



Stage de reprise août 2019

Votre fille est inscrite au stage de reprise du mois d'août qui se déroulera selon le planning suivant.

Du lundi 26 au mercredi 29 août au camping « Le rondin des bois » à Rocles.

Activités proposées : parcours aventure, stand up paddle, canoé, trampoline, équitation, footing, mini golf, volley ball, piscine.

Hébergement : en chalet de rondins et tente, restauration en autonomie

Du jeudi 30 au vendredi 31 au gymnase Massot de 10h à 16h.

Pour ces deux jours vous devrez prévoir le pique nique de votre fille. Elle appréciera un pique nique de « sportif » et nous vous demandons de ne pas donner de chips ou autres « biscuits apéro » ainsi que des bonbons.

Nous vous remercions d'être présente à l'heure et en tenue pour courir. Nous commençons à 10h !

Attention : la présence à la totalité du stage est obligatoire si l'on participe aux 3 jours à Naussac. Si des problèmes de transport venaient à survenir, veuillez nous en avvertir afin que nous puissions organiser du covoiturage.

Coût du stage tout inclus (hébergement, restauration, activités, entraînements) : 130€

RDV lundi place de la libération à **8h15**.

Retour prévu mercredi place de la libération à 18h00.

Le déplacement sera assuré par les parents qui se sont portés volontaires selon le planning que vous trouverez ci joint.

Matériel et tenues nécessaires : (prévoyez **un sac**, pas trop gros, plutôt qu'une valise, plus simple à ranger dans une voiture ou le chalet)

Pour la nuit :

- drap, housse de couette, taie d'oreiller. (possibilité d'utiliser un sac de couchage)
- pyjama
- Trousse de toilette et serviette pour la douche.
- Éventuellement une paire de claquette/tongs pour se déplacer dans le camping.

Pour celles qui dormiront sous la tente, matelas gonflable ou mousse de camping (matériel que nous pouvons prêter si besoin, contacter Mathilde) et sac de couchage chaud ! Nous leur donnerons des couvertures en plus. Oreiller si besoin.

Pour les activités :

- une paire de baskets (pour courir, randonnée, équitation et parc accrobranche)
- 2 maillots de bain
- 1 serviette (utilisée pour la piscine et après les activités dans l'eau)
- un short confortable et pas trop court (ou un pantalon de jogging si pas chaud) pour le parc accro afin que le baudrier ne blesse pas.
- Une tenue pour courir (short ou corsaire-tshirt ou brassière).
- Un pantalon confortable pour l'équitation.

- La plage étant en cailloux, il est plus confortable d’avoir des chaussures que l’on peut mouiller, mais si ce sont des tongs on ne peut pas les garder dans le canoé. A vous de voir. On ne peut pas mettre dans l'eau les baskets avec lesquelles on court !
- Un petit sac à dos contenant une gourde pour les activités, de la crème solaire et une casquette.

Pour le séjour :

- sous vêtements et vêtements nécessaires pour 3 jours (pas 3 semaines ! Et nous n'allons pas en boîte de nuit!). Sachez qu'il fait en principe frais le matin au réveil et en fin de journée, et je l'espère chaud pendant la journée.
- Comprenant au moins : un vêtement coupe vent/ protège de la pluie, 1 polaire, 1 pantalon (privilégier quelque chose qui sèche vite), lunettes de soleil.

Nous n'avons pas besoin de matériel électronique.

Les téléphones resteront chez les parents.

La nourriture est fournie, il n'est pas nécessaire d'avoir des provisions dans son sac.

Jeux de société (pas trop encombrants) bienvenus pour la soirée.

N'oubliez pas la fiche sanitaire et l'attestation aquatique pour celles qui ne les ont pas encore rendues.

Pour nous joindre : Mathilde 06 03 13 69 68

Organisation du déplacement :

Aller

Mathilde	Maman Garance	Maman Camille M	Maman Iris	Maman Eva -Flora	Maman Eloïse	Mélissa	Maman Camille-Romane
Agathe Lilou Agathe D	Marie Garance Clotilde	Camille Mila Rose Marine	Iris Ilona Soline Agathe P	Eva Flora Albane Sarah	Eloïse Inès Evaëlle	Sacha Emilie Loïs	Camille Romane Lucie Noémie

Retour

Mathilde	Maman Clotilde	Mélissa	Maman Soline	Natacha	Maman Loïs	Maman Lilou
Agathe Camille-Romane	Clotilde Agathe P Marie Garance	Eva Flora Emilie	Albane Soline Agathe D Lilou	Sarah Evaëlle Noémie Lucie	Loïs Iris Ilona Sacha Marine	Lilou Rose Camille M Mila Agathe D

Merci aux parents de prévoir les réhausseurs pour les demoiselles qui n'ont pas 10 ans lors du stage voire 140cm/36kg. (Information qui me sera confirmée par la gendarmerie dans la semaine)

Clotilde Camille Romane, Iris, Ilona, Sacha dormiront sous tente