

STAGE APPN – Options EPS

Le stage d'option EPS se déroulera du 15 au 17 mai 2019.

Les activités commenceront par la CO (course d'orientation) à La Forest-Landerneau et l'après-midi par les autres activités en groupe, à la Pointe de Pen-Hir (kayak, escalade et surf).

Hébergement au sein d'un site remarquable :

**Village Vacances APAS / Centre de Classe de Mer
Pointe de Pen-Hir – BP9 – 29570 CAMARET S/MER
Tél : 02 98 27 93 14**

Programme prévisionnel

Mercredi 15 mai

8h : Départ - 2 rue Mirabeau, en tenue de sport
Course d'orientation à La Forest-Landerneau
Pique-nique – Départ Camaret
Escalade, kayak, surf ou paddle
19h : repas – Installation dans les chambres

Jeudi 16 mai

8h : Petit-déjeuner
9h : Début des activités - Escalade, kayak, surf ou paddle
19h : Repas

Vendredi 17 mai

8h : Petit-déjeuner
9h : Début des activités - Escalade, kayak, surf ou paddle
13h : Déjeuner - Rangement
16h30 : Arrivée 2 rue Mirabeau.

PREVOIR

1. 1 pique-nique pour les externes le 15 mai à midi (panier repas fourni pour les ½ pensionnaires et les internes).
2. Des vêtements de rechange pour 3 jours
 - Chaussures de sport pour le kayak
 - Vêtements de pluie pour l'escalade et la CO
 - Pantalon de survêtement pour la CO
 - Vêtement prêt du corps pour l'escalade (bannir les vêtements amples)

En fonction de la météo : Crème solaire et maillot de bain

3. 1 duvet, 1 drap housse, un protège oreiller
4. Eviter d'apporter des objets de valeur, les professeurs déclinent toute responsabilité en cas de vol.

Pour effectuer ce stage, il est impératif de fournir

1. Une attestation «savoir nager», certifiée par un maître-nageur sauveteur (*exception faite pour les lycéens ayant suivi l'enseignement de la Natation en seconde ou première et ayant été évalué*).
2. Le règlement financier du stage, (**30 €** d'acompte déjà versé + **80 €** à l'ordre de *l'association sportive ccp 107351H*).
3. L'autorisation parentale complétée et signée.

Ce stage est avant tout un lieu et un temps d'apprentissage des règles de vie en collectivité et des règles pour agir avec efficacité, dans les activités physiques de pleine nature, en toute sécurité. Le règlement interne de l'établissement s'applique.

En espérant que ce stage corresponde à vos attentes.

Les profs d'EPS encadrant l'option