EXPLOR' ADOS
2023

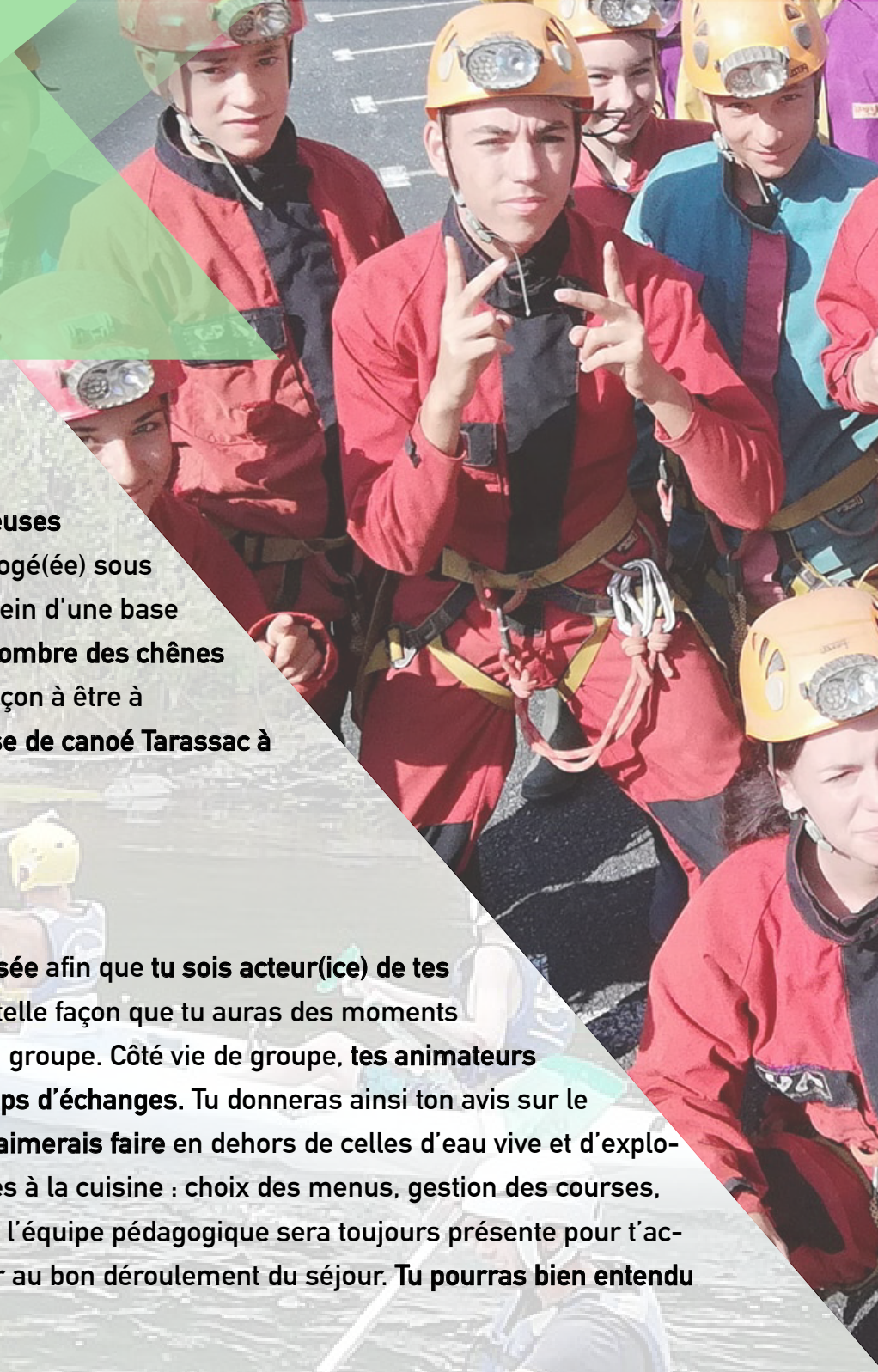


12-16 ANS | 490 € / 8 jours |

09/07 au 16/07 2023
16/07 au 23/07 2023
23/07 au 30/07 2023

Amitié Cévenole - Officiel | http://www.amitiecevenole.com

SÉJOURS
12-16 ans 2023



Où ?

La vallée de l'Orb est réputée pour être un spot particulièrement adapté à **la pratique de nombreuses activités sportives et de pleine nature**. Tu seras logé(ée) sous des tentes collectives "marabouts équipés", au sein d'une base de pleine nature **en bordure de rivière située à l'ombre des chênes** verts et des mimosas. Le camp est installé de façon à être à proximité d'une cuisine d'été équipée, **sur la base de canoé Tarassac à Mons la Trivalle.**

Le format ?

Il s'agit d'un séjour où l'**auto-gestion sera favorisée** afin que **tu sois acteur(ice) de tes vacances.** La vie quotidienne sera organisée de telle façon que tu auras des moments pour toi et des temps où tu feras des activités en groupe. Côté vie de groupe, **tes animateurs seront à l'écoute de tes envies à travers des temps d'échanges.** Tu donneras ainsi ton avis sur le fonctionnement du séjour et **les activités que tu aimerais faire** en dehors de celles d'eau vive et d'exploration. Tu participeras aux différentes tâches liées à la cuisine : choix des menus, gestion des courses, préparation des repas et vaisselle. Evidemment, l'équipe pédagogique sera toujours présente pour t'accompagner dans toutes ces démarches et veiller au bon déroulement du séjour. **Tu pourras bien entendu proposer ou expérimenter tes propres recettes !**

Les activités ?

« **Grimper**, **explorer**, se faire chahuter par le courant de la rivière ; **des sensations fortes à vivre en groupe** »
Les **activités sportives** alterneront entre activités de rivière et d'exploration.Tu auras la possibilité, de dévaler un sentier en **trottinette électrique**, de ramper et visiter des grottes souterraines grâce à une séance de découverte de **la spéléologie**. **Glissades et sauts aménagés** seront les points de départ d'une **longue descente de la rivière en canoë.** Pour vivre cette aventure à fond, cette journée sera clôturée par l'organisation d'un bivouac pour partager en groupe un grand moment de fête. Tous ces moments de sport laisseront la place à des petites randos organisées, des **grands jeux** et des **baignades surveillées**.



Incriptions : 06 18 64 14 43 | contact@amitiecevenole.com