

Stage Ados Perfectionnement Jura du 23 au 27 aout

Le CT69 de la FFME vous propose un stage perfectionnement pour les ados dans le Jura pendant 5 jours. Pour clôturer l'été, viens te perfectionner à l'escalade en falaise, tout en profitant de la saison estivale 😊 !

Au programme : la découverte de plusieurs falaises comme Mirebel, les 3 Commères à Morbier, Chambly ; des baignades dans le lac de Chalain. Hébergement au *camping du gît* à Montigny-sur-Ain en plein Jura sauvage. Sans oublier du fun et du soleil 😊 !!



Age : U14-18

NIVEAU : Autonome en moulinette, niveau 5b/c requis (passeport jaune recommandé)

ENCADREMENT : Malik-Arthur DARDARI (DE Entraînement Escalade), Alexis SAINTE-CROIX (DE Entraînement Escalade)

BUDGET : 350€ par inscription,

Règlement par virement bancaire au moment de l'inscription en ligne. Pensez à demander si vous pouvez être aider par votre CE ou la CAF.

Nombre de place limité à 15 inscrits. 10 participants minimum pour maintient du stage. Pour plus de renseignements, contactez par mail : m.derdari@ffme69.fr a.saintecroix@ffme69.fr

Un point sur le programme :

- Rendez-vous le lundi 22/08 entre 8h et 8h15, au siège du CTFME69, [2 rue Stéphane Déchant 69350 LA MULATIERE](#),

Point matériel, chargement, puis départ 8h30. Trajet jusqu'à Lans-Le-Sonniers où nous ferons des courses. Puis direction installation au camping du git (Monnet le Bourg, 7 Chemin du Git, 39300 Montigny-sur-l'Ain). Pique-nique au camping puis direction un des sites d'escalade proche du camping.

Mardi : Grimpe aux 3 commères puis baignades Lac de Chalain

Mercredi : Repos des doigts = rando le mercredi Rando à la Dôle (ou visite fort des rousses si pluie) + baignade au retour

Jeudi : Grimpe aux 3 commères ou Chambly en fonction de la progression + baignade lac de chambly

Vendredi : Rangement camping puis Grimpe à Mirebel et départ entre 14h30 et 15h

-Retour le vendredi 26/08, aux alentours de 17h/17h30 au comité.

Le programme peut évoluer en fonction de la météo, une visite de monument ou musée sera organisé en cas de forte pluie (fort des rousses).

Matériel : Voici une liste (non exhaustive) du matériel nécessaire au stage

- Un pique-nique pour le repas du midi du premier jour !

- Matériel de camping :

* Tentes : Attention, cette année, les consignes sanitaires nous imposent une tente par personne ou éventuellement une tente 3 places pour deux. Vous avez dans la liste des destinataires de ce mail les contacts des participants au stage, merci de vous organiser pour que nous puissions respecter ces consignes.

* Duvets, affaires de toilette (brosses à dents, savon etc..).

Popotes (assiettes + couverts de camping)

Pensez à prendre des vêtements chauds et de pluie.

Maillot de bain.

* Pensez à vos masques pour les trajets, ce sera obligatoire. + Crème solaire/casquette/lunette de soleil

- Matériel d'escalade :

*Obligatoire : chaussures fermées pour les marches d'approche, chaussons d'escalade, élastiques si cheveux longs

*Facultatif : Baudriers, appareils d'assurance, casques, dégaines, sac à pof (+ brosse à cailloux),

- Bonus :

Livre / jeux de société / jeux de plein air

Appareil Photo

Argent de poche 20€ MAX (A mettre dans une enveloppe avec son nom ou un portefeuille)

Un grand SOURIRE ! 😊

Téléphones encadrants du stage :

DERDARI Malik-Arthur 0672322982

SAINTE-CROIX Alexis 0688312120