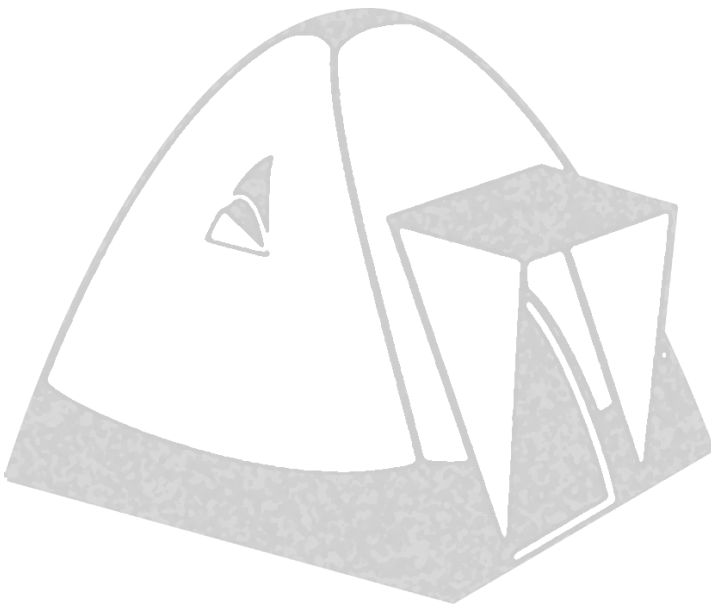




Les activités du CPA Lathus



SOMMAIRE

Activités équestres.....4

Carriole	4
Voltige	4
Balade et randonnée.....	4
Découverte de l'équitation	4
Galops.....	5

Activités de pleine nature7

Escalade en salle	7
Escalade en falaise	7
Grimpe à l'arbre	8
Grimpe pin.....	8
Accro'Lathus (Parcours Acrobatique en Hauteur)	9
Spéléologie	9
Kayak	10
Paddle	10
Course d'orientation	10
Tir à l'arc.....	11
Sarbacane.....	11
Disc'Lathus (parcours de disc'golf).....	11
VTT.....	12
Run & Bike	13
Jeux sportifs collectifs	12
Challenge sportif	13
Géocache	13
Trail.....	13

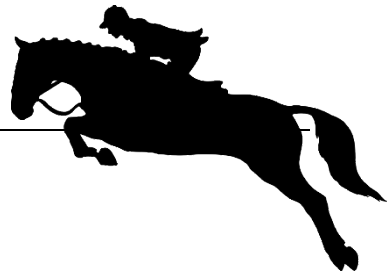
Activités environnementales 14

Pain	14
Ferme.....	14
Jardin.....	14
Pêche	15
Pêche trappeur	15
Cabane.....	15
Produits naturels	16
Mare.....	16
Cuisine.....	16
Balade nature	17
Construction d'arc ou d'autres objets	17
Papier recyclé	17

Activités culturelles..... 18

Magicien	18
Acrobate.....	18
Jongleur	18
Equilibriste	18
Aérien	19
Clown	19
Expression corporel	20
Mime	20
Théâtre	20
Création de spectacle	19
Expériences scientifiques	19
Activités manuelles, bricolage avec la nature	20

ACTIVITÉS ÉQUESTRES



Carriole

Âge minimum : 3 ans

Une balade dans une calèche tirée par deux comtois (chevaux de trait) et les enfants découvrent la nature et le site de la ferme pédagogique.

Voltige

Âge minimum : 4 ans

Sur un cercle au pas, au trot et au galop, les enfants recherchent leur équilibre en effectuant différentes figures acrobatiques seules ou en binôme. Ils peuvent ressentir les différentes allures en lâchant les mains.

Balade et randonnée

Âge minimum : 6 ans

Accompagné de leur moniteur, les jeunes découvrent l'équitation d'extérieur et la sensation de liberté au pas, au trot et au galop. Ils apprennent à contrôler leur monture sur des espaces ouverts. Ils découvrent leur équilibre sur terrain varié (montées, descentes, pentes...).

