

# Je vois la vie en Vosges (Été)

Séjour montagne



## PRÉSENTATION

“ Un séjour vitaminé pour découvrir la montagne vosgienne entre nouvelles sensations sportives et activités nature. Plein de moments à partager entre copains, sans oublier la rencontre avec les équipes des secouristes de la Protection Civile des Vosges. ”



Un programme innovant et sportif, construit en partenariat avec la Protection Civile des Vosges, pour une grande aventure !

## ACTIVITÉS

Des découvertes de la région et des activités sportives

- Une **course d'orientation**.
- Balade en **vélo** (hors séjour 5 jours)
- Une demi journée au **Parcours Aventure**.
- Une séance de **piscine** ou à la **base nautique du Lac** (hors séjour 5 jours)
- Une séance **tir à l'arc**.
- **Bivouac** en pleine nature pour observer les étoiles et peut-être croiser quelques chamois (hors séjour 5 jours)
- **Canoë** sur le lac de Gérardmer.
- La journée secourisme avec des ateliers pour apprendre avec des professionnels.
- Grands jeux collaboratifs et veillées animées chaque soir...

## DÉCOUVERTES

Le combiné idéal entre sport et secourisme : initiations techniques avec mise en situation sur une journée avec les intervenants de la Protection Civile des Vosges.

> Entre autres : utiliser une radio, alerter les secours et faire un premier bilan d'urgence, réaliser des nœuds, manipuler un brancard ou encore monter un poste de secours, quizz, visites et utilisation du matériel avec les sauveteurs...

> Une mise en situation grandeur nature avec un grand jeu pour découvrir les matériels et les procédures d'urgence et de sauvetage.

## LA MAISON

Surplombant le lac, à 2 kilomètres du centre-ville de Gérardmer, la Maison Le Tremplin de la Mouselaine offre l'accès aux sentiers forestiers et crêtes vosgiennes. C'est le lieu idéal pour pratiquer des activités sportives et découvrir la nature.

Deux salles de restauration et différentes salles d'activités. Chambres de 2,3,4 et 6 lits. Aire de Tir à l'arc sécurisée Terrain d'entraînement au VTT avec modules Aire de jeux sportifs.

Deux salles de restauration, et différentes salles d'activités. Chambres de 2,3,4 et 6 lits.

## INDISPENSABLES

- Pass nautique

12 - 14 ans à partir de 419,00 € Gérardmer (88) Activités de pleine nature, Sports Le Tremplin de la Mouselaine

### Dates et tarifs

|                                   |          |          |
|-----------------------------------|----------|----------|
| du 07 juil. 2025 au 18 juil. 2025 | 12 jours | 955,00 € |
| du 04 août 2025 au 15 août 2025   | 12 jours | 955,00 € |
| du 25 août 2025 au 29 août 2025   | 5 jours  | 419,00 € |