



RANDOSURVIE

**Journée de
découverte de la
nature à Lacanau
Samedi 03 mars 2012**

**Comment découvrir notre forêt et s'initier
à l'orientation en s'amusant.**

Contact : randosurvie@netcourrier.com

Arnaud LAPOUDGE : 06 50 53 59 37

ATTENTION : Réservations obligatoires avant le 25/02/12

Programme de la journée du 3 mars 2012 :

Matinée :

8h30 : Ouverture de l'accueil des participants sur le site.

9h30 : Présentation de la journée.

Présentation rapide du parcours de l'après-midi et information générales de sécurité.

10h00 : Début de l'initiation à la cartographie et découverte de l'environnement encadré par deux instructeurs. Préparation des binômes pour le parcours d'orientation.

Aux alentours de 12h00 : Repas en forêt offert par **RANDOSURVIE**.

Après-midi :

13h30 : Rappel du tracé et des consignes de sécurité.

14h00 : Début du parcours d'orientation. Mise en pratique des techniques apprises le matin.

18h00 : Fin de l'activité d'orientation.

18h30 : Clôture de la journée de découverte de la nature et débriefing de la journée.

Détails importants :

Lieu : Forêt domaniale de Lacanau entre l'océan et le lac.

Distance du parcours : environs 10 km si bouclé en totalité, mais les participants effectueront la distance qu'ils souhaitent en fonction de leurs envies.

Ateliers et thèmes abordés :

- S'orienter et se déplacer (lecture de carte, trouver le nord, évaluer les distances)
- Découverte du milieu (les principales espèces animales et végétales locales)
- Découverte des techniques de survie et de l'activité Randosurvie

Sécurité et confort :

L'équipe de **RANDOSURVIE** tient à préciser que cette journée de découverte se déroule en pleine nature. A ce titre il incombe aux participants de prévoir des tenues adaptées aux conditions climatiques.

Pour ce qui concerne la sécurité, le but n'est pas de se faire mal et le rythme de la journée est dicté par les participants, aucun impératif de résultats n'est mis en place. Pour des raisons de sécurité chacun (du moins chaque binôme) est invité à se munir d'un gilet fluo (celui de la voiture par exemple), d'un sac à dos, d'une lumière ainsi que d'un téléphone portable. Le reste de l'équipement sera fourni par **RANDOSURVIE**.

ATTENTION : Réservations obligatoires avant le 25/02/12