Découverte de l'équitation

Âge minimum : 4 ans

Pendant cette initiation, les enfants apprennent à monter et descendre avec un montoir, ressangler en selle avec de l'aide, tenir correctement les rênes à une et à deux mains et régler leurs étriers. Une fois à dos de poney ou de cheval, ils sont capables de diriger au pas, d'avancer, de tourner, de prendre

et de poser un objet sur un support, de trotter en lever, de galoper assis, de conduire au trot. Ils alternent courbes et transitions sur un parcours de maniabilité, sautent un obstacle et apprennent les figures de manège de base (cercle, doublé, diagonale...).

Galops

Âge minimum : 6 ans

Galop 1 : les cavaliers enchaînent un parcours de maniabilité au pas et au trot. Ils doivent effectuer différentes figures de manège, des transitions, s'arrêter dans des zones précises et galoper quelques foulées. À pied les cavaliers doivent brosser, seller, desseller, attacher leur monture, mais aussi nettoyer et ranger le matériel. Ils connaissent les règles de sécurité, les principales parties extérieures du cheval, les aides naturelles et artificielles, les robes.

Galop 2 : les cavaliers enchaînent un parcours imposé avec des figures de manège, un obstacle, des barres au sol. Ce parcours est réalisé aux 3 allures et permet de vérifier l'équilibre, la direction et le contrôle du cavalier sur sa monture. À pied, les cavaliers doivent déplacer les épaules, les hanches, trotter quelques foulées et ils doivent connaître les parties du filet, de la selle et du licol, les différents hébergements, les figures de manège.

Galop 3 : les cavaliers doivent dérouler une reprise de dressage donnée en début de la semaine. Ils doivent enchaîner un parcours de 8 obstacles à 50 cm et un obstacle isolé à 60 cm.

Galop 4 : les cavaliers doivent réaliser une reprise de dressage Club 4 Grand Prix (cf site de la FFE). Ils doivent enchaîner un parcours de 10 obstacles à 65 cm et un obstacle isolé à 70 cm.

Galop 5 : les cavaliers doivent dérouler une reprise type Club 3 Grand Prix (cf site de la FFE). Ils doivent enchaîner un parcours d'obstacles avec une combinaison d'une hauteur de 80 cm et être capables d'aller sur le cross, de sauter quelques obstacles fixes et de faire des montées et des descentes.

À pied, les cavaliers savent longer un cheval aux 3 allures et connaissent le squelette et les muscles. Ils sont capables de définir des mots spécifiques au dressage et connaissent les protections.

Galop 6 : les cavaliers doivent dérouler une reprise type Club 2 Grand Prix (cf site de la FFE). Ils peuvent enchaîner un parcours d'obstacles d'une hauteur de 90 cm avec des combinaisons et des lignes à contrat de foulées, ils enchaînent un parcours sur le cross d'une hauteur de 80 cm. À pied, ils doivent être capables de manipuler les longues rênes au pas et au trot, ils connaissent les tendons, l'anatomie et le rôle du pied, les allures et les boiteries.

Galop 7 : les cavaliers doivent dérouler une reprise de dressage type Club 1 Grand Prix (cf site de la FFE). Ils doivent enchaîner un parcours d'obstacles d'une hauteur de 1 m avec des combinaisons et des lignes avec 110 cm en bout de ligne. Ils savent enchaîner un parcours de cross d'une hauteur de 90 cm avec combinaisons. À pied, ils doivent être capables de faire sauter un cheval à la longe et connaître les aplombs, l'hygiène et la santé, les différents équilibres, les attitudes, les embouchures, les enrênements et le transport.

ACTIVITÉS DE PLEINE NATURE



Escalade en salle

Âge minimum : 3 ans

L'escalade est une activité physique de pleine nature pouvant se pratiquer en salle. Le CPA Lathus possède une grande salle d'escalade et un bloc. Cela permet d'initier les enfants comme les adultes à la pratique de cette activité.

Grâce au jeu, les enfants à partir de 3 ans, travaillent leur aisance dans les déplacements sur les parois. Puis, ils apprennent les techniques de sécurité afin d'essayer de dépasser leur limite jusqu'à réussir à toucher le plafond.

