

SEJOUR ASUC ET SENTENAC

6^{eme}

PROGRAMME :

1^{er} jour = rendez-vous au parking du collège à 8h30, départ en car à 09h et transfert vers la vallée de Vicdessos. Installation sur le centre. Pique-nique. L'après-midi une classe sera en course d'orientation pendant que l'autre classe sera sur un parcours accrobranche. Soirée diaporama sur le milieu montagnard.

2^e jour = randonnée avec guides autour du Port de Lers

3^e jour = matinée course d'orientation pour une classe et parcours accrobranche pour l'autre classe.

Après-midi visite de la grotte de Lombrives.

Retour pour 19h00 sur le parking du collège.

EFFETS PERSONNELS : (en montagne, en cette saison les températures vont de 0° le matin à 25 l'après midi).
Donc prévoir des vêtements chauds et imperméables en cas de pluie ou neige.

- _ Anorak et K-way
- _ 1 paire de chaussures de marche pour la montagne (recommandée, des bons tennis peuvent suffire).
- _ 1 paire de basket (**2 paires de chaussure en tout, c'est indispensable !**)
- _ 2 pantalons et 2 pulls
- _ Des tee-shirts et un short
- _ des sous-vêtements et chaussettes (un change par jour)
- _ une serviette de toilette et le nécessaire de toilette.
- _ un petit sac à dos pour les déplacements en journée (**impératif !**)
- _ un petit cahier de brouillon, des stylos et crayons
- _ une gourde d'eau
- _ une casquette et de la crème solaire
- _ une paire de jumelles pour ceux qui peuvent en emprunter
- _ si votre enfant prend des médicaments, joindre l'ordonnance et confier l'ensemble aux professeurs.
- _ pour les asthmatiques, avoir toujours sur soi sa ventoline ou équivalence.
- _ **un drap housse pour protéger le matelas puis un drap du dessus ou un sac de couchage et taie d'oreiller (il y a au centre des couvertures et oreillers).**

Uniquement en cas d'urgence :

Centre de Montagne J et J Nayrou
09220 SUC ET SENTENAC
05 61 64 88 26

Dès notre arrivée nous téléphonerons au collège qui mettra les informations sur l'ENT.

Pour de plus amples renseignements n'hésitez pas à contacter un des professeurs.

Ci-joint et à remettre avant le départ : une fiche de renseignements médicaux ; n'oubliez pas de remettre l'attestation d'assurance au professeur principal.