

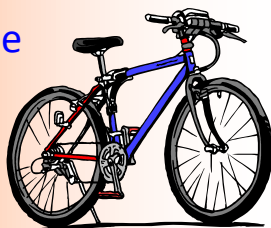
ÉQUIPEMENTS FOURNIS PAR L'ÉCOLE



- ♦ G.P.S
- ♦ Matelas isolants
- ♦ Sacs à dos
- ♦ Brûleurs
- ♦ Cartes
- ♦ Boussoles
- ♦ Tentes
- ♦ Cannes à pêche
- ♦ Skis de fond
- ♦ Raquettes à neige
- ♦ Sacs de couchage

FOURNIS PAR L'ÉLÈVE

- ♦ Gamelle
- ♦ Sac d'hydratation
- ♦ Casque de vélo
- ♦ Vélo
- ♦ Veste de pluie
- ♦ Bottes de marche



PROGRAMME SEC 2-3-4

Randonnée pédestre
Cross-country
Vélo de route
Vélo de montagne
Survie en forêt
Lecture de cartes
Carte et boussole
Techniques de G.P.S.
Cuisine en plein air
Tir à l'arc
Géocaching
Raquette
Ski de fond
Pêche blanche
Patinage
Pêche poissons des Chenaux
Pêche sportive (doré)
Techniques de golf
Mise en forme
R.C.R.
Natation
Conditionnement physique

PLEIN AIR

*École secondaire
le Tremplin*

**Programme enrichi
pour les élèves des
2ième, 3ième et 4ième
secondaires**





VOYAGES SEC 2

Vélo de montagne

Carte et boussole

Randonnée pédestre de nuit

Escalade d'intérieur

Pêche blanche

Ski de fond

Canot-camping

VOYAGES SEC 3

Kayak de mer

Trekking Mt-Ham

Arbre en arbre

Plongée sous-marine

Igloo

Survie - camp de branches

Trekking Gaspésie

VOYAGES SEC 4

Survie - lit de cordes

Trekking Charlevoix

Golf

Escalade de glace

Tente prospecteur

Géocaching

Arbre en arbre

