

PLANNING des activités

Exemple de séjour collège/lycée

NOM DU GROUPE	N° GRP	LUNDI		MARDI		MERCREDI		JEUDI		VENDREDI	
		matin	14h-17h	9h-12h	14h-17h	9h-12h	14h-17h	9h-12h	14h-17h	Journée PERFECTIONNEMENT	soir
50 élèves + 5 professeurs	1	Arrivée vers 11h Installation dans les hébergements Déjeuner avec vos propres repas froids	Initiation VTT sur les parcours de maniabilité du centre	VIA FERRATA + TYRO 170 m + RAPPEL 40 m	TRIATHLON en autonomie :	CANOE-KAYAK Travail sur plan d'eau puis descente 7 kms	COURSE D'ORIENTATION en autonomie sur le parcours permanent du centre (cartes et matériel fournis)	VIA FERRATA + TYRO 170 m + RAPPEL 40 m	Visite guidée et costumée de la Cité Médiévale de Ste Enemie	JOURNEE VELO TOUT TERRAIN Randonnée sur les Causses	
	2		VIA FERRATA + TYRO 170 m + RAPPEL 40 m	Initiation VTT sur les parcours de maniabilité du centre	Course à pied, Carabine Laser, VTT Trialisant	CANOE-KAYAK Travail sur plan d'eau puis descente 7 kms	Initiation SPELEOLOGIE HORIZONATLE	JOURNEE CANOE-KAYAK (approche du kayak - descente sur une autre partie du Tarn - découverte de l'env de la rivière)			
	3		CANOE-KAYAK Travail sur plan d'eau puis descente 7 kms	Initiation SPELEOLOGIE HORIZONTALE	COURSE D'ORIENTATION en autonomie sur le parcours permanent du centre (cartes et matériel fournis)	Visite guidée et costumée de la Cité Médiévale de Ste Enemie	VIA FERRATA + TYRO 170 m + RAPPEL 40 m	Initiation VTT sur les parcours de maniabilité du centre	TRIATHLON en autonomie:	JOURNEE VERTICALITE Escalade / Via Ferrata / Slack Line ...	
	4		Initiation VTT sur les parcours de maniabilité du centre	Initiation SPELEOLOGIE HORIZONTALE			VIA FERRATA + TYRO 170 m + RAPPEL 40 m	CANOE-KAYAK Travail sur plan d'eau puis descente 7 kms		Course à pied, Carabine Laser, VTT Trialisant	JOURNEE CANOE-KAYAK (approche du kayak - descente sur une autre partie du Tarn - découverte de l'env de la rivière)
	5		Initiation SPELEOLOGIE HORIZONTALE	CANOE-KAYAK Travail sur plan d'eau puis descente 7 kms			Initiation SPELEOLOGIE HORIZONTALE	Initiation VTT sur les parcours de maniabilité du centre	Matériel fourni	JOURNEE SPELEOLOGIE (approche de la spéléo verticale)	



Centre d'Activités de Pleine Nature
Sainte-Enemie/Gorges du Tarn

www.monsejournature.com



FÉDÉRATION FRANÇAISE
SPORTS POUR TOUS

Durée des ACTIVITES : 3 HEURES

Activités encadrées par des BEES

La spécificité de nos activités étant la pleine nature, le programme est dépendant de la météorologie, il ne peut donc pas être contractuel.