Ce sont les notions de plaisir et de partage qui priment tout le long de la séance.

Escalade en falaise

Âge minimum : 7 ans

L'escalade en falaise est l'essence de notre activité.

Nous avons la chance de posséder un site granitique en bordure de Gartempe et nous sommes heureux d'en faire profiter les enfants et les adultes à partir de 7 ans dès que la météo le permet.

Après une marche d'approche d'environ 15 minutes, qui permet d'apprécier un environnement unique et protégé, les grimpeurs découvrent l'escalade en moulinette ou la « via corda ».

L'escalade en moulinette est la pratique de l'escalade la plus connue et la plus accessible aux débutants. Il s'agit de réussir à monter une paroi jusqu'au relais (chaîne tenant la corde) puis de descendre porté par la corde. Grâce à l'apprentissage des techniques d'assurance et du nœud d'encordement nous dirigeons tous les participants vers une pratique autonome.

La via corda ou « visite du Roc côté rivière » est notre activité où la notion d'aventure prend tout son sens. Grâce aux longues (pour s'attacher à la corde), les pratiquants de plus de 8 ans se déplacent horizontalement le long de la falaise qui surplombe la rivière. Comme en montagne le but du jeu est collectif : « on part ensemble, on arrive ensemble ! ». Et pour ce faire l'entraide est à nouveau de mise. Le parcours classique est d'une longueur de 60 m, mais si cela ne suffit pas nous pouvons le rallonger de 30 m et encore l'agrémenter d'une descente en rappel.

Pour les séjours externalisés nous avons également la Dube ou la Guignoterie qui offrent des falaises avec des niveaux de difficulté différents pour permettre aux enfants de se perfectionner en escalade ou d'appréhender une surface différente.

Sensations et souvenirs garantis !

Grimpe à l'arbre

Âge minimum : 9 ans

Cette activité est fortement liée à l'environnement et permet de découvrir de très près différentes essences comme le Pin Maritime, le Charme, le Frêne.

La grimpe à l'arbre est un loisir vert éducatif destiné à apprendre à grimper et à progresser dans les arbres, sans les abîmer, avec un matériel spécifique, garantissant une sécurité totale des grimpeurs. Quatre cordes sont installées et grâce aux mêmes prises que dans une salle d'escalade, il est possible d'attraper les premières branches pour enfin toucher la cime.

Nous pouvons accueillir un groupe de 12 enfants sur cette activité.

Grimpe pin

Âge minimum : 11 ans

Le Pin Perdu est un arbre remarquable qui domine la vallée du Peu, du haut de ses 20 m il offre une lecture de paysage inédite. Il faut, pour arriver en haut, grimper des filets puis se servir des branches, du tronc et des agrès posés ici et là pour l'occasion. Son ascension demande une relative forme physique (accessible à partir de 10 ans si sportif).

Accro'Lathus (Parcours Acrobatique en Hauteur)

Âge minimum : 3 ans

Il s'agit de se déplacer d'arbre en arbre grâce à des agrès et à des tyroliennes. Cette activité mêle agilité, hauteur (jusqu'à 20 m) et efforts physiques.

Notre parcours acrobatique en hauteur se situe en contrebas de la ferme pédagogique dans une forêt traversée par le ruisseau du Peu. Il est composé de 70 ateliers répartis sur 6 circuits : Bambin (de 3 à 6 ans), Super bambin (de 4 à 6 ans), Jaune (à partir de 6 ans), Vert (à partir de 7 ans), Bleu (à partir de 8 ans), Rouge (à partir de 1m50). Pour la plus grande sécurité de tous, nos circuits sont équipés en ligne de vie continue.

Spéléologie

Âge minimum : 9 ans

La spéléologie est une activité d'exploration du monde souterrain. Elle se pratique dans la grotte de Font Serein à Lussac-Les-Châteaux.

