



# STAGE JURA 2017

★ **DATES**

- Départ : mardi 18 juillet 2017 départ le matin de la Gare Routière Tignes (l'horaire sera défini ultérieurement), prévoir casse-croûte + eau
- Retour : dimanche 23 juillet 2017 retour en soirée à la Gare routière de Tignes

★ **LIEU**

- Métabief + itinérance + Base Nautique de Bellecin à Orgelet

★ **ACTIVITES SPORTIVES**

- VTT et préparation physique générale, assurés par les entraîneurs du Club

★ **MATERIEL A PREVOIR**

- VTT (en bon état et révisé) + casque + cuissard + 2 chambres à air + pompe + gants de vélo
- Chaussures de sport (2 paires si possible) + 1 paire de tongs
- Coupe-vent imperméable
- Habits chauds (type polaires)
- Maillot de bain + serviette de bain
- Spray anti-moustiques / anti-tiques
- Gourde + porte gourde
- Casquette
- Linge de toilette + trousse de toilette
- Vêtements de sport (short et pantalon de survêtement) + change et nécessaire pour 5 jours
- « Vrai » petit sac à dos (bonne tenue dos) pour sortie journée VTT (pas simplement un Camelback)
- Barres énergétiques
- Lunettes de soleil + crème solaire
- Rollers
- Lunettes de piscine

★ **INFORMATIONS DIVERSES**

- **L'autorisation de sortie du territoire pour les mineurs est obligatoire depuis le 15 janvier 2017. Le formulaire est à télécharger en ligne sur [https://www.formulaires.modernisation.gouv.fr/gf/cerfa\\_15646.do](https://www.formulaires.modernisation.gouv.fr/gf/cerfa_15646.do)**
- Au départ, remettre à l'entraîneur une enveloppe marquée au nom de l'enfant contenant : documents d'autorisation de sortie du territoire, carte d'identité, carnet de santé, attestation de la sécurité sociale (carte européenne souhaitée) et de l'assurance complémentaire.
- Signaler tout régime alimentaire, allergie, contre-indications ou spécificités concernant votre enfant. En cas de traitement médical, une ordonnance est indispensable et le traitement est à remettre directement à l'entraîneur (pas dans les sacs)
- La fiche sanitaire est à remplir uniquement pour les nouveaux membres ou en cas de modification de la précédente.
- Console de jeux et tablettes interdites.

★ **PARTICIPATION FINANCIERE**

- 185 € (37 € / nuit) en chèque (à l'ordre du CS Tignes) ou espèces.

**AUTORISATION PARENTALE + DOCUMENTS AUTORISATION SORTIE TERRITOIRE + FICHE SANITAIRE (nouveaux membres ou modif)  
+ REGLEMENT A RETOURNER AU CLUB AVANT LE 13 JUILLET 2017  
(une boîte aux lettres est aussi à votre disposition à l'entrée du Parking P3)**

**AUTORISATION PARENTALE**

Je soussigné(e) M, Mme \_\_\_\_\_ autorise mon enfant \_\_\_\_\_ à participer au stage Préparation physique à Bellecin du 18 au 23 juillet 2017 et dont le déplacement est organisé par la Section Glisse du Club des Sports de Tignes. Je m'engage à porter à la connaissance de l'entraîneur tout élément nouveau relatif à la condition physique de mon enfant qui interviendrait avant le début du stage.

Je joins le règlement d'un montant de 185 € :

Chèque       Espèces

Fait à \_\_\_\_\_, le \_\_\_\_\_

Signature :