

# 5èmes Collège Échange

## Informations quant aux 2 jours APPN du 17 et 18 Octobre ( 3 autres jours en MAI)

### 5 B 5D Kayak et run and bike

### 5A et 5C 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.



#### 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

	<i>17/05/16</i>		<i>18/05/16</i>		<i>Mai</i>		<i>Mai</i>		<i>Mai</i>	
	<i>LUNDI</i>		<i>MARDI</i>		<i>MERCREDI</i>		<i>JEUDI</i>		<i>VENDREDI</i>	
	<i>5B / 5D</i>	<i>5A / 5C</i>	<i>5B / 5D</i>	<i>5A / 5C</i>	<i>5B / 5D</i>	<i>5A / 5C</i>	<i>5B / 5D</i>	<i>5A / 5C</i>	<i>5B / 5D</i>	<i>5A / 5C</i>
<b>8h10</b>	Run and Bike et Kayak	Course d'Orientation	Run and Bike et Kayak	Course d'Orientation	<b>Ateliers :</b> Autoévaluation Santé Nutrition Activités à risque		Course d'Orientation	Run and Bike et Kayak	Course d'Orientation	Run and Bike et Kayak
<b>12h20</b>	Repas/ pique-nique						Repas/pique-nique			
<b>13h30</b>	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
<b>17h</b>										