

# Naturellement débrouillard

Stage de mouvement naturel



## PRÉSENTATION

“ Un stage de Mouvement Nature!  
Tu vas découvrir les Vosges mais pas n'importe comment!  
En mode débrouille et nature, tu vas ramper, courir, sauter, grimper, nager, porter et même dormir comme un vrai aventurier! La nature sera ta salle d'entraînement! ”



**Un stage encadré par un professionnel du mouvement naturel!**  
**Sportifs ou non, chacun prend conscience et trouve une aisance pour se sentir bien dans son corps**

## ACTIVITÉS

- **Se déplacer** et retrouver les mouvements naturels : (ramper/sauter/grimper/ s'équilibrer)
- **Maîtrise la manipulation d'éléments naturels** (soulever/poser/lancer/attraper)
- **Apprendre à déplacer et à s'orienter en pleine nature**
- Aventurier émérite ou explorateur novice, chacun apprend les rudiments de la pêche et de la cueillette sauvage
- **Apprendre à fabriquer son matériel de pêche et à l'utiliser**
- **Découvrir et expérimenter comment se nourrir dans la nature**

Et vous passerez une nuit dans un camp palette avec au programme feu de camp!

## DÉCOUVERTES

Un séjour en deux temps :

La découverte de l'environnement en pratiquant des sports naturels :

- **du kayak**
- **de l'accrobranche**
- **des jeux de pleine nature**
- **sortie à la piscine (Uniquement l'été)**

## LA MAISON

Le centre « LA MAISONDICI » fonctionne à l'année.

Il est situé au cœur du village vosgien Les Voivres.

Le centre dispose de plusieurs salles d'activités et des terrains de sport extérieurs

Chambres de 2 à 4 lits, avec sanitaires privatifs.

## INDISPENSABLES

- Pass nautique

12 - 14 ans à partir de 655,00 € Les Voivres (88) Écologie et développement durable, Activités de pleine nature, Sports

La Maisondici

## Dates et tarifs

|                                   |          |          |
|-----------------------------------|----------|----------|
| du 12 avril 2025 au 19 avril 2025 | 8 jours  | 655,00 € |
| du 20 avril 2025 au 27 avril 2025 | 8 jours  | 655,00 € |
| du 21 juil. 2025 au 01 août 2025  | 12 jours | 899,00 € |