

## Séjour Aventure-Mécanique / 14 – 16 ans / Juillet - Août 2021

### Hébergement : centre de Chagny aux Rousses - Prémonval

**SITUATION** : A 4 kms du centre du village des Rousses, cette ancienne ferme rénovée du Haut-Jura, plantée sur une colline, offre un beau panorama sur la vallée et les montagnes environnantes. Également à proximité de la Suisse, le centre offre un paysage riche et varié, de sentiers balisés à proximité et la possibilité de pratiquer les activités voisines de la station des Rousses.

**HEBERGEMENT** : Les Chambres confortables sont équipées de 6 à 10 lits et sont réparties sur les deux étages du bâtiment. A chaque palier les blocs sanitaires rénovés en 2009, regroupent les douches individuelles, les WC et lavabos. Le chalet dispose également d'une infirmerie, d'une grande salle à manger modulable et d'un large espace de jeux à l'extérieur. Sur l'esplanade une grande salle couverte et aménageable à volonté complète les installations.



### Restauration :

Tous nos repas sont préparés sur les cuisines du centre principal, par notre Chef, et sont ensuite servis au plat dans les différentes salles de restauration. Les plats sont conviviaux, variés et équilibrés et les produits régionaux sont privilégiés. Nous respectons également les différents régimes alimentaires ainsi que les PAI particuliers. Le restaurant est sous auto contrôle mensuel avec le laboratoire départementale LDA.

Les menus sont uniques, variés et équilibrés, avec au moins une spécialité régionale pendant le séjour. Ils comprennent une entrée, un plat chaud, du fromage (le midi si le plat n'était pas une spécialité fromagère) et un dessert.

## **Projet :**

Un séjour émotion et plaisir ou le but est de découvrir la pratique d'un sport mécanique : la moto avec acquisition des bases techniques, maîtrise de la trajectoire, position en virage, le freinage, les règles de sécurité et le respect de l'environnement. Une première approche du code, de la signalétique et des règles de courtoisie de la route, au travers d'exercices ludiques et variés. Le grand air est également au programme avec de l'accrobranche et plusieurs sorties consacrées à la baignade dans les lacs jurassiens. Mais aussi une journée à la découverte de la nature Jurassienne aux Cascades du Hérisson avant de parcourir les souterrains du Fort des Rousses, et de rejoindre le sommet de la montagne pour assister à un levé de soleil magique avec vue sur le Mont Blanc aux premières lueurs de l'Aube. Pour que vos envies d'aujourd'hui deviennent vos souvenirs de demain !!!

**Durée du séjour :** 12 jours

L'ordre du planning proposé peut être amené à être modifié en fonction de la disponibilité des intervenants et des conditions climatiques.

| PLANNING PREVISIONNEL |  |   |
|-----------------------|--|---|
| JOURS                 | MATIN  | APRES-MIDI  |
| 1                     | Transport depuis Paris à Prémanon – Installation et visite des environs – Mise en places avec les enfants des règles de vie et de fonctionnement du séjour       |   |
| 2                     | Séance de Moto– 2h30<br>  | Parcours acrobatique en hauteur - Parcours de 8 ateliers. Tyrolienne – Séance de 1h30<br>Animation sur place. Encadrement : Brevet d'état. Joseph Clot<br> |
| 3                     | Séance de Moto – 2h30<br>  | Baignade au Lac des Rousses<br>   |
| 4                     | Séance de Moto – 2h30<br>   | Souterrain du fort des Rousses<br>   |
| 5                     | Jeux multi sport / Basket / foot / tennis sur le terrain au village. 800m<br> | Nouveau complexe de la Patinoire de Prémanon<br>   |
| 6                     | Matinée repos et souvenirs   | Baignade au Lac des Rousses<br>  |
| 7                     | Lever de soleil sur la chaîne des alpes<br>                                   | Pique nique et retour en après-midi au centre<br><br>Puis repos.  |

|    |   |   |
|----|---|---|
| 8  | <p>Sortie Journée Nature aux cascades du Hérisson</p>                   |   |
| 9  | <p>Séance de Moto – 2h30</p>   | <p>Bowling de la Chaumusse</p>   |
| 10 | <p>Séance de Moto – 2h30</p>   | <p>Baignade au Lac des Rousses</p>                                       |
| 11 | <p>Grande journée à thème<br/>« Tournoi Football et multi-sport »</p>  | <p>Grande journée à thème<br/>« Tournoi Football et multi-sport »</p>  |
| 12 | <p>Rangement/valises et derniers souvenirs de la colonie<br/>Retour SNCF</p> <p>Transport retour à Paris</p>  |   |



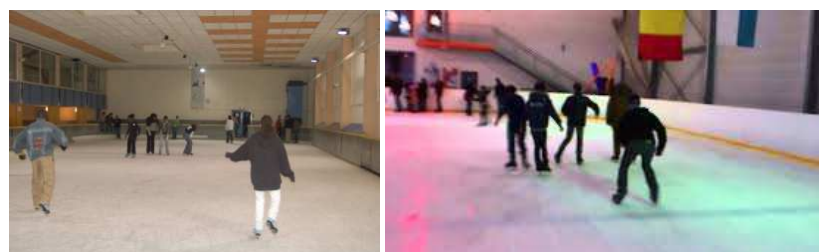
## Descriptif Activités :

