la roche du trésor

LOT 5

13-16 ans

Titre : « CANOE KAYAK »

Cadre de vie :

Les enfants sont logés dans 20 chambres de 2 à 6 personnes avec sanitaires complets. Le centre, en bordure de village, compte 1 bâtiment partiellement rénové.

Si le temps le permet les jeunes peuvent manger en extérieur sur la terrasse.

Les repas sont préparés sur place à base de produits frais avec mise en valeur des produits de saison et gastronomie régionale.

Projet :

Un stage sportif pour partir à la découverte des rivières et des lacs de notre belle région, et vivre des sensations fortes. Plongez dans notre eau au vert profond ; canoé-kayak dans les gorges des bassins du Doubs, tir à l'arc, biathlon et course d'orientation seront de la partie !

Il ne faut pas oublier la visite de la fromagerie à Comté et les très belles randonnées au creux de nos paysages.

Cette aventure sera complétée par des baignades dans la piscine du centre principal

Grand jeux traditionnelles, feu de camps, veillées, et une journée Olympiades pour célébrer les Jeux Olympiques en France.

PLANNING PREVISIONNEL Lot 5 MONTAGNE « CANOE KAYAK » – 14/16 ans– ETE 2024

- **08 AU 19 JUILLET 2024 – 12 jours**
- **22 AU 31 JUILLET 2024 – 10 jours**

Planning type pour 12 jours (planning à titre indicatif peut-être modifié dans son déroulement mais non dans son contenu)

	J1	J2	J3	J4	J5	J6	J7	J8	J9	J10	J11	J12
Matin	**Arrivée et installation**	Activités manuelles et artistiques	Visite de fromagerie	Activités manuelles et artistiques	Canoë-Kayak	Grand Jeux	Piscine	Activités manuelles et artistiques	Pratique culinaire	Randonnée découverte nature	Journée Olympiades	**Rangement départ**
Midi		**DEJEUNER**										
Après Midi		Canoë-Kayak	Piscine	Course d'orientation	Canoë-Kayak	Tir à l'arc	Randonnée découverte nature	Canoë-Kayak	Piscine	Biathlon	Journée Olympiades	
Veillée	Sera prévu par l'équipe d'animation											

Activité dominante : canoé-kayak

·**4 séances** de 3h00 : 4 séances de 3h00 de canoé-kayak

·**Biathlon à la carabine laser :** 1 séance de 2h30

·**Tir à l'arc :** 1 séance de 2h30

·**Course d'orientation :** 1 séance de 2h30

·**Visite de la fromagerie à Comté :** 1 séance de 2h30

·**Pratique culinaire :** 1 séance de 2h30

·**JO : 1 journée Olympiades**
·**Piscine :** 3 séances de 2h30

·**Activités traditionnelles de centre de vacances proposées par l'équipe d'animation :** activités manuelles et artistiques, grands jeux : 5 séances de 2h30 pour séjour de 12 jours et 3 séances pour un séjour de 10 jours

·**Randonnée de découverte de la nature :** 2 séances de 2h30 pour un séjour de 12 jours et 10 séances pour un séjour de 10 jours

·**Activités de substitution :**

Dans le cas où certaines activités du programme initial ne pourraient être mise en œuvre, elles pourraient être substituées par les activités suivantes :

Escalade, rappel en falaise, équitation, biathlon, accrobranche

NOM	Prénom

SEJOUR	Du	Au	Lieu

Il est IMPERATIF que les vêtements soient marqués du nom de votre enfant

INVENTAIRE TROUSSEAU - ETE

Prénom de l'animateur :.....

LISTE	A remplir par la famille Nombre Fourni par la famille	A remplir par l'animateur Nombre en centre de vacances	
		Arrivée	Départ
SLIPS (7)			
PAIRES DE CHAUSSETTES (5)			
TEE SHIRT (5)			
LINGES DE TOILETTE (2)			
GANTS DE TOILETTE (2)			
PYJAMAS OU CHEMISE DE NUIT (2)			
PANTALONS (3)			
JUPES OU ROBES (2)			
SHORT (3)			
MAILLOT DE BAIN (1)			
CASQUETTE / CHAPEAU (1)			
PULL CHAUD (1)			
CHEMISES/CHEMISIERS (2)			
SURVETEMENT DE SPORT (2)			
TROUSSE DE TOILETTE			
brosse à dents (1)			
brosse à cheveux (1)			
peigne (1)			
dentifrice (1)			
savon ou gel douche (1)			
shampoing (1)			
PEIGNOIR OU ROBE DE CHAMBRE (1)			
KWAY (1)			
PAIRE DE CHAUSSONS (1)			
PAIRE DE BOTTES (1)			
PAIRE DE BASKET (1)			
CHAUSSURES			
type			
GOURDE (1)			
CREME SOLAIRE			
LUNETTES DE SOLEIL (1)			
AUTRES * DOUDOU Type:.....			

Les nombres indiqués correspondent à un trousseau pour 7 jours, n'hésitez pas à adapter le trousseau à la durée du séjour et aux habitudes de votre enfant. Faire la valise avec votre enfant est un bon moyen pour lui de reconnaître ses affaires sur place. Nous assurons le blanchissage du linge pour tout séjour d'une durée supérieure à 7 nuits