

# **2025 CARC camp des jeunes**

**2004-2013 du VE 25 avril 8h30 au DI 27 avril 16h 30 à Alle-Courchavon**

## **1. But du camp**

Le camp est organisé afin de permettre aux jeunes de se retrouver quelques jours ensemble pour s'entraîner, progresser en athlétisme et s'amuser. Les disciplines principales seront exercées durant les entraînements du camp.

## **2. Responsabilités**

Le camp sera dirigé par le chef de camp : Lucien Fleury. Il sera épaulé par les autres moniteurs du club.

## **3. Participation**

Le club laisse la possibilité à 20 jeunes nés entre 2004 à 2013 de participer au camp. Le jeune doit être inscrit au club pour participer au camp. En cas de surnombre d'inscrits, la participation régulière aux entraînements décidera si le jeune peut participer ou non au camp.

## **4. Inscription**

Les inscriptions seront effectuées via le site internet du club, [www.carc.ch](http://www.carc.ch) sous l'onglet jeunesse jusqu'au 15 février 2025. Une finance d'inscription de CHF 100.- sera à verser au club avant le 31 mars 2025 afin de valider l'inscription.

IBAN CH95 8080 8009 1427 6947 8 CARC 1680 Romont

En cas d'annulation de votre part, après le 11 avril 2025, les CHF 100.- ne pourront pas être reversés (sauf sur présentation d'un certificat médical). Le jeune qui sera inscrit, doit participer à la totalité du camp. En cas d'exclusion ou de blessure (point 8 et 9) un parent ou représentant légal se chargera de le ramener. Si le jeune doit quitter le camp, la finance d'inscription ne pourra pas être remboursée.

## **5. Déroulement du camp**

Le camp se déroulera du 25.04.25 à 8h 30 jusqu'au 27.04.24 à 16h. Les trajets durant le camp s'effectueront en minibus. Les athlètes ainsi que les moniteurs logeront au gîte rural de Courchavon où ils bénéficieront d'une demi/pension. Le repas de midi sera organisé par le club. Divers encas, goûters seront fournis par le club durant les journées. Les entraînements se dérouleront au centre sportif d'Alle, un village voisin. Une activité sera organisée en dehors du temps d'entraînement. Chaque participant emportera un pique-nique pour le repas du vendredi midi.

## 6. Entraînement

Les jeunes auront l'occasion de s'entraîner et progresser durant 2.5 journées. Les disciplines exercées lors du camp seront :

- Lancers
- Sauts
- Et courses sur piste

Un petit concours interne sera effectué en fin de camp. Cela a pour unique but de leur donner du plaisir à pratiquer des disciplines et les motiver à participer à des compétitions par la suite.

Nous attendons de nos jeunes une réelle motivation durant les entraînements. Une bonne attitude et un bon esprit d'équipe permettra de passer d'agréables moments sportifs.

## 7. Matériel à prendre

Les entraînements se dérouleront par tous les temps à l'extérieur. Il faudra donc prendre l'équipement en conséquence.

- Habits de ville normaux (jeans, pull etc...)
- Habits de sport pour l'extérieur et adapté à la météo
- Chaussure de sport pour la course
- Chaussure à pointe (si possible)
- Une gourde
- Veste de pluie
- Casquette
- Crème solaire
- Affaire de douche et toilette (deux linges)
- Sac à dos pour transporter des affaires de douche, lunch et habits supplémentaires
- Venir le premier jour en habit de sport
- Sac de couchage

**Un pique-nique est à prévoir pour le premier jour à midi.**

## 8. Santé

Si le jeune a un régime alimentaire les parents devront le spécifier dans l'inscription. Si le jeune doit prendre des médicaments, les parents les transmettront aux responsables de camp le premier jour. Les moniteurs auront une trousse de secours de base pour les petites blessures. Si le jeune ne peut pas poursuivre le camp, un parent devra venir le rechercher. Les athlètes blessés avant le camp ne pourront malheureusement pas être acceptés.

## **9. Comportement**

Les jeunes seront informés au début du camp des règles à respecter pour que celui-ci se déroule au mieux. Si le jeune ne respecte pas les règles de manière répétitive, il sera renvoyé du camp et un parent devra venir le rechercher.

## **10. Information**

Pour vos questions, veuillez contacter le responsable du camp

Lucien Fleury

0786103603

[Lucien.fleury@netplus.ch](mailto:Lucien.fleury@netplus.ch)