### Parcours accrobranche :

8 ateliers / Tyrolienne - Séance de 2 heures - Animation sur place. Encadrement : Brevet d'état



### Patinoire :



### Sortie de nuit pour assister au lever de soleil à « La Dole »

Après une montée de nuit le long des remontées mécaniques et des sentiers de bois, les enfants assisteront au lever de soleil sur la chaîne des alpes avec un point de vue unique sur le Mont Blanc



### Football :

Journée à thème tournoi et multi-sports



### Les Souterrains du Fort des Rousses

Partez sur la piste des commandos à la découverte des profondeurs de cet ancien fort militaire reconverti en terrain de jeu grandeur nature.



### **Séance de découverte et d'apprentissage d'un sport mécanique**

Au travers de cinq séances en moto de cross (125cm<sup>3</sup>), les adolescents apprendront la maîtrise de l'engin, les règles de sécurité, les parcours de jeux ludiques et une balade dans les bois environnants pour mettre en pratique toutes ces notions.



**Organisme :** Séjours Prémonval

**Titre :** « Aventure Mécanique – Été 2021 »



**Séjour :** du ..... au ..... à .....

**Nom et Prénom de l'enfant :** .....

| Quantité conseillée pour le séjour | Dénomination   | Quantité fournie par la famille | Vérification début de séjour | Vérification fin de séjour |
|------------------------------------|--|---------------------------------|------------------------------|----------------------------|
|                                    | <b>Vêtements et Linge de corps</b>   |                                 |                              |                            |
| 8                                  | Slips, Culottes ou Caleçons  |                                 |                              |                            |
| 1                                  | Maillot de Bain  |                                 |                              |                            |
| 8                                  | Paires de Chaussettes  |                                 |                              |                            |
| 2                                  | Pyjamas (un de + pour les enfants énurétiques)   |                                 |                              |                            |
| 8                                  | Tee-shirt, Polos, Chemisettes  |                                 |                              |                            |
| 4                                  | Pantalons (type jeans)   |                                 |                              |                            |
| 3                                  | Jogging ou bas-de-survêtements   |                                 |                              |                            |
| 3                                  | Pull-over ou Sweat-shirt   |                                 |                              |                            |
| 5                                  | Shorts ou Bermudas   |                                 |                              |                            |
| 1                                  | Serviette de toilette grand format   |                                 |                              |                            |
| 1                                  | Serviette de toilette petit format   |                                 |                              |                            |
| 1                                  | Serviette de Plage   |                                 |                              |                            |
| 1                                  | Trousse de toilette complète + Crème Solaire   |                                 |                              |                            |
|                                    | <b>Matériel Spécifique</b>   |                                 |                              |                            |
| 1 ou 2                             | « Vieux » Pantalon, jeans ou jogging   |                                 |                              |                            |
| 1                                  | Paire de gants d'activités (accrobranche / moto / patinoire / etc ...) afin de limiter le contact matériel (prévention Covid-19) |                                 |                              |                            |
|                                    | <b>Divers</b>  |                                 |                              |                            |
| 1                                  | Paire de Chaussure Solide pour la moto   |                                 |                              |                            |
| 2                                  | Paires de chaussettes épaisses et montantes  |                                 |                              |                            |
| 2                                  | Paires de baskets  |                                 |                              |                            |
| 1                                  | Paire de chaussons   |                                 |                              |                            |
| 1                                  | Paire de claquettes, espadrilles, tongs  |                                 |                              |                            |
| 1                                  | Paire de bottes de pluie   |                                 |                              |                            |
| 1                                  | Vêtement de pluie imperméable  |                                 |                              |                            |
| 1                                  | Casquette ou chapeau de soleil   |                                 |                              |                            |
| 1                                  | Sac à linge sale ( <b>Obligatoire</b> )  |                                 |                              |                            |
| 1                                  | Paire de lunettes de soleil  |                                 |                              |                            |
| 1                                  | Petit Sac à Dos ( <b>Obligatoire</b> )   |                                 |                              |                            |
| 1                                  | Gourde   |                                 |                              |                            |

*Le téléphone portable peut vous permettre de joindre votre enfant, au moment du temps libre entre 18h et 19h15. Il sera cependant récupéré le reste de la journée et la nuit, afin de ne pas nuire au bon fonctionnement du séjour ou au sommeil de tous les participants.*

**Quelques Conseils :**

- Prévoir un sac de voyage ou une valise ou un sac à dos fonctionnel / adapté à la taille et à la force de l'enfant ;
- Ne prévoir que des vêtements solides, pour la vie en collectivités et marqués au nom de l'enfant ;
- Eviter les objets ou accessoires de valeur (montre, bijoux, pendentif, chaîne de cou ...).