

Stage de vivre ensemble POE 2021

Au programme, VIVRE ENSEMBLE, SE DEPASSER, COOPERER

Lundi

- **Matin** : installation, Mise en place des règles de fonctionnement (respect, chambre, cantine, horaires des activités), découverte des groupes d'activité et des chambres.

Pour favoriser le vivre ensemble, les groupes d'activité, de Koh lanta et les chambres sont variés. Un responsable par chambre est élu et fait le relais avec les enseignants

Chaque chambre passe alternativement responsable de la mise en place de la table, de la distribution des repas et du nettoyage du réfectoire.

- Après-midi :
- GROUPE 1 : Course intermittent 30/30 en cote
- GROUPE 2 : Préparation physique en circuit training
- GROUPE 3 : Randonnée





➤ Soirée : Koh Lanta : constitution des équipes



MARDI

➤ **Matin :**

- **GROUPE 1 : Kayak**



- GROUPE 2 : Trail 5km



- GROUPE 3 : VTT



➤ Après-midi :

- GROUPE 1 : Trail 5km



- GROUPE 2 : Préparation physique en circuit training/Etirement
- GROUPE 3 : Renforcement musculaire/Tennis de table

Soirée : Koh Lanta : land ART sur le thème des jeux olympiques







Soirée : ETUDES



MERCREDI

➤ **Matin :**

- GROUPE 1 : VTT
- GROUPE 2 : Kayak
- GROUPE 3 : Run and bike

➤ Après-midi :

Echanges avec le collège de BOURAIL en badminton et athlétisme

Soirée : Koh Lanta :

JEUDI

➤ **Matin :**

- GROUPE 1 : Trail
- GROUPE 2 : VTT
- GROUPE 3 : Kayak

➤ Après-midi :

FINALE Koh Lanta :

VENDREDI

➤ **Matin :** Stretching+ gainage

➤ **Rangement des chambres**

➤ 12h30 :départ