**CARC Camp des jeunes**

**1999-2009**

1. **But du camp**

Le camp est organisé à l’occasion du 40ème anniversaire de la société et permet ainsi aux jeunes de se retrouver quelques jours ensemble pour s’entraîner, progresser en athlétisme et s’amuser lors d’activités plus ludiques. Les disciplines seront principalement exercées durant les entraînements du camp.

1. **Responsabilités**

Le camp sera dirigé par les chefs de camp : Lucien Fleury et Laura Chuard. Ils seront épaulés par les autres moniteurs du club.

1. **Participation**

Le club laisse la possibilité à 25 jeunes nés entre 1999 à 2009 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.

1. **Inscription**

Les inscriptions seront effectuées via le site internet du club, [www.carc.ch](http://www.carc.ch) sous l’onglet jeunesse jusqu’au 31 janvier 2020. Une finance d’inscription de CHF 50.- sera à verser au club avant le 29 février 2020 afin de valider l’inscription. En cas d’annulation, après le 1er mai 2020, les CHF 50.- 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.

1. **Déroulement du camp**

Le camp se déroulera du 21.05.20 à 8h 00 jusqu’au 23.05. 20 à 17h. Les trajets durant le camp s’effectueront en minibus. Les athlètes ainsi que les moniteurs logeront à l’hôtel du Chandelier à St-Ursanne où ils bénéficieront d’une demi/pension avec préparation d’un lunch pour midi. Divers encas, goûters seront fournis par le club durant les journées. Les entraînements se dérouleront au centre sportif d’Alle, un village voisin. Des activités seront organisées en dehors du temps d’entraînement. Chaque participant emportera un pique-nique pour le repas du jeudi midi.

1. **Entraînement**

Les jeunes auront l’occasion de s’entraîner et progresser durant 2.5 demie-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.

1. **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
* Chaussure de sport pour la course
* Chaussure à pointe (si possible)
* Une gourde
* Veste de pluie
* Casquette
* Crème solaire
* Maillot de bain
* Affaire de douche et toilette
* Sac à dos pour transporter des affaires de douche, lunch et habits supplémentaires

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

1. **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.

1. **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.

1. **Information**

Pour vos questions, veuillez contacter les chefs de camps

Lucien Fleury

0786103603

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

Laura Chuard

0787305140

laura.chuard88@gmail.com