



STAGE DE LA TOUSSAINT 2010



Dates : Du Lundi 25 au Vendredi 29 octobre 2010

Lieu : Saint-Genest Malifaux au Gîte d'étape de « La Croix de Garry »
(Route de Marlhès, à la sortie de St-Genest-Mlfx)



Rendez-vous :

Sur place, le 25 octobre à 11h.

Fin de stage le 29 octobre vers 15h. **Prévoir un pique nique** pour le lundi 25 à midi.

Téléphone :

Il est possible de se faire appeler sur place au 04-77-51-85-17

Tarif :

Une somme de 55 Euros par personne est demandée pour les 5 jours (4 nuitées).

Pour ceux qui ne souhaitent passer qu'une ou deux journées, le prix est de 15 Euros par jour (Merci de prévenir)

(**Tournez SVP =>**)

Personnes concernées :

Athlètes minimes et plus âgés (orientés vers le demi-fond, désireux de s'entraîner et de participer aux compétitions cet hiver).

Entraîneurs, dirigeants, et tout autre accompagnateur (notamment pour des aides ponctuelles aux tâches collectives (cuisine surtout)).

Fonctionnement :

Nous serons donc seuls à organiser notre séjour, ce qui implique une grande responsabilité de votre part, à la fois pour ce qui concerne la discipline, mais aussi pour toutes les tâches collectives. Votre investissement et vos idées pour animer notre séjour seront également les bienvenus...

Dans l'immédiat, il est prévu que nous nous entraînions les matins, pour laisser les après-midi disponibles pour d'autres activités (A voir selon possibilités, programme ou inspiration... mais idées bienvenues).

Restauration :

Les repas sont cuisinés par nous-mêmes.

Veillées :

Elles se feront en commun. **Prévoyez des jeux, beaucoup d'idées, et de la bonne humeur.**

Détente :

Des horaires spécifiques sont prévus pour travailler ou se détendre.

Prévoir :

Pique nique du lundi midi

Affaires d'entraînement (2 paires de baskets, pointes, K-Way, vêtements chauds...) surtout si mauvais temps – Vêtements qui ne craignent pas trop (pour Course d'Oriente, raid ...) - Nécessaire de toilette – Duvet + housse de traversin - **Pantoufles** - Jeux pour veillées et temps libre - Lecture - Vidéos (divx) - Travail scolaire... et Multicrêpes party (contacter Emeric si vous en avez un et que vous pouvez l'amener).

Date :

Signature :

Je soussigné M.....
autorise mon fils, ma fille.....
à participer au stage de St Genest Malifaux du 25 au 29 octobre 2010.
Ci-jointe, la somme de Euros
(de préférence par chèque à l'ordre du FAC Andrézieux)