

PLANNING PREVISIONNEL AS PLEIN AIR 2023 – 2024 (Mis à jour 28/09/2023)

Le planning est basé sur des sorties « longues », deux fois par mois. Il présente des séances d'entraînement (majoritairement au départ de Peron) et des compétitions.

Il est susceptible d'évoluer au regard notamment des conditions météorologiques, des modifications du programme des compétitions UNSS.... Chaque sortie sera proposée via Doodle, d'où la nécessité d'avoir une adresse mail valide. L'élève peut faire une / plusieurs ou l'ensemble des sorties.

Date	Activité	Lieux	Horaires	Remarques
27/09/2023	Run and Bike	Peron	13h-16h	Un vélo pour deux élèves. Penser à avoir une bouteille d'eau, deux casques si possible. Tenue adaptée à la météo et à la course à pied.
11/10/2023	VTT n°1	Peron	13 - 16h	Un VTT par élève, casque obligatoire, tenue adaptée à la météo. Difficulté facile, léger dénivelé.
8/11/2023	VTT n°2	Peron	13 - 16h	Un VTT par élève, casque obligatoire, tenue adaptée à la météo. Difficulté moyenne, un peu de dénivelé.
22/11/2023	<i>Cross Country départemental</i>	Chatillon-sur-Chalaronne (01)	A définir	<i>Ouvert à l'ensemble des AS (pas uniquement le Plein Air). Places limitées.</i>
06/12/2023	Sortie à fixer	Peron	13h-16h	En fonction des conditions météorologiques et des précédentes sorties (pluie, neige, boue, soleil...) : Course d'Orientation / VTT / Trail / Randonnée....

20/12/2023	Compétition Trail Nocturne	A définir entre Belignat et Contrevoz	17h-20h sur place, bus à fixer	Nombre de place limitée. Les précisions sur l'organisation (horaire...) seront communiquées par la suite.
17/01/2024	Ski de fond 1	La Vattay	12h – 17h environ	Possibilité de location de matériel sur place. Transport en bus au départ de Péron. Nombre de place limité.
24/01/2024	Ski de fond 2	La Vattay	12h30 – 18h30	Possibilité de location de matériel sur place. Transport en bus au départ de Péron. Nombre de place limité.
31/01/2024	Sortie Ski Alpin	Le Grand Bornand	Journée complète	Attention : la sortie concerne l'ensemble des élèves de l'AS et non uniquement le Plein Air. Nombre de place limité. L'élève doit avoir son matériel (dont le casque), pas de débutants
7/02/2024	Ski de fond 3 + <i>Initiation Biathlon</i>	La Vattay	11h30 – 18h30	Possibilité de location de matériel sur place. Transport en bus au départ de Péron. Nombre de place limité.
Fevrier 2024	Course d'Orientation 1	Peron	13h-16h	Tenue adaptée à l'évolution en forêt, souvent hors des sentiers (Basket, pantalon pratique pour la cours, tenue adaptée à la météo) + <i>bouteille d'eau</i> + <i>grignotes</i> . (Pas de limite de place, s'inscrire via Doodle pour anticiper l'organisation).

Mars 2024	Course d'Orientation 2	Vulbens	13h-16h30	Tenue adaptée à l'évolution en forêt, parfois hors des sentiers (Basket, pantalon pratique pour la course...
Avril 2024	VTT n°3	Peron	13h-16h	Un VTT par élève, casque obligatoire, tenue adaptée à la météo. Difficulté moyenne, léger dénivelé.
15/05/2024	Entrainement Raid Multi-activité	Peron	13 -16h	Nombre de place limitée. Prendre un pique-nique. Les précisions sur l'organisation (horaire...) seront communiquées par la suite. Savoir nager obligatoire.
22/05/2024	<i>Raid des collégiens</i> <i>(Trail, Canoé, Run and Bike, Course d'Orientation...)</i>	Val-Revermont	A définir	
Juin 2024	Sortie à fixer	Peron	A définir	En fonction des conditions météorologiques et des précédentes sorties : Course d'Orientation / VTT / Trail / Randonnée....
Juin 2024	Sortie fin d'année AS	A définir	A définir	<i>Attention : la sortie concerne l'ensemble des élèves de l'AS et non uniquement le Plein Air. Nombre de place limité.</i>

Enseignant responsable du Plein Air : Mr MATHONNET

Mail : mathonnet.remi@wanadoo.fr