

STAGE ETE 2024 – SA MEAUDRE

Lundi 8 juillet au Vendredi 12 juillet 2024

Lieu – GRESSE EN VERCORS

Nicolas = 06.27.64.21.55

Vincent = 06.79.94.72.38



Proposition programme jour par jour :

		U13 / U15-1	U15-2	U16 +
LUNDI	Mat	Transport – Install Camp	Transport – Install Camp	Départ vélo Méaudre -> Gresse (étape intermédiaire au Gua)
	AM	Rando-Course et RM	Vélo Tour de Saint Guillaume et Saint Andéol	Installation camp – Rando-course
	Fin AM	Piscine	Piscine	Piscine
MARDI	Mat	Rando – Les Crêtes du Serpaton	Vélo Tour de Monestier de Clermont	Rando-Course – Les Crêtes du Serpaton
	AM	Parcours Accrobranches	Parcours Accrobranches	Vélo Tour du Trièves
	Fin AM	Sports-Co et piscine	Sports-Co et piscine	Sports-Co et piscine
MERCREDI	Mat	Randonnée journée	Randonnée journée	Randonnée journée
	AM	Le Pas des Bachassons	Le Pas des Bachassons	Le Pas des Bachassons
	Fin AM	Piscine	Piscine	Piscine
JEUDI	Mat	Rando au bord de l'eau	Vélo – Le Défi du Serpaton (montée sèche)	Vélo de Gresse à Savel
	AM	Canoë Kayak au Lac du Monteynard	Canoë Kayak au Lac du Monteynard	Canoë Kayak au Lac du Monteynard
	Fin AM	RM + bases athlé / Piscine	RM + bases athlé / Piscine	RM + bases athlé / Piscine
VENREDI	Mat	Rangement du Camp et départ en rando pour le Col Vert	Rangement, vélo en direction de Prélénfrey et départ en rando pour le Col Vert	Rangement, vélo en direction de Prélénfrey et départ en rando pour le Col Vert
	AM	Descente du Col Vert à Villard et fin de stage	Descente du Col Vert à Villard et fin de stage	Descente du Col Vert à Villard et fin de stage

Camping Gresse= Camping des 4 Saisons

<https://camping-les4saisons.com/>

LOGISTIQUE :

U13 / U15-1	Moyens	Grands	Encadrement	
Lizon	Anouk	Augustin	Vincent	Semaine
Romane	Luce	Rose	Nicolas	Semaine
Esteban	Zoé	Anja	Luc	Semaine
Matti	Annette	Juliette	Ian	Semaine
Gaspard	Antoinette	Fantine	Eric	Lun - Mar
Lucien C	Romy	Arsène	Katherine	Mer - Jeu
Lucien T	Mélie	Jules	Lionel	Lun
Martin R	Martin K	Flore	Hélène,	Jeu soir - Vend
Naël	Julia	Thibault	Margaux, Lucas, Félix	Vend
Johan	Faustine	Jolan		
Basile T	Elsa			
	Jean			
	Gabriel			
	Romain			
11	14	10	TOTAL 35 5	Jeunes Adultes

Véhicules		Aller	Retour
Bus Nico	9	Lionel	Lucas
Bus Vincent	9	Vincent	Margaux
Bus Blanc	9	Luc	Hélène
Bus Région	9	Ian	Félix
Voiture Parent	5	Eric	/
2 remorques vélo			
Total places	41		

DOCUMENTS A REMPLIR :

- Fiche sanitaire de liaison
- Attestation test natation pour activité nautique (j'ai gardé celles de l'an dernier !)
- Vérifier la présence de tout son matériel !

MATERIEL A EMMENER

	Dans le sac	Manquant
A Prévoir		
○ Papiers d'identité + 10€		
○ Attestation Nage (J'ai gardé celles de l'an dernier!!)		
○ Crème Solaire		
○ 1 lampe frontale (chargée ou avec piles neuves !!)		
○ Trousse de toilette + gel douche + serviette		
○ 1 tente pour 2 ou 3 personnes		
○ 1 duvet + matelas de sol		
○ Dinette (assiette, gobelet, bol, couverts)		
○ 1 tenue « détente » avec un gros pull		
○ 2 ou 3 tenues de sport (short – Tshirt)		
○ 1 veste type veste club		
○ 1 veste de pluie / Kway		
○ 1 petite doudoune		
○ 1 siège pliable		
Matériel Sportif		
○ Lunettes de soleil + Casquette		
○ Cordon lunettes pour les sports aquatiques		
○ 1 paire de bâtons		
○ 1 paire de chaussures de rando-course		
○ 1 vieille paire de baskets pour les activités aquatiques		
○ 1 gourde + porte gourde (+ 2ème gourde pour rando journée)		
○ Maillot de bain + serviette		
○ Petit sac à dos pour rando		
○ Barres de céréales pour les activités		
Pour les cyclistes		
○ Vélo vérifié (freins, changements de vitesse, pneus...)		
○ Matériel de réparation (2 chambres à air, pompe...)		
○ Casque, gants, tenue vélo		
○ Bidon (si possible 2)		
○ Cadenas (Avec la clé !!!)		