

5èmes Collège Échange

Informations quant aux 2 jours APPN du 17 , 18 , 19 Mai

5 A 5C Kayak et run and bike 5B et 5D en Course d'orientation

Préambule

En raison d'une forte contrainte d'installation et en accord avec le conseil d'administration du collège ,cette semaine EPS est en réalité l'annualisation de la 3ème heure d'EPS **OBLIGATOIRE** pour tout le niveau 5ème .

Les cours commenceront tous les jours à 8h00 et se termineront à 17h.

Les 3 activités Physiques seront évaluées pour le troisième trimestre.

Le repas pour les externes est à prévoir (pique nique).

Le run and bike se déroulera sur le hallage du canal saint martin et le kayak à la base de Saint Grégoire.

La course d'orientation est prévue quant à elle sur les parcs de Villejean, Bréquigny et la Prévalaye.

Le Mercredi matin , un petit déjeuner et des rencontres de sensibilisation sur le sport de haut niveau, sur les activités à risque seront proposées.



Pour le run and bike :

- Avoir un vélo pour 2 et s'assurer de son bon état avant.
- **Un casque obligatoire par personne.**

Pour le Kayak :

Certificat du savoir nager (pour ceux et celles qui ne l'ont pas valider avec les professeur-e-s d'EPS).

- Avoir des chaussures fermées.
- Un short de bain , 2 tee-shirt de rechange , des affaires pour se doucher.
- Des lunettes de soleil , casquette et kway.



Pour la course d'orientation :

- Des affaires d'EPS, kway.



VEUILLEZ VOUS ASSURER DU BON ETAT DE FONCTIONEMENT DU VELO !!!

- freinage
- selle
- roues
- chaîne/vitesses/ dérailleur

Pour des raisons de sécurité , nous vous prions de bien vouloir remplir cette fiche (+ photocopie du savoir nager si non scolarisé au collège Echange l'année dernière)

Nom : -----Prénom : ----- Classe :5ème---

Allergie :-----Traitement en cours :-----

Nom du /de la responsable légal-e : -----

Numéro de téléphone en cas d'urgence :-----/-----/-----/-----/-----

Numéro sécurité sociale :-----

CALENDRIERS PRÉVISIONNELS

	17/10/16		18/10/16		17 Mai		18 Mai		19 Mai	
	LUNDI		MARDI		MERCREDI		JEUDI		VENDREDI	
	5B / 5D	5A / 5C	5B / 5D	5A / 5C	5B / 5D	5A / 5C	5B / 5D	5A / 5C	5B / 5D	5A / 5C
8h10	Run and Bike et Kayak	Course d'Orientation	Run and Bike et Kayak	Course d'Orientation	Ateliers : Santé Nutrition Petit dej au collège Interventions sportif-ve-s de haut niveau Activités à risque		Course d'Orientation	Run and Bike et Kayak	Course d'Orientation	Run and Bike et Kayak
12h20										
12h20 13h30	Repas/ pique-nique						Repas/pique-nique			
13h30 17h	Run and Bike et Kayak	Course d'Orientation	Run and Bike et Kayak	Course d'Orientation			Course d'Orientation	Run and Bike et Kayak	Course d'Orientation	Run and Bike et Kayak