



## SCAF Commission Jeunes

**Adresse Postale : SCAF- 95130 FRANCONVILLE**

Bureau des Sports – Mairie – 95130 FRANCONVILLE – Affiliation FFESSM n° 07.95.0263 –  
–Agrément DDJSL n° 9580 S 11–

# DESCENTE DE L'EPTÉ le DIMANCHE 1 Avril 2018

Comme chaque année, nous organisons une nage en rivière. Cette sortie est **proposée à tous** (anciens, débutants, plongeurs et ... parents !) et **obligatoirement aux jeunes qui font le stage de plongée en Avril.**

En effet, elle a plusieurs objectifs :

- **apprendre à nos jeunes à s'équiper** (assez rapidement) de vêtements isothermiques et d'évoluer dans un milieu naturel.
- permettre aux familles de se connaître et de dialoguer avec les encadrants du SCAF
- nager à son rythme (ce n'est pas une compétition !) et atteindre un but
- **recueillir des informations sur le déroulement du stage de plongée....**



### RENDEZ-VOUS

**10 h 30 au MOULIN DE FOURGES**

**Réunion d'information sur le stage de plongée au LAVANDOU**

### PREVOIR

- Vêtements isothermiques : combinaison 5mm, top (souris), chaussons de plongée et gants (pas besoin masque ni tuba)
- Palmes, **planche de nage**, des claquettes, peignoirs ou serviettes
- **Barres de céréales ou chocolatées**, pique-nique *éventuellement* (barbecue, table, chaise, parasol ... autorisés !)



### ITINERAIRE pour le lieu de DEPART de la Nage

- Autoroute A 15 en direction de PONTOISE et RN 14 jusqu'à la déviation de MAGNY-EN-VEXIN
- Sur cette déviation, à la 2e sortie, prendre à gauche la **D 86** direction AMBLEVILLE/LA ROCHE GUYON
- 2 km environ après AMBLEVILLE, prendre la **D 37** direction LA ROCHE GUYON
- rouler environ 3 km et tourner à droite **direction FOURGES D 526**
- **Rendez-vous sur le parking face au restaurant « le moulin de Fourges » en face du MOULIN A EAU**



### ARRIVEE DES NAGEURS ET LIEU DU PIQUE-NIQUE

- Au moulin, traverser le pont et rouler jusqu'aux feux tricolores
- Aux feux, prendre à gauche, **direction GASNY** et continuer sur la départementale
- Avant Gasny, arrivé **à la hauteur des usines**, prendre à gauche le chemin goudronné puis de terre menant aux sous-bois (contourner l'usine)
- Continuer le chemin boisé : l'arrivée se trouve au bord de la rivière



### PROGRAMME PREVISIONNEL

- 11 h 00 : équipement des nageurs sur le parking du Moulin de Fourges puis **informations sur le stage de plongée**
- vers 11 h 45/12 h 00 : départ des nageurs
- à partir de 12 h 30/12 h 45 : arrivée des nageurs, distribution de boissons chaudes et... pique-nique (si le temps le permet !)



### Inscription obligatoire à remettre à Fabienne

ou par courrier à l'adresse postale : SCAF Commission Jeunes- Mairie Bureau des sports – 95130 FRANCONVILLE

Je soussigné, M..... ☎ .....

- **AUTORISE mon enfant**.....à faire la descente de l'Epte en nage avec palmes le 1/04/2018

- **AUTORISE les responsables du SCAF à prendre toutes les mesures d'urgences médicales ou chirurgicales en cas d'accident**

je l'accompagnerai directement au Moulin de FOURGES

je le confierai à M ..... à qui je donne l'autorisation de le véhiculer à l'aller

Et à M.....à qui je donne l'autorisation de le véhiculer au retour.

- **participeront aussi à la descente :** .....

Fait à ..... le ..... 2018

Signature précédée de la mention « **LU ET APPROUVE** »