Pendant cette activité, les enfants se glissent dans la peau d'un explorateur partant à la découverte du monde souterrain. Ainsi, ils s'aventurent dans les différentes galeries proposées par la grotte. Entre déplacements debout, à

« quatre pattes » ou en rampant, cet environnement inconnu offre une multitude de défis adaptés. Les plus téméraires empruntent des « chatières » (passages très étroits) et les plus grands des passages techniques nécessitant l'utilisation de baudriers et de cordes (« via corda »).

Cette animation permet d'observer les différents paysages comportant stalagmites, stalactites, draperies mais aussi peinture rupestre datant de plus de 20 000 ans.

Kayak

Âge minimum : 8 ans

Installés dans un kayak sur la Gartempe, les participants partagent, avec nos moniteurs et les monitrices, les joies de ce sport aquatique. Ils apprennent les techniques de base permettant d'être autonome et de manier l'embarcation en toute sécurité.

Au rendez-vous : la nature, le calme, le plaisir et l'adrénaline de la navigation dans un environnement préservé sur des portions de la Gartempe adaptées à chaque niveau.

Paddle

Âge minimum : 8 ans

Le paddle est une activité en vogue, un sport relaxant et complet. Tout en sécurité il permet de maîtriser son équilibre pour se propulser et se diriger afin de parvenir à une pratique autonome.

Une fois la planche « apprivoisée », les pratiquants profitent de la navigation debout et prennent plaisir à pagayer pour découvrir les paysages du bord de la Gartempe.

Course d'orientation

Âge minimum : 6 ans

La course d'orientation est une activité de pleine nature permettant de découvrir l'ensemble du village du Peu. Elle permet d'appréhender le milieu en se déplaçant à l'aide d'une carte. C'est un mélange de course à pied et de lecture de carte qui ravissent petits et grands.

Tir à l'arc

Âge minimum : 7 ans

Sport de précision demandant calme, application et détermination, le tir à l'arc est une activité extrêmement ancienne qui occupe une place de choix dans l'imaginaire collectif (Robin des Bois, indiens d'Amérique, archers médiévaux...). L'activité se déroule sur l'un des pas de tir semi-couvert (et éventuellement sur notre parcours en forêt pour les plus aguerris), avec du matériel d'initiation adapté afin de favoriser la réussite de chacun.

Après quelques volées pour apprendre les bases techniques qui améliorent la précision et la régularité, différents jeux sont accessibles, seuls ou en équipe, et adaptés au niveau de maîtrise des participants, pour mesurer ses progrès.

Sarbacane

Âge minimum : 5 ans

Posture, apprentissage de la visée et maîtrise du souffle feront l'objet des premières volées qu'il faudra ensuite savoir reproduire lors de jeux variés. Suivant le niveau il est possible de tirer sur différentes cibles, dans de multiples positions, en couplant avec de la course ou un parcours de motricité... Les possibilités sont diverses et permettent à tous de s'amuser suivant ses envies et ses capacités.

Disc'Lathus (parcours de disc'golf)

Âge minimum : 6 ans

Dans cette activité issue du golf, la balle est remplacée par un frisbee et le trou par une corbeille. Il s'agit d'atteindre la cible en le moins de coups possible. Notre parcours permanent (environ 2,2 km) permet de pratiquer cette activité tout en se baladant au cœur des différents paysages qu'offre la Vallée du Peu.

Un kit de Disc golf portable permet de laisser libre-cours à son imagination en créant son propre parcours et ainsi mettre au défi ses camarades. Il faut faire preuve d'ingéniosité et d'adresse pour réussir le coup parfait (« Ace »).

VTT

Âge minimum : 9 ans

Des activités ludiques permettent de découvrir ensemble ce moyen de déplacement. En fonction des connaissances des participants sur l'activité et du matériel utilisé, des parcours de maniabilité et des jeux variés permettent d'évaluer le niveau de chacun.

La grande diversité des chemins de notre territoire est idéale pour nous balader, randonner et surtout nous amuser tout en continuant à apprendre et à mettre en pratique les compétences nécessaires (propulsion, direction, freinage, équilibre...). Les parcours de niveau différent permettent de s'adapter à chaque individu et à chaque groupe.

Enfin, cette activité est également une approche et une découverte de la faune et de la flore environnante.

