

Stage de perfectionnement

Printemps 2012 – ados 11-17 ans
7 jours / 6 nuits

DATES ET TARIFS

19/02 au 25/02	570€
26/02 au 03/03	570€
15/04 au 21/04	570 €
22/04 au 28/04	570 €
28/10 au 03/11	570€

Répartis en groupes de niveaux, tu perfectionneras ta technique en carrière et renforceras ta maîtrise avec des trottings en extérieur et de longues promenades avec les difficultés de l'environnement naturel (obstacles...).

A la fin de la semaine, tu pourras si tu veux te présenter pour le passage d'un galop fédéral. Ce sera pour toi la meilleure recette pour profiter de tes vacances en plein air tout en vivant au milieu des chevaux.

PROGRAMME

Dimanche

Accueil à l'auberge équestre "Le Relais de Palhères" de Patrick Poyeton, à Palhères à partir de 17h00.

Inscriptions, présentation du stage et des chevaux, connaissance avec son cheval, repas et nuit en chambres collectives à l'auberge.

Lundi à vendredi

5 journées de randonnée en étoile.

Samedi

Petit déjeuner, rangement des affaires personnelles, derniers bisous aux chevaux, fin de stage à 10h00.

Le développé de ce programme est donné à titre indicatif. Il peut subir des modifications ou des aménagements, en fonction des critères techniques, des impératifs de sécurité ou des conditions climatiques du moment. Dans ce cas, seuls les responsables de l'encadrement sont habilités à prendre la ou les décisions nécessaires.

INFOS PRATIQUES

Adresse :

"Auberge Le Relais de Palhères"

48300 Rocles

Tél. : 04 66 69 21 41

infos@relais-palheres.com

www.relais-palheres.com

Accès :

Vous venez en voiture

Depuis Langogne, situé entre Le Puy en Velay (43) et Mende (48) sur la N88, prendre la D34 direction Rocles, après 6 km prendre route à droite et suivre fléchage "Auberge Le Relais de Palhères ».

Vous venez en train

Gare SNCF à Langogne (à 10 km du centre équestre). Navette organisée entre la gare et le relais, téléphoner au 04 66 69 21 41 pour réserver.

NOUVEAU : une navette est mis en place de la gare du Puy en Velay(département43)-40€/A/R-nous contacter

Accès :

Vous venez en voiture

Depuis Langogne, situé entre Le Puy en Velay (43) et Mende (48) sur la N88, prendre la D34 direction Rocles, après 6 km prendre route à droite et suivre fléchage "Auberge Le Relais de Palhères ».

Vous venez en train

Gare SNCF à Langogne (à 10 km du centre équestre). Navette organisée entre la gare et le relais, téléphoner au 04 66 69 21 41 pour réserver.

NOUVEAU : une navette est mis en place de la gare du Puy en Velay(département43)-40€/A/R-nous contacter

Hébergement :

Chambres collectives sur place à l'auberge le Relais de Palhères.

Accompagnement :

Un directeur B.A.F.D. et un accompagnateur de tourisme équestre.

Niveau/terrain :

Un minimum d'expérience et de maîtrise est requis pour progresser plus vite grâce à une pédagogie spécialement étudiée.

Etre en mesure de présenter son galop 2, 3 ou 4.

4 à 6 heures de cheval par jour.

Vêtements et équipement personnel à amener :

Vêtements liés à la pratique de l'équitation comme pantalons confortables (type jogging) caleçon ou culotte de cheval (éviter les pantalons avec couture épaisse type "jeans"). Au moins 2 pulls chauds et confortables, vêtements de pluie (veste cirée et surpantalon K-way), linge de corps de rechange, 1 pyjama ou chemise de nuit, 1 paire de chaussures pour l'équitation, 1 paire de baskets, guêtres (mini-shaps), lampe de poche, 1 crème solaire haute protection, 1 stick à lèvres, 1 trousse de toilette complète, 1 serviette de toilette, des lingettes, 1 gourde, un foulard et une veste chaude pour monter à cheval.

Apporter votre sac de couchage (de qualité, les nuits sont froides car le camp est à 1000 m d'altitude) et votre bombe si vous en possédez une.

Argent de poche : 20 Euros suffisent en plus de la caution.

Le centre équestre Les Ecuries de Palhères fournit sellerie, sacoches, matériel de pansage.

Trousse de secours et pharmacie

Chaque accompagnateur dispose d'une trousse de premiers secours. Cette trousse ne peut pas constituer la pharmacie du groupe pour les petits problèmes courants inhérents à l'activité ou aux contraintes du voyage. Nous vous invitons donc à vous fournir d'une pharmacie personnelle.

Contenu type :

- Médicaments personnels en cas de traitement ou troubles particuliers (allergies, etc.).
- De quoi prévenir, protéger et soigner des ampoules : pansement de type "2^{ème} peau"
- De quoi prévenir ou soulager les problèmes de chevilles et de genoux : bandes de types "Elasto".
- De quoi nettoyer de petites plaies : compresses imbibées.
- De quoi soulager les maux de tête et les courbatures.
- De quoi soulager les piqûres d'insectes.

Dans tous les cas, demander conseils à votre médecin et à votre pharmacien.

MODALITES D'INSCRIPTION

Si cette randonnée vous intéresse :

- contactez-nous par mail ou par téléphone pour recevoir une fiche d'inscription
- ou téléchargez la fiche d'inscription sur notre site

L'inscription ne sera prise en compte qu'à la réception de la fiche d'inscription et du règlement.