



été  
**2026**

**10-17**  
ans

## BMX FLAT

CHALET LIONEL TERRAY- Courchevel 1850 (73)

Réf. 073 004 002

### REJOINS LA PREMIÈRE COLONIE BMX FLAT !

Encadré par un rider pro, profite d'un encadrement professionnel avec **5 séances de 2h30** et le prêt de BMX inclus : que tu sois débutant ou avancé, tout est mis en place pour que tu progresses à ton rythme dans une ambiance fun et dynamique.

*Attention, il est demandé de savoir faire du vélo mais pas forcément du bmx.*

Tu pourras aussi découvrir différentes activités de montagne : VTT, accrobranche, course d'orientation, baignade dans le plus grand centre aquatique en altitude, summer games...





**Vacances Pour Tous**  
21 rue Saint Fargeau  
CS 72021  
75989 PARIS Cedex 20

Agréé JEPVA par le Ministère de la Jeunesse, des Sports et de la Vie Associative

- Inscrit au Registre des opérateur de Voyages et Séjours  
Certification d'Immatriculation : IM 075 100 379
- Agrément national d'organisme de Tourisme social et familial  
n° 06.07.04

**Association reconnue d'utilité publique par décret du 31/05/1930**

## LE CENTRE D'ACCUEIL

### Bienvenue en Savoie !

Nous vous accueillons dans la station mythique de Courchevel. Au chalet rénové « Lionel Terray 2.0 », les jeunes bénéficient d'un site d'exception, particulièrement vivifiant et ressourçant, avec un panorama sur le massif de la Vanoise.

Les 38 chambres de 2 à 6 lits sont équipées de sanitaires complets (douche, lavabo, toilettes).

Les aménagements intérieurs sont fonctionnels et chaleureux. Les différents lieux de vie sont dédiés à la détente et à la convivialité : salon, babyfoot, bibliothèque, salles d'activités.



**Chalet Lionel Terray**  
Rue des Clarines  
73120 Courchevel 1850

Tél: 04.79.08.04.18  
[chalet.lionelterrav@fol73.fr](mailto:chalet.lionelterrav@fol73.fr)

## VENIR À COURCHEVEL

### Venir en rendez-vous sur place :

Votre enfant est inscrit en « rendez-vous sur place ». Vous le conduisez directement au centre de vacances et vous venez le rechercher.

- HORAIRE D'ARRIVÉE AU CENTRE : à partir de 16h00
- HORAIRE DE DÉPART DU CENTRE : à partir de 13h30

Les horaires seront confirmés sur la convocation départ.



### Venir en voiture :

Autoroute A6 Paris-Lyon puis A43 Lyon-Chambéry puis A430 Chambéry-Albertville. RN 90 entre Albertville et Moûtiers (2x2 voies) et D91 entre Moutiers et Courchevel.

A Courchevel 1850, prendre la route à gauche sous la Croisette. Après 2 épingle, passer à gauche devant l'office de Tourisme et l'Espace Diamant, monter rue de l'Eglise, puis rue de Bellecôte et prendre la 1ère route à gauche rue des Clarines. Le chalet « Lionel Terray » se trouve en contrebas de la route. **GPS : lat 45.414022 x lon 6.637642**



### Venir en train :

en train depuis Paris, Annecy, Lyon et Grenoble jusqu'à Chambéry. Transfert en car jusqu'au centre, trajet de 100 km d'environ 1h30. Le voyage s'effectue de jour.

## AU PROGRAMME

### 5 DEMI-JOURNÉES DE STAGE BMX FLAT

Une expérience unique ! Participe à la première colo BMX Flat encadrée par un athlète pro : une opportunité à ne pas manquer !