Run & Bike

Âge minimum : 10 ans

En binôme, dans les sentiers qui ornent le CPA Lathus cette activité permet de découvrir la diversité des chemins, l'entraide, mais aussi à diversifier ses connaissances sportives. Entre la propulsion, la direction, le freinage, l'équilibre du vélo et les techniques de course pour s'économiser, cette activité permettra de se dépenser tout en admirant les paysages.

Jeux sportifs collectifs

Âge minimum : 6 ans

En fonction des envies de l'ensemble du groupe, une multitude de jeux sportifs sont possibles.

Foot, volley, ultimate, bumball, kin ball, hockey sur gazon, thèques, ne sont que des exemples parmi toutes les possibilités. Il est même possible de pratiquer des activités imaginées par ses animateurs.

Challenge sportif

Âge minimum : 6 ans

Le challenge sportif est une activité emblématique du CPA Lathus. Pendant une demi-journée ou une journée, les participants s'opposent en équipe sur une multitude d'épreuves issues de l'ensemble des activités du CPA Lathus. Qu'elles soient sportives, culturelles, environnementales, ces épreuves permettent de découvrir ou de redécouvrir ces activités autrement. Adeptes ou non de la compétition, c'est avant tout la promesse d'une journée de partage, de convivialité et d'amusement.

Géocache

Âge minimum : 10 ans

Plusieurs parcours de géocaching se situent dans un rayon de 70 km autour du CPA Lathus, l'un d'eux part de notre site. Pour trouver et obtenir le trésor de fin de parcours, il faut résoudre des énigmes sur la thématique du patrimoine, de la faune, de la flore tout en s'amusant. Les participants partent à l'aventure, explorent et surtout restent attentifs à tout ce qui les entoure. Les réponses aux questions sont peut-être juste sous leur nez...

Trail

Âge minimum : 10 ans

Les parcours de trail du CPA Lathus sont faits pour les amateurs de course à pied qui recherchent un cadre idyllique comme la vallée du Peu, sa faune et sa flore. Chaussures bien attachées, il convient de suivre les différents circuits permanents imaginés par les animateurs férus de nature.

ACTIVITÉS ENVIRONNEMENTALES



Pain

Âge minimum : 3 ans

La fabrication du pain passe par la découverte des ingrédients nécessaires et de leurs origines. Tous les sens sont mis en éveil au fil de la recette : on touche la farine, la pâte qui colle aux doigts, on sent la levure... Les étapes se succèdent : mélange des ingrédients, pétrissage, levage et cuisson pour parvenir à la confection d'un petit pain. Quel plaisir de repartir avec et de le déguster !

Ferme

Âge minimum : 3 ans

Cette activité est idéale pour faire la connaissance des animaux de la ferme. Les vaches, les chèvres, les brebis, les ânes, les chevaux, les truies, les lapins, les poules, les pintades, les dindes, les canards, les oies vous attendent. Ils aiment qu'on les caresse, qu'on prenne soin d'eux, qu'on les nourrisse. Si le temps le permet il est possible de participer à d'autres travaux de la ferme : curer les clapiers et les pondoirs, transporter du foin, déplacer les animaux... Et même de traire manuellement les chèvres et avoir la joie de faire « sortir du lait » de leur mamelle.

Jardin

Âge minimum : 3 ans

Nos espaces permettent de découvrir les plantes aromatiques du jardin potager et d'apprendre à les reconnaître grâce à leurs odeurs. Il s'agit de mettre tous ses sens en éveil en partant à la recherche de formes, de textures et de couleurs diverses et pourquoi pas de déguster des légumes de saison.

D'autres travaux à effectuer dans le jardin éveillent aux pratiques respectueuses de l'environnement : désherbage à la main, paillage, compostage, semis de fleurs...

Pêche

Âge minimum : 8 ans

Partir à la découverte de différents milieux aquatiques et apprendre à monter une ligne au coup, à régler un flotteur, à sonder, à fixer un appât et décrocher un poisson, des gestes qui n'auront plus de secrets pour les participants à l'activité. Tous sauront reconnaître les poissons et leurs caractéristiques (biologie, reproduction, alimentation).

