Campus tour

Course des montagnes

Programme de la journée

Les élèves se rendent à la Fontenelle et ont rendez-vous avec le responsable à 6h00 du matin.

Ce parcours est particulièrement exigeant et est réservé aux élèves de 10ème année et de 11ème année. Ces derniers s'engagent à démontrer leurs compétences et motivation en participant aux 3 entraînements organisés avant le départ (voir dates ci-dessous). En fonction des capacités physiques de l'élève, le coach peut ne pas sélectionner l'élève pour l'événement.

La course des montagnes peut être annulée par manque de participants. Dans ce cas, l'élève est averti(e) et peut s'inscrire sur la boucle de Randonnée ou de VTT.

Le **repas** (pique-nique sorti du sac) sera partagé avec les responsables et les compétiteurs sur le parcours. Il est important de prévoir assez **d'eau** et de "**goûters**".

Une fois l'activité terminée, les élèves peuvent rentrer chez eux.

La **fin de la course** est prévue vers **16h00**, en fonction des circonstances de course, le retour peut être reporté jusqu'à 18h00.

Participer à la course des montagnes, c'est vouloir se dépasser et chercher ses limites pour des élèves qui ont déjà une bonne condition physique. C'est un projet qui se prépare et les 3 entraînements organisés avant la course ne suffisent pas pour être prêt, c'est une démarche à plus long terme. Nous comptons donc sur chacun pour s'entraîner individuellement.

Coordonnées des responsables:

Y. Monnerat 079 266 57 38 yvan.monnerat@rpn.ch

Carte:



Caractéristiques du parcours:

69,8 km, 2’139 m de dénivelé

Passage par le col de la Vue-des-Alpes, Tête de Ran, le col du Chasseral via la métairie de Chuffort et les Vieux-Prés.



Entraînements

Rendez-vous avec son VTT et casque sur le parking de la Fontenelle (clips et équipement “longue distance” (lumière, matériel réparation, GPS, ...) bienvenus):

- 2 septembre, de 13h00 à env. 15h00 (sortie test).
- 9 septembre, de 13h00 à env. 15h00 (petite sortie, étude de la carte, conseils mécaniques et nutrition).
- 16 septembre, de 13h00 à 15h00 (dernières vérifications si besoin. En cas de motivation, possibilité de souper ensemble et dormir dans le collège !)

Participation obligatoire à au moins un des deux entraînements.

En cas d’absence, merci d’écrire un mot au responsable de l’activité.

Carte interactive:

https://map.schweizmobil.ch/?lang=fr&photos=yes&logo=yes&detours=yes&season=summer&bgLayer=pk&resolution=6.88&E=2554066&N=1207064&trackId=1058576281

Liste des élèves :