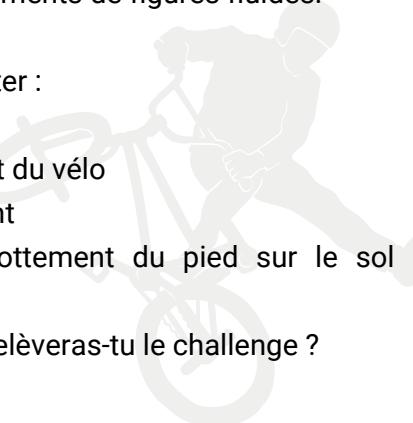
Le BMX Flat c'est quoi au juste ? Pour certains riders, le BMX Flat est la forme la plus authentique du BMX : il se pratique sans rampe ni piste. Pour réaliser des figures, il ne faut qu'un BMX, le sol et un rider ! Tu apprendras à utiliser le poids de leur corps, la rotation du guidon et les mouvements du cadre pour exécuter des tricks, enchaînements de figures fluides.



Tu as une semaine pour réussir à exécuter :

- des positions statiques
- des rotations à l'aide de leur corps et du vélo
- des pivots sur la roue arrière ou avant
- des positions en « scuffing » (frottement du pied sur le sol pour maintenir l'équilibre)

et bien d'autres mouvements créatifs. Relèveras-tu le challenge ?



### ET AUSSI :

- VTT,
- accrobranche,
- course d'orientation,
- baignade dans le plus grand centre aquatique en altitude,
- summer games...



### ET CE N'EST PAS TOUT :

- Une sortie à AQUAMOTION, le plus grand parc aquatique en montagne (bassin de saut, de nage, rivière sauvage, pentaglisse, ...);
- Une séance à la superbe patinoire olympique de la station ;
- VTT, accrobranche, course d'orientation, Summer Games...



Passer une semaine sur notre centre à Courchevel, c'est aussi une succession de jeux, de veillées, de farniente et de détente entre copains, ... Et bien entendu une soirée dansante en fin de séjour !

**AUCUN CERTIFICAT MÉDICAL N'EST DEMANDÉ POUR CE SÉJOUR**

## PRÉPARER LE SÉJOUR

**Trousseau :** reportez-vous à la liste ci-jointe. Cette liste est adaptée à notre centre. Elle a été établie pour permettre aux jeunes d'avoir à disposition du linge pratique et propre pendant tout le séjour.

**Lavage du linge :** le linge n'est pas lavé, sauf besoin bien entendu, pour les séjours de 7 jours. Pour les séjours multiples, une lessive est organisée par nos soins le weekend. Nous vous remercions d'identifier les vêtements.

**Argent de poche :** l'argent sera confié à l'animateur responsable du groupe de votre enfant. Il nous semble qu'une somme de 15 € à 20 € soit amplement suffisante. Peut-être moins si votre enfant est plus jeune, peut-être plus si c'est un ado ! A METTRE DANS UNE ENVELOPPE

**Santé :** un(e) assistant(e) sanitaire veillera à la bonne santé de tous. **La fiche sanitaire est obligatoire** et devra être remplie avec le plus grand soin. N'omettez pas de nous signaler tout problème concernant votre enfant, même s'il vous paraît anodin. N'hésitez pas à joindre des informations complémentaires si besoin, vos indications seront précieuses pour nous.

Si votre enfant est en cours de traitement médical à son arrivée, il est impératif de joindre l'ordonnance aux médicaments. En effet, tout comme les établissements scolaires, nous n'avons pas le droit de donner des médicaments aux enfants sans prescription, même si le médicament est vendu sans.

**Frais médicaux :** si votre enfant a besoin de soins pendant son séjour, le centre fait l'avance des frais qui vous seront ensuite facturés. À réception de votre règlement, les fiches de soins vous sont envoyées. Si l'enfant est couvert par la CMU, il est indispensable de nous fournir une attestation en cours de validité (voire la carte vitale de l'enfant s'il en a une).

**Le téléphone :** vous pouvez appeler votre enfant le soir entre 18h et 19h. Vous aurez davantage d'informations sur la convocation de départ. Merci de privilégier l'envoi d'un mail (en pensant à mettre le nom de l'enfant en objet).

