

FFCT
COMITE DEPARTEMENTAL DE L'AIN

SAINT SORLIN 2018

SEJOUR JEUNES STAGE PERFECTIONNEMENT VTT

Du Dimanche 21.10.201 Au Mercredi 24 .10. 2018

Correspondant CoDep01 :
Claude COURTY / Jean-Luc DURON
Tél : 04 78-55-65-58 – 04 78 55 69 88
Port : 06 21-41-39-81 – 07 88 13 11 95

PRESENTATION DU **SEJOUR**



Objectifs du séjour :

Savoir :

- Pratique du VTT en toute sécurité. (Maîtrise, endurance, entraide).
- Gérer ses efforts, respect de l'environnement.
- Parcourir des moyennes et longues distances.
- découvrir le milieu (faune, flore, intérêt touristique et historique des sites).

ENCADREMENT

- Claude COURTY Moniteur VTT responsable séjour Codep 01
- Jean Luc DURON Moniteur VTT Directeur du stage
- Jean Noël GRANDCLEMENT Moniteur VTT (ECHB)
- Gérard BONELLI Moniteur VTT (Misérieux)
- Jean-François LAURENT Moniteur VTT (Yenne)
- Pierre ROUX Moniteur (Belley)
- Yves DAMELET Moniteur (Belley)
- Alain TRIBOUT Initiateur VTT (Misérieux)
- Danielle GUILLEMOT Monitrice VTT (Bourg en Bresse)
- Damien SANFRATELLO Initiateur VTT (Miribel)

Il peut y avoir des modifications dans l'encadrement, certains éducateurs ne connaissent pas encore leur disponibilité. En cas de défection ils seront remplacés par des personnes de qualification équivalente.

HEBERGEMENT :

Centre : Château St Sorlin 10 Place de la halle 01150 St Sorlin en Bugey

Chambres de 4 personnes.

Prévoir : drap housse + taie de traversin et duvet (les couvertures sont fournies).

Nécessaire de toilettes plus serviettes.

Salle de réunion avec projecteur, salle de jeux, ping-pong (balles et raquettes non fournies).

Centre d'hébergement agréé Jeunesse et Sports. N° 000102944SP000113

INSCRIPTIONS :

Le nombre de participants est limité à 60 jeunes par les règles d'encadrement en vigueur pour cette activité. Ce stage s'adresse aux jeunes de 10 à 18 ans (2008 à 2000) Les jeunes devront avoir au minimum une année passée dans une école cyclo et un avis favorable de leur encadrant habituel. Si le nombre de demande est supérieur, une sélection pour chaque club sera appliquée en fonction de leur participation aux différents critères et sorties organisés par le Codep.

Inscription à l'aide de l'Autorisation parentale à remplir et à retourner à votre club qui transmettra au correspondant avant le 6 octobre 2018.

Une information complémentaire (fiche sanitaire de liaison) sera demandée aux inscrits. La licence FFCT est obligatoire.

PRIX :

135 € par participant pour l'ensemble des prestations

REPAS : Ils sont pris au restaurant du LYCEE.

Le TRANSPORT est assuré par les responsables des écoles ou les parents ;

Les frais de transport sont pris en charge par le codep. IK par véhicule de 5 personnes (1 adulte + 4 jeunes)

Rendez-vous « Lycée de St Sorlin » le 21 octobre 2018 à 17H30.

MATERIEL :

Chaque participant fournit son VTT en bon état de marche .Il est indispensable que les vélos aient subi un contrôle rigoureux avant le départ. Il est demandé à chacun de se munir **d'une patte de dérailleur + maillon rapide** et de sa trousse personnelle de réparation habituelle et adaptée au vélo.

Le port du casque est obligatoire. Avant le départ bien vérifier l'état du casque.

PREVOIR au minimum :

- 2 tenues pour le VTT avec au moins 2 paires de gants longs et 2 paires de chaussures.
- 1 vêtement de pluie et 1 vêtement chaud.
- 1 tenue de ville type survêtement.
- 1 paire de chaussures type sport ou détente pour mettre à l'intérieur des locaux.
- 1 pyjama et 1 nécessaire de toilette (**les sprays en tout genre sont interdits**).
- **Les smartphones ou tablettes sont sous l'entière responsabilité des parents, nous les déconseillons fortement, leur utilisation sera interdit lors des activités collectives.**
- 1 Frontale ou lampe
- 1 petit sac à dos pour les randonnées (barres de céréales, trousse de réparation, vêtements, k-way)

ACTIVITES VTT:

- 5 groupes de niveau seront constitués et fonctionneront de façon autonome. Chacun trouvera un groupe de sa force avec la possibilité de changer de groupe.

Dimanche 21/10/18 :

⇒ Mise en place des chambres, réunion d'informations pratiques des lieux « consignes de sécurité ».

⇒ Le soir, repas pris en groupe. Mise en place des groupes niveau (5). Informations du programme du séjour.

Lundi 22/10/18 :

⇒ Matin : départ pour une randonnée Groupe 4-5 –Maniabilité Gr 1

⇒ Visite des Grottes de la Balme Gr 2 et 3 + ½ Gr 5.

