

Ce qu'il faut apporter lors du séjour

● Vêtements :

- **1 Vêtement spécial ski** (combinaison ou pantalon de ski et anorak chaud).
- **1 bonnet**
- **1 paire de gants de ski** (chauds et imperméables).
- **1 écharpe.**
- **1 paire de lunettes de soleil de qualité (indice UV3)**, masque si mauvais temps (facultatif).
- 1 Anorak ou blouson imperméable pour l'après-ski (éventuellement k-way et gros pull).
- 1 paire de collants chauds pour les frileux et frileuses.
- 4 paires de chaussettes de ski (grosses chaussettes montantes et chaudes).
- 4 paires de chaussettes normales.
- 5 slips ou culottes.
- 5 tee-shirts à manches longues.
- 2 tee-shirts à manches courtes.
- 2 sweats ou pulls ou polaires.
- 2 pantalons (pour les trajets et les soirées).
- 1 pyjama et une paire de chaussons
- 1 paire de chaussures pour marcher dans la neige.
- 1 paire de chaussures (pour les trajets et les soirées).
- 1 sac de linge sale.

● Trousse de toilette :

- Brosse à dent - Dentifrice - Gel douche ou savon
- shampoing - Serviette de toilette.
- **Crème solaire d'indice minimum 15, écran total pour les peaux fragiles.**
- Stick à lèvres spécial ski ou soleil.

● Autre : **Nous remettre les médicaments personnels au départ du car** (s'il en prend pendant le séjour) dans une trousse à son nom et l'ordonnance médical.

● Literie : Housse de couette et taie d'oreiller.

Déroulement du séjour Montagne du 11 au 17 mars 2018

Départ de BROONS : 4h30 : Prévoir le petit-déjeuner et le pique-nique

Arrivée à ANCELLE : 18h30

Planning de la semaine :

Lundi matin	Récupération matériel de ski
Lundi après-midi	Ski
Mardi	Ski
Mercredi	Découverte du milieu montagnard, Raquettes
Jeudi	Ski
Vendredi matin	Ski
Vendredi après-midi	Retour du matériel

Journée type :

7h15-8h00 : réveil des élèves, rangement des chambres et préparation (s'habiller pour le ski et préparer ses affaires de ski : veste, gants, lunettes, crème solaire).

8h00-8h45 : Petit déjeuner, sortie des chambres et récupération des affaires de ski.

8h45-9h00 : Regroupement par groupe de niveau, passage au local matériel.

9h00-11h00 : cours de ski avec l'ESF ou avec les professeurs d'EPS

11h00-12h00 : ski avec les enseignants d'EPS et retour au chalet.

12h00-13h00 : repas du midi.

13h00-13h30 : préparation, car et passage au local matériel.

13h30- 16h30 : cours de ski avec l'ESF ou avec les professeurs d'EPS

16h30-17h30 : retour au chalet et goûter.

17h30- 19h00 : repos.

19h00-19h45 : repas.

19h45-21h00 : activité du soir (jeux, film, lecture).

21h00-22h00 : chambre.

Départ de ANCELLE : 20h30

Arrivée à BROONS : 10h30