

# SÉJOUR ADOS MONTAGNE



du 15.07  
au 18.07



Pyrénées  
Vallée d'Ossau

## MARDI 15



Départ 7h30  
en minibus



RANDO jour 1  
Pic-nic prévu par vos soins



Bivouac sous tentes

## MERCREDI 16



RANDO jour 2  
Ascension d'un sommet



Bivouac sous tentes

## JEUDI 17



RANDO jour 3  
Descente aux minibus



Bivouac sous tentes

## VENDREDI 18



Canyoning



Retour au centre à 18h

infos et réservation  
[centredeloisirs.ncy@orange.fr](mailto:centredeloisirs.ncy@orange.fr)

## TARIFS SEJOUR ADOS 2025

| QF                     | tarifs   |
|------------------------|----------|
| $0 < QF < 357\text{€}$ | 18,04 €  |
| $357,01 < QF < 449$    | 24,06 €  |
| $449,01 < QF < 621$    | 38,49 €  |
| $621,01 < QF < 794$    | 53,88 €  |
| $794,01 < QF < 820$    | 74,96 €  |
| $820,01 < QF < 905$    | 95,40€   |
| $905.01\text{€} < QF$  | 120,00 € |

# **LE TROUSSEAU**

Le jeune aura l'entière responsabilité de son trousseau. L'équipe d'encadrement décline toute responsabilité en cas de perte ou de vol.

## **A PREVOIR**

- pique-nique pour le mardi midi
- sac de couchage (assez chaud)
- sac à dos de 40 à 50 litres + sac de voyage
- gourde ou bouteille d'eau de 1L
- crème solaire !!!
- lunettes de soleil et casquette !!!
- lampe de poche
- couteau de poche
- produit anti-moustiques

## **CHAUSSURES**

- claquettes
- chaussures de montagne (obligatoire)
- chaussures en bon état type basket pouvant aller dans l'eau (canyoning)
- chaussures pour le reste du séjour

## **POUR LA TOILETTE**

savon dur, brosse à dent, dentifrice, serviette, lingettes pour toilette intime.  
Petite pharma perso (bobologie et/ou traitement particulier)

## **VETEMENTS**

- survêtement
- coupe-vent (k-way)
- affaires chaudes (polaire + bonnet + paire de gant pour les nuits sous la tente en haute montagne)
- maillot de bain + serviette

# CONTRAT D'ENGAGEMENT DU JEUNE RANDONNEUR

Juillet 2025

**Article 1 :** Je m'engage à ne pas boire d'alcool et à ne pas fumer.

**Article 2 :** Je m'engage à ne pas manger dans le minibus. Je respecte le matériel que l'on met à ma disposition.

**Article 3 :** Je m'engage à respecter les gens qui nous accueillent ainsi que toute personne effectuant un séjour en même temps que nous. Je dois faire preuve de civisme et de responsabilités.

**Article 4 :** Le soir quand les animateurs me diront de ne plus faire de bruit, je m'engage à respecter cette consigne. Je m'engage aussi à ranger mon téléphone après 22h.

**Article 5 :** Dans le cadre de sorties en autonomie, je respecte les horaires de rendez-vous ainsi que les règles fixées par les animateurs .

**Article 6 :** Je m'engage à participer à la préparation des repas et au nettoyage des gamelles et des couverts communs. Après le repas je laisse le lieu de repas propre.

**Article 7 :** Tout au long du séjour, je veille à ne pas laisser de déchet par terre, à récolter les déchets abandonnés par d'autres randonneurs, à ramener la poubelle commune et la jeter dans un container.

**Article 8 :** Je participe au montage et démontage des tentes. Je m'engage à respecter ce matériel et à le rendre dans le même état que l'on me l'a confié en début de séjour.

**Article 9 :** Je connais le programme du séjour et je participerai à toutes les activités.

**Article 10 :** Je m'engage à respecter chaque article cité précédemment.

*Signature du participant précédée de la mention «lu et approuvé»  
Nom et prénom*