



CAMPS D'ETE

ESCALADE et AVENTURE 12-15 ANS

Une semaine dans les montagnes, avec l'aventure comme plat principal, accompagnée de nombreuses activités comme: l'escalade en falaise, le radeau sur lac, la survie en montagne, les chiens de traineau d'été, les jeux en forêt, du canyoning aquatique.



DÉROULEMENT DU CAMP

INFO: les activités et/ou les plannings journaliers peuvent être adaptés en fonction de la météo.

Jour 1 (lundi): Jeux de rencontre, escalade en salle

Jour 2 (mardi): Escalade en falaise, activités extérieures

Jour 3 (mercredi): Canyoning, escalade en falaise

Jour 4 (jeudi): Jeux extérieurs, contest de cuisine

Jour 5 (vendredi): Escalade en falaise, radeaux sur le lac

Jour 6 (samedi): Escalade en falaise

DATES & HÉBERGEMENT

SEMAINE 1 Premier jour: **lundi 06.07.'20** → Dernier jour: **samedi 11.07.'20**

SEMAINE 2 Premier jour: **lundi 13.07.'20** → Dernier jour: **samedi 18.07.'20**

SEMAINE 3 Premier jour: **lundi 10.08.'20** → Dernier jour: **samedi 15.08.'20**

SEMAINE 4 Premier jour: **lundi 17.08.'20** → Dernier jour: **samedi 22.08.'20**

Durée: 6 jours

Hébergement:

- Semaine 1, 3 & 4: Chalet de colonie en Gruyère, Cerniat
- Semaine 2: Chalet en montagne "terre rouge", aux pieds des gastlosen

RENDEZ-VOUS

DÉPART 1^{er} jour

Heure: 09h00 du matin

Lieu: Salle d'escalade "L'entrepôt", rue de l'étang 25, 1630 Bulle

RETOUR dernier jour

Heure: 17h00 le soir

Lieu: Salle d'escalade "L'entrepôt", rue de l'étang 25, 1630 Bulle



LIEUX

Lieux des activités:

Escalade: Gastlosen et falaises en gruyère

Canyoning: Montbovon, Gruyère

Radeaux sur lac: lac de la gruyère, Morlon

Autres activités: Région de la Gruyère

TRANSPORT VERS ACTIVITÉS

Organisé par "Pure Adventure"

- Façon: par minibus et/ou voitures de pure adventure

REPAS

Pension complète

- **Petit déjeuner:** Muesli, céréales, pain, yaourt, fruits, jus, lait, oeufs,...
- **Pique-nique:** pain complet avec fromage, charcuterie & légumes (salade, tomates, carottes), biscuits & fruits
- **Dîner:** des repas sportifs et sains avec beaucoup de légumes, protéines et énergie.

ATTENTION: VEUILLEZ NOUS PRÉVENIR DE TOUTE ALLERGIE ET/OU INTOLÉRANCE ALIMENTAIRE DE VOS ENFANTS

PRIX DU CAMP

Prix par personne: 550 CHF

INCLUS

- Enseignement pendant les activités par des moniteurs qualifiés
- 24h sur 24h d'accompagnement
- Transport
- Repas
- frais d'hébergement
- matériel d'escalade commun (cordes & dégaines)

PAS INCLUS

- Matériel privé
- Assurance accident, maladie
- Assurance d'annulation

PRÉREQUIS

PRÉREQUIS SPORTIFS

- Pour les semaines 1, 3 & 4: Aucune connaissance préalable mais une expérience de base en escalade est un avantage (p.e. cours d'initiation en salle).
- Pour la semaine 2:
 - Une connaissance de base en escalade est demandée (autonome en tête) et c'est important de savoir que le niveau physique de la semaine 2 est plus élevé
 - 20 minutes de marche inclinée pour arriver au chalet
 - Une moyenne de 2h de marche intense par jour



PRÉREQUIS ADMINISTRATIFS

- Le "Formulaire de participation" doit être signé par les parents ou responsables légaux du participant et remis aux moniteurs au plus tard le 1er jour de camp.

À AMENER

Matériel personnel "escalade"

- Baudrier d'escalade
- Chaussons d'escalade
- Casque d'escalade

REMARQUE: Les participants peuvent louer ou acheter leur matériel d'escalade aux salles d'escalade "LANIAC ESCALADE" ou "L'ENTREPÔT" à Bulle avant le début du camp (avec un rabais de 50%)

Matériel personnel "autre"

- Vêtements chauds: pull / fleece, doudoune, bonnet, gants,
- Veste imperméable
- Vêtements sportifs: shorts, t-shirts
- Chaussures de marche / montagne
- Petite pharmacie privée
- Gourde de min. 1L (ou 2 petites gourdes) / thermos
- Sac à dos (min. 30L)
- Sac de couchage (préférentiellement 4 saisons)
- Sac à viande
- Maillot de bain & Linge
- Brosse à dent
- Savon & dentifrice
- **Services, assiette, bol, gobelet, fourchette, cuillère, couteau**

ATTENTION: les jeunes doivent être capables de porter leurs affaires jusqu'au chalet de camp, prévoyez donc un sac pas trop grand, et de préférence un sac à dos (pas de valise à roulette!)

Administration

- Carte d'identité (copie à avoir sur soi)
- Carte d'assurance maladie (copie pour le bureau)
- Attestation de l'assurance accident (copie pour le bureau)
- Formulaire de participation (à remettre aux moniteurs au plus tard le premier jour de camp)

Autre

- Pique-nique pour la première journée !
- Une deuxième paire de chaussures qui peut devenir très mouillées pour le canyoning (des chaussures de montagne, ou des baskets solides)