



Week End "Neige et Chien de Traineau"
Du Vendredi 14 Février au Dimanche 16 Février 2020

Lieu du séjour : Gîte de la Semine, 01130 Echallon

Départ : Vendredi 14 Février à 18h
Parking IME Le Prélion
27-25 Route de Lent
01960 PERONNAS
(arrivée gîte 19h15)



Retour : Dimanche 16 Février 2020, 17h00
Parking IME Le Prélion
27-25 Route de Lent
01960 PERONNAS
(Départ Giron prévue à 16h00)

CONTACT LORS DU SEJOUR : Rémi FAVRE 07 82 41 30 07

Hébergement et Restauration : Gîte de la Semine

- **Caractéristiques :**
 - Au rez-de-chaussée vous disposez d'une cuisine, d'une salle à manger, d'un petit et un grand salon.
 - A l'étage, vous trouverez les 11 chambres de 2 à 4 personnes et les sanitaires.
 - 5 WC plus douche et lavabo dans chaque chambre.



Les activités motrices réalisées (adaptation du programme en fonction des conditions climatiques) :

- « **Glisse** » : plusieurs ateliers autour de la luge, permettant à la fois de travailler l'équilibre dans la neige entre *se laisser glisser, tirer la luge, tirer quelqu'un, utiliser la luge pour réaliser un jeu...etc.* Réaliser les ateliers seul ou avec aide.
- « **Chien de traineau** » : baptême de chien de traîneau et approches des chiens en avant et après l'activité.
- « **Marche et nature** » : une promenade autour du gîte et sur les pistes de raquettes autour de la station Giron 1000.

Siège : 27/25 Route de Lent, 01960 PERONNAS

Tél. : 06.29.61.75.17 - 07.82.41.30.07 – Email : cd.sportadapte01@gmail.com / r.favre.cdsa01@gmail.com – site Web : www.sportadapte01.com

Agrément Jeunesse et Sport - Membre du Comité Départemental Olympique et Sportif de l'Ain

Affilié à la Fédération Française du Sport Adapté

Trousseau de départ demandé : (liste minimum)

- Trousse de toilette complète (dentifrice, brosse à dent, gel douche, shampoing, peigne, ainsi que rasoir et mousse à raser pour les hommes)
- Protections spécifiques *si besoin (individuelle, alaise, ...)*
- 1 gant de toilette, 1 serviette de bain et 1 serviette de toilette
- 1 tenue de neige (pantalons imperméable, veste imperméable ou combinaison ski)
- 3 pantalons
- 3 T-shirt ou maillot
- 3 Sweat-Shirt ou Pull
- 1 veste chaude
- 1 Pyjama
- 1 paire de chausson
- 1 paire de basket ou chaussure légère
- 3 slips ou caleçons
- 4 paires de chaussette
- Un tube de crème solaire
- Pilulier comprenant le traitement médical si besoin pour la totalité du séjour (accompagné d'une copie de l'ordonnance)
- 1 jeu de drap (drap housse + drap)
- Argent de poche (facultatif, prévenir les accompagnateurs au départ du séjour)
- Appareil photo (facultatif)
- Oreiller (facultatif)

Matériel spécifique pour la pratique des activités à prévoir :

- Chaussures de randonnée ou bottes de neige
- Bonnet ou casquette chaude
- Une paire de gants
- Une paire de lunette de soleil
- Une veste imperméable et une tenue chaude
- 1 sac à dos

ATTENTION :

Pour que chaque sportif puisse participer au week-end, le dossier d'inscription devra être complet au plus tard la semaine du départ, règlement des arrhes ou de la totalité du séjour effectué.