

**Megève Hockey Club**  
 Club des Sports  
 721 route nationale  
 74120 MEGEVE



## Stage multisports U11

Journée	Activités	Horaires	A prévoir	Accompagnateurs
Lundi 15 juillet	Via Ferrata VTT	09h00 – 18h00	Eau, fruits secs ou barres de céréales, sac à dos, chaussures de marche, VTT (chambre à air de rechange + freins révisés + casque+ mitaines + gourdes) Pique-nique + goûter	
Mardi 16 juillet	Water Game Albertville	10h – 18h	Maillots de bain, serviette et change Casquette, lunettes, crème solaire Pique-nique et goûter	
Mercredi 17 juillet	VTT Parcours du légionnaire	9h00 – 17h00	Eau, fruits secs ou barres de céréales VTT (chambre à air de rechange + freins révisés + casque+ mitaines + gourdes) Prévoir deux paires de baskets dont une veille paire pour le parcours légionnaire Vêtements adaptés et change Pique-nique + goûter	
Jeudi 18 juillet	Canyoning	13h00 – 18h00	Maillots de bain, serviette et change. Prévoir deux paires de baskets dont une veille paire pour le canyoning. Casquette, lunettes, crème solaire. Pique-nique et goûter.	

Journée	Activités	Horaires	A prévoir	Accompagnateurs
Vendredi 19 juillet	VTT Refuge de la croix de pierre Col du Véry	14 h	Sac de couchage, affaires de toilettes et de nuit, chaussures et change, casquette, vêtement de pluie, gourde. Vêtements chauds les nuits sont fraîches ! Goûter	
Samedi 20 juillet	VTT Arrivée au parc de loisirs des Contamines	12h	Pique-nique en famille	

En cas d'urgence pendant les activités merci de contacter :

- Charles Lamblin : 06 14 77 12 03
- Frédéric Azzolin : 06 21 37 53 69
- Marc Muffat-Méridol : 06 61 46 61 93

Lieux de rendez-vous pour toutes les activités (sauf indication): Club des sports de Megève. Retour idem.