

# SEJOUR APPN

27 juin au 1<sup>er</sup> juillet  
Les Carroz d'Araches



Accompagnateurs

Mr Pécaud - Mr Perez Cano – Mme Aubrun

3 étudiants en professorat d'EPS



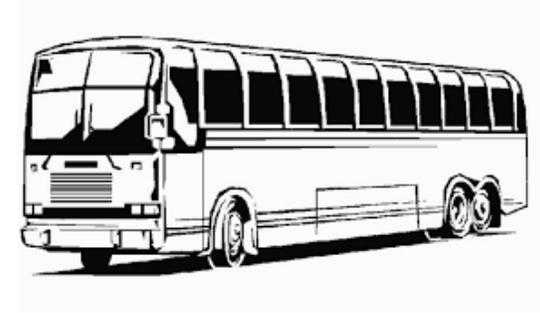
# En amont du séjour:

- 2 journée de préparation du gymnase de Vitteaux

Mercredi 15 juin de 8H30 à 16H30

Mercredi 22 juin de 8H30 à 15H30

# Lundi 27 juin



- RV 9H sur le parking à coté du collège
- Transport direction les Carroz d'Araches (prévoir le repas du midi)
- Installation dans les appartements

*Hébergement: Ternélia – Les flocons vert*

- Activité sur place animée par les accompagnateurs



# Mardi 28 juin

- **Activités: Escalade et Via Ferrata**

*Encadrement par des guides diplômés*

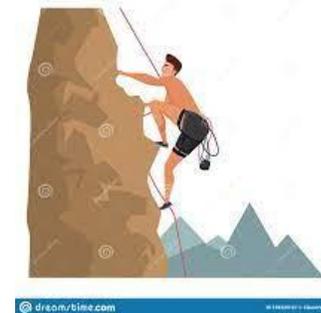
- Midi: Pique Nique (**GOURDE OBLIGATOIRE**)

- Fin d'après midi: Départ pour la randonnée

**Randonnée difficile: 1000 mètres de dénivelé sur 7 kilomètres**

**Matériel: sac à dos contenant uniquement les affaires indispensables pour la nuit + une bonne paire de chaussures**

- Repas et nuit au refuge du Grenairon (altitude: 1950m)



@dragonstime.com





# Mercredi 29 juin

- Petit déjeuner au refuge
- **Descente du refuge**
- Midi: Repas au centre d'hébergement
- **Activité de l'après-midi: Canyoning**

*Encadrement par des guides diplômés*

**Matériel indispensable:** Maillot de bain, serviette, 1 paire de chaussure pour aller dans l'eau.

Un sac aura été préparé la veille et laissé dans le bus pour que votre enfant ne transporte pas ce matériel jusqu'au refuge





# Jeudi 30 juin

- **Activités: Acrobranches et rafting**

Encadrement par des moniteurs diplômés

*Acrobranches: Indianaventures Samoens*

*Rafting: Ecolorado rafting*

**Matériel: maillot de bain et serviette**

- Midi: Pique nique





# Vendredi 1<sup>er</sup> juillet

- Rangement et ménage dans les chambres
- Midi: Pique nique
- Activité: Piscine extérieure des Carroz

**Matériel:** Maillot de bain (pas de short pour les garçons), serviette, crème solaire.

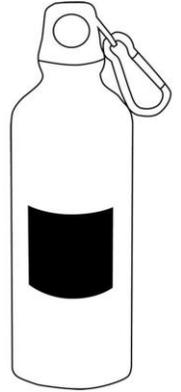


- Retour en bus avec repas du soir sur le trajet  
Arrivée à Pouilly aux alentours de 22H





# Matériel obligatoire



- 1 gourde pour le midi (eau non fournie)
- Pique-nique du lundi midi
- 1 sac à dos pour la randonnée
- 1 maillot de bain (pas de short pour les garçons)
- 1 paire de chaussures pour le canyoning (une vieille paire de basket suffit)
- 1 paire de chaussures pour les autres activités (semelle avec crans obligatoire)
- Crème solaire, lunette de soleil, casquette

Il est ensuite nécessaire d'apporter les affaires classiques pour un séjour sportif (T-shirts, shorts, jogging, sweats, sous-vêtements, chaussettes, trousse de toilette, blouson...).

Consultez la météo quelques jours avant le départ afin d'ajuster le contenu de la valise.