⇒ Après-midi : circuit ludique, distance en fonction des groupes de niveau. Maniabilité Gr 2.

⇒ Le soir, repas en groupe, puis soirée avec bilan sur l'après midi VTT, impression des thèmes et des exercices mise en place dans les différents groupes, préparation des circuits et programme de la journée suivante, animations (jeux de société, baby, ping-pong, vidéo).

⇒ En fonction du temps une sortie Nocturne est prévue le lundi 22 ou le Mardi 23/10.

Mardi 23/10/18 :

⇒ Visite des Grottes de la Balme Gr 1 et 4 + ½ Gr 5.

⇒ Stage maniabilité, Gr 3 le matin, Gr 4 groupe l'après-midi.

⇒ Après-midi : circuit ludique, distance en fonction des groupes de niveau.

Le soir, après le repas, bilan de la journée, programme du mercredi, animations (jeux, vidéo, film...).

Mercredi 24/10/18 :

⇒ Départ pour une randonnée par groupe de niveau, journée avec pique-nique « pom-track »

⇒ Stage maniabilité, matin Gr 5..

⇒ APM : Petite randonnée au bord des rives du Rhône. Jeux divers dans le « pom track » de Sault Brenaz. Débriefing du séjour.

⇒ Vérification des locaux (propreté- rangement). Départ prévu 16h/16h30.

REGLEMENT INTERIEUR

Tous les participants par leur inscription s'engagent à respecter les règles de vie ci-dessous

- Chaque participant devra respecter la discipline de groupe.
- Chaque participant devra suivre les consignes des responsables.
- Sur le terrain, en descente et pour des raisons de sécurité, il sera strictement interdit de dépasser le responsable qui conduira le groupe et qui restera seul juge pour effectuer les descentes à l'allure qui permettra à tous d'évoluer en sécurité.
- **Le déplacement en file indienne sera obligatoire sur route.**
- N'oubliez pas que sur les chemins vous ne serez pas seuls et que vous devez la priorité à tous les autres usagers que vous rencontrez.
- Chaque participant, par son langage ou son attitude se devra de respecter aussi bien le personnel de l'établissement que l'encadrement ou les personnes rencontrées à l'extérieur au cours des différentes sorties.
- L'usage du tabac sera strictement interdit, aussi bien en sorties extérieures qu'à l'intérieur de l'établissement.
- En cas de non respect de ces consignes, il en sera immédiatement référé aux parents et le responsable du séjour pourra exclure immédiatement le jeune qui refuserait de se plier à ces règles de vie.
- Aucun chahut ne sera toléré dans les chambres et chacun devra y respecter les règles d'hygiène et de propreté.
- **Interdiction de circuler dans le Lycée avec les chaussures de VTT.**
- La commission décline toute responsabilité en cas de vols ou de pertes d'appareils téléphonique ou autres.
- L'image que vous donnez est celle de vos clubs et aussi celle de la Fédération toute entière.
- Et enfin LA BONNE HUMEUR EST IMPERATIVE TOUS LES JOURS même en cas de mauvais temps. Qu'on se le dise !!!

A bientôt.

Pour le **retour des inscriptions avant le 6 octobre** ci-dessous mon adresse à l'attention des clubs qui se chargeront de centraliser les réponses de leurs jeunes:

Les responsables clubs présents durant le séjour devront s'assurer avant le départ qu'ils sont en possession des documents réglementaires: 1 autorisation parentale et 1 fiche sanitaire pour chaque jeune

Claude COURTY
486, rue Victor Hugo
01700 MIRIBEL
Tél : 04 78 55 65 58
Ou : 06 21 41 39 81
Email : claudio.courty@neuf.fr

Jean-Luc DURON
63, avenue du Parc
01700 MIRIBEL
07 88 13 11 95

jean-luc.duron@wanadoo.fr

FEDERATION FRANCAISE DE CYCLOTOURISME

COMITE DEPARTEMENTAL DE L' AIN

AUTORISATION PARENTALE

Je soussigné, père, mère ou tuteur légal(nom prénom) :

.....
.....

Demeurant :.....

.....
.....

Téléphone et ou portable :.....

Autorise le (ou la) jeune(nom, prénom).....

**A participer au STAGE DE PERFECTIONNEMENT VTT JEUNES organisé par le
COMITE Départemental de CYCLOTOURISME à ST SORLIN , du 21 octobre 2018
au 24 octobre 2018.**

**Les jeunes devront se conformer aux directives des encadrants et respecter le règlement
intérieur du séjour.**

*Je soussigné, père, mère ou tuteur légal,
Autorise les organisateurs à prendre toute décision concernant les soins d'urgence,
l'hospitalisation ou à faire pratiquer toute intervention chirurgicale qui s'avérerait urgente,
sur avis médical, concernant le(ou la) jeune*.....

*Je déclare sur l'honneur l'exactitude des renseignements fournis, et accepte les règlements
en vigueur pour les activités ci-dessus.*

Fait à.....*le*..... **2018**

Signature, précédée de la mention manuscrite

« lu et approuvé »