



Vous avez envie d'un week-end dans un écrin de verdure, proche de Paris, avec la possibilité de s'y rendre sans voiture?

Vous avez envie d'un week-end riche en sports, en bonne humeur, rempli de convivialité et de défis en tout genre?


Venez alors participer au CIHM'athlon 2010 : tous ses sports sont dans la nature !

Le CIHM'athlon 2010 se déroulera les 18 et 19 septembre 2010, en forêt de Compiègne. L'hébergement s'effectuera au camping d'Attichy.

Le programme

Vendredi 17 : Accueil à partir de 19h

Dépose des VTT/VTC au club de Kayak de Compiègne pour 19h30. L'accès au camping est organisé en voiture.

Montage des tentes  , informations sur les activités du lendemain, constitution des équipes

Samedi 18 :

Petit déjeuner collectif


Activités de la journée : Parcours canoé  sur l'Aisne, pique-nique à Compiègne. Puis rallye

VTT/VTC  (chemins roulants en forêt)

Soir : Apéro et repas collectif, informations sur les activités du lendemain

Dimanche 19 :

Petit déjeuner collectif

Activités de la journée : Une ou des activité(s) surprise(s), puis course d'orientation 
 Fin d'après midi : Remise des prix, collation avant de plier les tentes, rangement et départ.
 Le retour à la gare de Compiègne s'effectue en VTT/VTC.

Groupe de 25 personnes maximum.

Organisateurs à contacter

Jean Philippe Soigné : jpsoine@gmail.com ou tél. : 06 03 43 43 27

Catherine Bon : bon_caj@yahoo.fr ou tél. : 06 89 77 43 03

Les organisateurs sont bénévoles. Ils ne sont ni des guides, ni des moniteurs, ni des accompagnateurs professionnels. Chaque participant est responsable de sa propre sécurité et doit être assuré

La forêt de Compiègne accueille le CIHM'athlon 2010

Organisateurs à contacter :

Jean Philippe Soigné : jpsoine@gmail.com ou tél. : 06 03 43 43 27

Catherine Bon : bon_caj@yahoo.fr ou tél. : 06 89 77 43 03

- Il n'y aura pas de réunion de préparation et d'information. Pour toutes informations complémentaires, n'hésitez pas à contacter les organisateurs.

Lieu : Camping municipal « Fleuri » d'Attichy (18 km à l'est de Compiègne)

22 Rue de la Fontaine Aubier

☎ 03 44 42 15 97

60350 Attichy

@ <http://campingattichy.cabanova.fr/>

Groupe de 25 personnes maximum.

Transport : depuis la Gare du Nord en direction de la gare de Compiègne

ALLER: 18h19 - 19h20 (TER) ou 18h37- 19h23 (Corail Intercités)

RETOUR: 19h09 - 19h50 (Corail Intercités)

- Les trains indiqués présentent tous un espace pour vélos.
- ☺ Le vendredi soir, les vélos seront laissés au club de kayak et seront récupérés le samedi midi.
- ☺ L'accès au camping sera organisé en voiture le vendredi soir.
- ☺ Le transport des bagages entre la gare et le camping sera assuré par une voiture.
- ☺ Le dimanche soir le retour pour la gare de Compiègne se fera en vélo.
- Pendant le WE, les déplacements entre les sites d'activités s'effectueront vélo.

Hébergement : En tentes personnelles. Une grande tente est prévue par le CIHM pour les affaires collectives et en cas de pluie.

Repas :

- Prévoir 2 pique-niques (samedi et dimanche midis) ainsi que le repas du vendredi soir.
- ☺ Les petits-déjeuners et le repas du samedi soir sont préparés par l'équipe organisatrice.

Equipements :

- Tente, matelas, duvet
- Change pour 2 jours (veste, pull, tee shirt etc..), petit sac à dos pour la journée, crème solaire, frontale, boussole, crayon, protège-carte (ou pochette plastique), bol, assiette et couverts, verre, en-cas...
- Pour le canoé : prévoir un change complet (maillot de bain, tee shirt, pull, Kway, chaussures pouvant aller dans l'eau)
- Pour le vélo : VTT ou VTC personnel, casque, gilet fluorescent et éclairage, chambre à air de rechange, kit de réparations ... et l'antivol !
- ☺ Pour ceux qui n'ont pas de vélo, nous contacter à l'avance : on essaiera de vous en prêter un.

Papiers personnels : carte adhérent CIHM, carte assurance, carte vitale, attestation mutuelle.

Prix du WE : 50 € .

Ce prix comprend le camping, la location des canoés, le repas du samedi soir, les petits déjeuners des samedi et dimanche. Il ne comprend pas le transport, le diner du vendredi et les repas des samedi et dimanche midis.

