Le Comité Régional du Sport en Milieu Rural te propose, le temps d'un week-end, de venir avec tes amis et de rencontrer d'autres jeunes de ton âge du Languedoc-Roussillon.

C'est l'occasion de pratiquer des activités sportives, culturelles accompagnées de temps d'échanges et de formation dans un environnement propice aux sports de pleine nature.

Contact du Comité départemental

CDSMR Hérault

Maison Départementale des Sports
66 Esplanade de l'Egalité
34086 MONTPELLIER CEDEX 4
04.67.67.40.92
baptiste@cdsmr34.org

Contact du Comité régional

CRSMR Languedoc-Roussillon

04.67.67.40.92
languedocroussillon@sportenmilieurural.fr
lr.sportenmilieurural.fr

Avec le soutien de la Fédération Nationale de Sport en Milieu Rural, de la Région Languedoc-Roussillon CNDS

et la participation des Comités Départementaux du Sport en Milieu Rural de l'Hérault, des Pyrénées-Orientales, du Gard et de la Lozère

CRSMR Languedoc-Roussillon

04.67.67.40.92

languedocroussillon@sportenmilieurural.fr

Ste Enimie (Lozère)

Séjour régional sportif jeunes

SPÉLÉO

Pour les 11-17 ans

VIA FERRATA

CANOE SUR LE TARN

24 -26 avril 2015

UTOPIX

Organisé par le Comité Régional
Sport en Milieu Rural Languedoc-Roussillon

Programme

Vendredi 24 avril

A partir de 11h30	**Accueil sur le site d'Utopix** : ce lieu magique situé sur le Causse de Sauveterre, émerveille par son architecture d'un autre monde : tout est à observer, à découvrir, à expérimenter : une balade insolite sur une autre planète.
12h 00	*Pique-nique tiré du sac*
13h30 à 14h30	**Grand jeu pour faire connaissance**
15h – 16h30	**Visite guidée du village médiéval de Ste Enimie** avec Marie-Pierre Leroy Delmer, guide touristique.
16h30	*Goûter*
17h00	*Arrivée au Centre nature de Ste Enimie et installation*
18h - 19h	**Au Centre : débat par 2 ou 3 groupes sur 3 thèmes :** • *Etre bénévole dans une association pour un jeune, qu'est-ce que ça signifie ?* • *Comment ça se passe dans le club de jeunes de votre village ?* • *Quelle différence voyez-vous entre être consommateur et acteur dans une association en tant qu'adhérent?*
19h - 19h45	*Repas au Centre*
20h30	**Au Centre : projection du film *Réduc'trions* réalisé par les jeunes du Foyer rural de Ponteilla sur la réduction des déchets.** Comment agir ? Quel comportement dois-je avoir ? Qu'est-ce que je peux faire ?

Samedi 25 avril

A partir de 11h	**Activités de pleine nature** 9h30 à 11h30 : Au choix : **Via ferrata** ou **spéléologie** (par groupe de 10)
12h -12h45	*Repas au Centre*
14h - 16h	**Canoë-kayak pour l'ensemble du groupe**
16h	*Goûter*
17h -18h	*Temps libre*
18h -19h	Au Centre : **compte-rendu des ateliers de la veille fait par 3 personnes** (1 par groupe). Débat.
19h - 19h45	*Repas au Centre*
20h30	Animation jeux « Casino » suivie s'une soirée disco (chacun apporte ses musiques)

Dimanche 26 avril

9h30- 11h30	**Activité de pleine nature** **Course d'orientation** pour l'ensemble du groupe avec Baptiste et les jeunes du Foyer rural de Ponteilla
12h	*Repas au Centre, départ après le repas*

Renseignements pratiques

- **Lieu d'activités et d'hébergement**
  Centre d'activités de pleine nature
  Route de Florac 48210 Sainte Enimie (Lozère)
  04.66.48.53.55

- **Hébergement**
  En village de toiles sous marabouts de 8 places, montés sur dalle d'hygiène et équipés de lits et matelas. 2 blocs sanitaires avec dans chacun 5 douches, 8 WC, lavabos à proximité.

- **Toutes les activités** sont encadrées par des moniteurs techniques diplômés, le matériel spécifique à chacune d'elles et le transport sont assurés par le Centre.

- Le test d'aisance aquatique (certificat de natation) attestant la capacité de pouvoir s'immerger et nager **est obligatoire**.

- **Ne pas oublier:**

☐ Pique-nique du vendredi midi
☐ Sac de couchage très chaud + oreiller
☐ Linge de toilette
☐ Vêtements de rechange, des chaussures pour aller dans l'eau
☐ Test d'aisance aquatique
☐ Musiques
☐ Une gourde

FICHE D'INSCRIPTION

à retourner avant le 31 mars 2015 à votre Comité Départemental

Nom : ..... *Prénom* : .....
Date de naissance : ..... /..... /.....Sexe : F ☐ M ☐
Adresse :.....
.....
Tél : 04. ..... ou 06.....
Email : .....
Adhérent au Foyer Rural ou association de :
.....
N° de carte FNSMR :.....
(carte d'adhésion au sport en milieu rural obligatoire)
Régime alimentaire spécifique : .....
Choisir une activité :
via ferrata ☐ spéléologie ☐

Autorisation Parentale

Nom, Prénom et Qualité du responsable légal du mineur:
.....
En cas d'urgence prévenir :
.....
Tel : 04. ..... ou .....
Je soussigné(e), Père, Mère, Tuteur, du mineur
.....
autorise le directeur du séjour à faire soigner mon enfant et à faire pratiquer les interventions d'urgence, selon les prescriptions du corps médical consulté.

J'autorise ☐ Je n'autorise pas ☐ les prises de photos et leur diffusion à des fins représentatives des activités du CRSMR Languedoc-Roussillon.

Règlement : ..... € (aucune inscription ne sera prise en compte sans le règlement)
Chèque n° ..... *Signature :*

PARTICIPATION DEMANDEE PAR LE CRSMR : 50 €

(dont aide du Comité Départemental : 50€)
Aide CAF aux loisirs possible