14%)

2 du CD85 sur 26 (- de 8%)

27 participants le vendredi et le samedi

15 participants aux 2 jours dont 12 pensions complètes

Retour Bilan Stagiaires
Samedi 12 septembre 2015 (24 retours)

1/ Qualité et contenu des cours :

Activités	Moyen	Bien	Très bien	Commentaires
Marche Nordique 9h45 – Annie 5 participants		2	3	- Super !
Remise en Forme 9h45 – Rachel 20 participants	5	7	7	- Musique trop forte. - Musique beaucoup trop forte, abrutissant. - Musique trop forte. - Un peu violent, mais appétissant. - Trop bruyant, trop brutal. - Pas clair. - Séance constructive, mieux que le vendredi. - Musique un peu forte. - Bon enchaînement, un peu forte la musique.
Gym d'Entretien Adulte 10h45 – Elodie 5 participants			6	
Piloxing 10h45 – Caroline 11 participants	1	6	3	- Découverte - Cours très bien amené, intervenante agréable, consignes claires. - Ressemble un peu trop au kick boxing. - Manque de consignes, passage au sol manque de

				- Une découverte intéressante, agréable intervenante.
PILATES 10h45 – Rachel 4 participants			3	- Précise dans ses consignes. - Nouvelle approche.
Gym d'Entretien 13h30 – Elodie 10 participants		1	9	- Dommage je pensais balles à picots ce fut base. - Découverte intéressante des bases à picots. - Découverte de la base à picots.
R-Lace 13h30 – Rachel 13 participants	4	4	4	- Top ! - Pas du tout claire dans ses consignes ! - Matériel ?
Full'dance 13h30 – Annie 2 participants		1	1	- Maitrise le sujet
Relaxation 14h45 – Elodie 14 participants		1	15	- Super top ! - Agréable. - Super agréable avec les balles à picots, merci Elodie.
Step 14h45 – Rachel ANNULE				
Full'dance 14h45 – Annie 7 participants		3	5	- Maitrise le sujet
Stretching 16h00 – Elodie 25 participants	1	5	16	- Cool ! - Excellent pour terminer la journée. - Pas assez stretch, trop relaxation, trop de ressenti dans le détail. - Trop relaxation, pas assez étirements, très très long. - Bonne fin de stage. - Encore merci, agréable.

2/ Les intervenants :

Intervenants	Activités	Ne souhaite plus retrouver cet intervenant	Souhaite changer d'intervenant pour cette activité	Souhaite le même intervenant pour la même activité
Annie	5 Marche Nordique			4
	9 Full'dance			6
Rachel	20 Remise en forme	2	7	11
	4 PILATES		1	3
	13 R-LACE		3	9

Elodie	5 Gym d'Entretien A			9
	10 Gym d'entretien			9
	14 Relaxation			14
	25 Stretching		2	8
Caroline	11 Piloxing		1	6

3 / Proposez 5 activités que vous souhaiteriez trouver au stage de rentrée 2016 :

- Stretching 4
 - Gym d'entretien adulte
 - Remise en forme
 - Préparation musculaire
 - Gym d'entretien avec bâtons
 - Séances avec matériel ballon, bâtons, haltères
 - Renfo avec ballons pailles
 - Renfo sur step
 - Full'dance 3
 - Marche Nordique 2
 - Relaxation 2
 - Ballon suisse
 - Gym Seniors 2
 - LIA 2
 - Gym bien être
 - Techniques nouvelles adaptée pour seniors
 - Danse Orientale
 - Body balance
 - PILATES
 - Techniques Nouvelles
 - Piloxing
 - Activités aquatiques
 - Yoga
 - Voile
 - Vrai stretch (barres au sol)
 - Interval training
 - Cordes à sauter
 - Atelier danse
 - Pounds
- Comme d'hab, c'est varié, c'est bien

4/ Vos commentaires sur :

L'organisation globale du stage (Date, accueil, lieu ...)

- Bien.
- Très bien, lieu magnifique.
- Bien, nourriture pas terrible.
- Bonne organisation, bon accueil, lieu magique !!!

- Très bien, cantine vraiment très mauvais !
- ok, on n'est pas venu pour manger mais quand même ce n'était pas très bon.
- Très beau cadre, repas simple.
- Une semaine plus tôt, salles un peu trop juste, lieu superbe.
- Date trop tardive, souhaite du weekend (samedi-dimanche). Lieu ok, accueil ok.
- Bien.
- Ok
- Dates tardives, accueil bien, lieu de plus en plus loin pour les animateurs du nord ou de l'est du département.
- Bonne organisation.
- Impeccable !
- Date trop tard, accueil bien, lieu trop de km.
- Date plus proche de la rentrée scolaire, accueil toujours sympa, lieu idyllique !
- Heureusement aussi samedi sinon je ne peux pas venir. Lieu bien, accueil très bien.
- Difficile pour le vendredi, organisation pas très clair (lieu pas facile à trouver, salles mal indiquées).
- Le cadre est sympa mais les repas à revoir sérieusement, salle pas très agréables (sol glissant) dangereux pour certaines disciplines.
- Trop tardive, reprise des cours, accueil rien à dire, lieu pas terrible.
- Pour la date un week end un peu tardif, le 1^{er} de septembre me conviendrait mieux, accueil toujours aussi agréable, le lieu à la vue magnifique.

Le niveau du stage

- Un stage que j'ai bien apprécié, avec un choix d'activité large.
- Pour mes activités niveau correct.
- BON, revoir le prix des stages que vous proposez (280 euros). Trop cher, pas étonnant que les animatrices ne viennent pas en stage.
- Très bien.
- Bien.
- Bon niveau.
- Bien.
- RAS
- Bien.
- OK.

- Correct.
- Bien.
- Des intervenants compétents, des conseils pertinents, des idées...
- Très bien.
- Bien.
- Bon.
- Bien.
- Bien.

Le déroulement de la Journée

- Bien.
- Bien.
- Bon déroulement.
- Horaires sympathiques pour le samedi.
- Très bien.
- Très bien.
- Toujours aussi agréable et fonctionnel.
- Bien.
- Ok.
- Bien.
- Ok.
- Bien.
- Bonne journée.
- Horaires respectés.
- Bien organisée, avec un temps de repos entre chaque activité, très bien.
- Bien.
- Bien.
- Rien à dire.
- Bon déroulement.

Divers

- Merci à toutes et à bientôt.
- Vu le nombre de participants, je pense qu'une journée suffit bien sur avec de nombreux choix. Vu le prix des stages que vous proposez dans l'année, je serai présente que dans un an.
- Le lieu est super !
- Déjeuner, plus de légumes.
- Peut être prévoir un repas du midi plus adapté à la pratique sportive (genre des pâtes) afin d'enchaîner à l'aise dès 13h30. MERCI !
- Revoir repas !
- Souhait remise en forme différente.
- Repas trop juste !
- RAS
- Tout le monde sur la même activité.