

# Option Sport

Une fin d'année en force !

L'inflation est à la mode, les budgets familiaux craquent !

Qu'à cela ne tienne, malgré l'annulation du stage Plein-air les élèves de l'Option Sport ont mis en place un mini-stage de 3 jours **GRATUIT** !

Et voici un rapide compte rendu :

## Jour 1 : VTT Orientation

Objectif : réaliser deux boucles de 20kms en autonomie par équipes de 3-4 autour du lycée





Les vélos ont été préparés avec sérieux et tout le monde est prêt à intervenir en cas de casse !



Les équipes sont au départ : attention ! Il ne suffit pas de pédaler, il faut savoir lire une carte !



Girls' Power !





Tout le monde a survécu mais la voiture balais a bien travaillé ! 🐱

**Jour 2 : Escalade au Viaduc des Fauvettes à Bures sur Yvette**

Etape 1 : Mise en œuvre de la Formation à l'escalade en moulinette (la corde est déjà placée en sommet de voie) réalisée sur mur artificiel cet hiver en apprivoisant la hauteur supérieure et en cherchant son cheminement : pas facile ! Elles sont où les prises ?!







Les jeunes se révèlent très vite tout aussi à l'aise en hauteur que fiables à l'assurage.

Etape 2 : Initiation aux manip de Cordes- Rappel en « Fil d'araignée » de 40 mètres

Place au gaz !











Beaucoup d'émotions finalement maîtrisées après 2 descentes.

### **Place au jour 3 : Forêt des Grands-Avaux**

Course d'orientation le matin !

Certaines balises se sont perdues ! 🐾

Parkour running dans les rochers l'après-midi : place aux acrobates !









Trois superbes journées de beau temps.

L'année prochaine, il faudra finir en beauté par une journée de canoë sur l'Essonne.

Les organismes sont éprouvés mais bientôt les vacances.

A très vite, en forme !





Une bien belle journée qui promet pour l'année prochaine

Rejoins nous l'année prochaine !

L'Atelier évolue avec en plus de l'Escalade et du VTT : Course d'Orientation, Parkour, Street Work Out

Attention places limitées (retrouve la fiche d'inscription à la page ateliers et Options) !