**Utilisation du téléphone mobile :** l'usage des portables sera réglementé par l'équipe du centre.

**Objets de valeur :** Vêtements de marque, bijoux.... sont-ils bien utiles ?

**Attention : les vols, dégradations ou pertes d'appareil électronique (téléphone portable, baladeur, ...), ne sont pas couverts par l'assurance de notre association.**

## ORGANISATION DU SÉJOUR

**Équipe d'encadrement :** un animateur(trice) titulaire du BAFA (ou en cours de formation) pour 8 à 12 jeunes (normes réglementaires), l'encadrement professionnel pour les activités suivant le programme, l'équipe de direction, et également les autres adultes présents sur le centre participent au bon déroulement du séjour, avec un souci constant de sécurité et d'apprentissage. C'est une équipe pédagogique complète qui attend vos enfants pour leur faire passer de très bonnes vacances, et ce en toute sécurité.

**Vie collective :** le rythme de vie du séjour est adapté à l'âge et à l'activité des enfants. Elle prend en compte leurs besoins de récupération, notamment via un réveil échelonné, des temps d'activités calmes, et des heures de coucher adaptées afin que chacun puisse trouver son juste rythme.

**Alimentation :** les repas, préparés par l'équipe de cuisine du centre, sont équilibrés, variés et pris à heures régulières. C'est un temps éducatif, durant lequel les animateurs veillent à ce que chacun goûte de tout et mange suffisamment.

Les régimes alimentaires médicaux sont bien entendus respectés, toutefois nous remercions les parents de contacter le centre pour vérifier la faisabilité des menus adaptés.

Un menu de substitution peut être proposé pour les enfants ayant des convictions religieuses ou philosophiques.

**Pour avoir des nouvelles de votre enfant :** Un accès au blog *On Donne Des Nouvelles* sera donné sur la convocation de départ. L'équipe du centre fera le maximum pour mettre à jour ce blog le plus souvent possible. Ne soyez pas trop déçus si les nouvelles sont irrégulières ; c'est souvent le signe de vacances riches et actives pour vos enfants.

# FICHE TROUSSEAU

- 7 sous-vêtements
- 8 paires de chaussettes
- 6 tee-shirts
- 2 polos ou tee-shirts supplémentaires
- 2 shorts
- 2 pantalons (style «jean» ou en toile)
- 2 sweats / pulls / polaires
- 1 veste
- 1 vêtement de pluie imperméable
- 1 pyjama (2 en cas d'énurésie)
- 1 paire de pantoufles
- 1 maillot de bain (short autorisé) et 1 serviette de bain
- 1 paire de gants en laine
- Nécessaire de toilette** (minimum vital / liste non-exhaustive) :
  - Gel douche ou savon
  - Shampooing
  - Brosse à dents
  - Dentifrice
  - Brosse à cheveux (si besoin)
- 1 serviette et 1 gant de toilette
- 1 sac à linge sale
- Petit sac à dos pour la journée avec :**
  - 1 gourde d'1 litre (en métal de préférence)
  - Nécessaire de protection solaire (lunettes + chapeau + crème adaptée à l'enfant)
  - Mouchoirs jetables (si possible)

## **Trousseau complémentaire propre au séjour :**

- 2 tenues de sport permettant de bouger et jouer
- 1 paire de chaussures de sport permettant de bouger

## **POSSIBILITÉ D'APPORTER SON PROPRE CASQUE**

*Merci de mettre dans un sac à part tout médicament avec :*

- Ordonnance (même si le médicament est vendu sans ou s'il s'agit d'homéopathie)
- Boîte (avec le nom de l'enfant) et notice

*Remarque :*

Le centre se situant en altitude, il peut faire très froid le soir voire même en journée si le soleil n'est pas au rendez-vous.

### **ALERTE COMPORTEMENT !**

Si le comportement de votre enfant était de nature à nuire à sa sécurité ou à celle de ses camarades, ou encore à compromettre la qualité des vacances que nous nous efforçons de proposer à chacun d'entre eux, **une décision de renvoi pourrait être prise à son encontre, frais de retour à votre charge.**

## **INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES**



### **Documents à compléter :**

- **la fiche d'inscription**
- **la fiche sanitaire complétée et signée** : ce document est **OBLIGATOIRE** et revêt un caractère très important en cas de problème médical ou d'accident,
- **l'attestation CMU en cours de validité au nom de l'enfant**, voire, s'il en a une, la photocopie de sa **carte vitale**,
- **l'autorisation au droit à l'image**,
- l'autorisation à rentrer seul ou avec une personne tierce, si c'est votre choix