

Horaires

Départ mardi 21/03 à 9h : être présent entre 8h40 et 8h50

Retour vendredi 24/03 vers 16h

PENSEZ à VOTRE PIQUE-NIQUE DU MARDI MIDI

Composition du bagage

- **Duvet** (taie d'oreiller, drap house fournis). Attention, pas de couverture
- K-way ou équivalent
- 1 ou 2 paires de chaussures de sport (usagées, vieilles, abîmées)
- + **1 paire de bottes**
- 6 paires de chaussettes minimum
- Tenues permettant la pratique d'activités salissantes et risquant fortement d'être endommagées (vieux survêtements...)
- Sous-vêtements en nombre suffisants
- Pyjama
- **Chaussons**
- Trousse de toilette : brosse à dents, dentifrice, shampoing, savon, 1 ou 2 serviettes de bain
- **1 gourde** ou petite bouteille d'eau (pour s'hydrater durant les activités et boire à table)
- **1 sac poubelle (pour y mettre les affaires sales de spéléologie avant de rentrer les nettoyer au centre)**

Eviter les vêtements coûteux, neufs et auxquels vous tenez.

Eviter tout objet de valeur : bijoux...



Le règlement

- Ne pas amener d'argent, il n'y a rien à acheter
- Ne pas amener d'objet de valeur
- Téléphones portables, consoles jeux vidéos, tablettes, appareils photos... interdits
- Déodorant aérosol interdit (autre déodorant : stick, bille... autorisé)
- Biscuits, barres de céréales... autorisés mais chips, (sauf pique-nique du mardi midi) et bonbons interdits pour favoriser une alimentation qui vous apportera l'énergie dont vous aurez besoin (légumes, viande, fromage, poisson, pain...)
- Tout enfant qui pose des problèmes de discipline se verra quitter le groupe en étant récupéré par ses parents sur le site d'Eymouthiers
- Tout acte de dégradation volontaire fera l'objet d'un remboursement de la part des parents
- Le gel dans les cheveux est interdit pour partir en activité pour des raisons d'hygiène étant donné le port du casque lors de nombreux sports
- Les cheveux longs doivent être attachés lors des activités
- Sèche cheveux autorisé