



JEUNES COC

À partir de 7 ans, différents sports sont accessibles à tous, sans compétition, qui changent suivant les saisons (voir calendrier en ligne sur le site internet du coc).

VTT

Accessible avec la cotisation de base (22€)

- En septembre et octobre, le samedi après-midi de 14h à 16h.
- Apprendre à maîtriser sa trajectoire, ses freins, ses vitesses.
- Nous faisons des sorties d'environ 10 km autour de Clairvaux.

ESCALADE

Accessible avec la cotisation de base (22€)

- En novembre et décembre, le vendredi soir de 18h à 19h30.
- Dans la salle d'escalade de Bellecin.
- Apprendre les règles de sécurité et appréhender la peur du vide.
- Nous fournissons le matériel.
- Un covoiturage sera proposé entre parents sur whatsapp.

SKI DE FOND

Accessible avec la cotisation de base (22€) + redevance ski (à la journée ou à l'année)

- 5 séances proposées, le samedi après-midi de 14h à 16h (horaires à adapter).
- Les dates prévisionnelles fixées sur le calendrier peuvent être déplacées selon les conditions (13/20/27 décembre et 3/10 janvier).
- La station nordique privilégiée est Le Glacier à Morbier (repli possible secteur Risoux / Massacre / Prénovel).
- Les sorties sont annoncées / décalées / supprimées depuis le [forum du COC](#).
- Les parents devront amener et récupérer leurs enfants sur le lieu de la sortie.
- L'apprentissage en ski de fond commence avec le style classique.
- Des redevances à la saison seront proposées par le club.
- Le club ne fournit pas le matériel.
- Depuis la plateforme d'adhésion, une option qui vaut préinscription pour accéder aux cours est mise en place pour recenser les intéressés.
- Une réunion d'organisation aura lieu le 15/11/2025 à 18h en salle Piot (mairie de Clairvaux les lacs) pour préciser l'organisation des séances > Seules les personnes présentes seront

inscrites.

SKI ALPIN

Accessible avec la cotisation de base (22€) & licence FFS (80€ adultes et 70€ jeunes) + forfait remontée à la ½ journée

- 3 séances proposées, le dimanche de 10h à 12h (horaires à adapter).
- Les dates prévisionnelles fixées sur le calendrier peuvent être déplacées selon les conditions.
- Le lieu de station sera décidé selon l'enneigement (La Serra / Le Balancier).
- Les sorties sont annoncées / décalées / supprimées depuis le [forum du COC](#).
- Les parents devront amener et récupérer leurs enfants sur le lieu de la sortie.
- Le club ne fournit pas le matériel.
- Pour assister aux cours, il faut être capable de prendre le remonte pente et d'enchaîner 5 virages de suite.
- Depuis la plateforme d'adhésion, une option qui vaut préinscription pour accéder aux cours est mise en place pour recenser les intéressés.
- Une réunion d'organisation aura lieu le 15/11/2025 à 18h en salle Piot (mairie de Clairvaux les lacs) pour préciser l'organisation des séances > Seules les personnes présentes seront inscrites.

VTT

Accessible avec la cotisation de base (22€)

- En mai et juin, le samedi après-midi de 13h30 à 16h30-17h.
- Nous partons randonner, à l'aide du bus et de la remorque, et changeons de secteur.
- Une sortie au Pumptrack de Moirans en montagne.
- Fin juin, pour les plus motivés, nous participerons au tour du lac de Vouglans sur une distance de 27 km.

BADMINTON

Accessible avec la cotisation de base (22€)

- Le dimanche matin de 10h à 12h toute l'année.
- Les terrains sont à votre disposition pour pratiquer avec vos enfants, il n'y a pas d'encadrement.

KAYAK

Accessible avec la cotisation de base (22€) si pratique occasionnelle (max 5x/an).
Licence FFCK Pour une pratique plus régulière (55€).

- Les pratiquants à partir de 10 ans doivent savoir nager 25m et être à l'aise dans l'eau.
- Une participation financière aux frais peut être demandée selon les sorties.
- Le COC fournit l'embarcation et les accessoires (pagaie, gilet, casque et jupe d'étanchéité).
- L'équipement personnel est à la charge du pratiquant (chaussures qui tiennent au pied,

- combinaison néoprène, anorak coupe-vent et vague).
- Sortie initiation sur le lac de Clairvaux ou de Vouglans.