Pêche trappeur

Âge minimum : 8 ans

Plus que la pêche traditionnelle, l'idée est de fabriquer une canne à pêche à l'aide d'une tige et de la compléter avec les éléments récupérés dans la nature. Il n'y a plus qu'à placer un hameçon au bout et à récupérer des vers de terre pour aller pêcher à la façon des trappeurs.

Cabane

Âge minimum : 8 ans

Après avoir repéré un endroit adapté, on récupère des matériaux dans les bois : de longues branches droites et solides pour constituer l'armature, des fougères à rajouter sur les côtés et le toit... Puis, en groupe, on répartit les tâches pour construire la cabane dans laquelle on pourra dormir si la météo le permet.

Produits naturels

Âge minimum : 8 ans

Nous proposons d'apprendre à fabriquer des produits ménagers et/ou cosmétiques.

Après avoir découvert les différents ingrédients, on choisit les produits à fabriquer : liquide vaisselle, lessive, baume à lèvres, crème pour les mains. Ces produits sont mis en pot et peuvent être testés tout au long du séjour.

Mare

Âge minimum : 6 ans

Après avoir observé la mare, place à la pêche ! Grâce à une épuisette on peut faire connaissance avec les animaux aquatiques et apprendre à les reconnaître.

Découvrons comment ils respirent, se déplacent, et quel est leur régime alimentaire... Quand le niveau de l'eau le permet, il est possible de pêcher dans le ruisseau en soulevant des cailloux et découvrir de nouveaux animaux adaptés à la présence du courant.

Cuisine

Âge minimum : 6 ans

À partir des fruits et des légumes du jardin potager, nous confectionnons un goûter (gâteaux, sirop, compote, confiture ...). Une visite au marché de Montmorillon permet de compléter la liste des ingrédients et d'imaginer un repas complet. Des crudités, une pizza, des lasagnes de légumes, des tartes... L'embarras du choix pour satisfaire les papilles !

Balade nature

Âge minimum : 3 ans

Profiter d'une balade pour découvrir différents milieux : la haie, le bois, la prairie, le ruisseau, la mare, le village... Et cela en utilisant nos sens pour écouter les bruits de la nature, toucher des écorces d'arbres, sentir des plantes sauvages, observer des formes et des couleurs variées, goûter des fruits, rechercher des traces et des indices de présence. Puis, à l'aide des éléments naturels collectés, créons un tableau de la nature.

Construction d'arc ou autres objets

Âge minimum : 8 ans

Pour fabriquer un arc ou un objet, il faut repérer un arbre facile d'utilisation et apprendre à manier un couteau en toute sécurité. Que ce soit en taillant une branche, en utilisant une feuille ou tout autre élément naturel tu pourras découvrir la satisfaction d'avoir créé toi-même un objet.

Papier recyclé

Âge minimum : 6 ans

Et si on fabriquait notre papier à l'aide de papier journal ? Pour cela, il faut déchirer des petits morceaux de papier et les mélanger avec de l'eau tiède. Une fois mélangé, on récupère la pâte à papier à l'aide d'un tamis. Cette pâte est déposée sur un torchon pour enlever l'excédent d'eau à l'aide d'une éponge. Enfin, la feuille obtenue peut être décorée avec des pétales de fleurs. Au bout de 24h de séchage, la feuille de papier est prête à être utilisée.

ACTIVITES CULTURELLES



Magicien

Âge minimum : 3 ans

Les enfants abordent les techniques de base de la magie leur permettant de réaliser de petits numéros qu'ils pourront par la suite refaire chez eux, comme le fameux bonneteau ou les manipulations de cartes et d'objets en tous genres !

Acrobate

Âge minimum : 3 ans

Une approche ludique des acrobaties permettant aux enfants de développer ou de perfectionner leur motricité tout en réalisant des figures dynamiques et des portés en toute sécurité.

Jongleur

Âge minimum : 3 ans

Cette discipline permet d'exprimer sa créativité tout en développant sa coordination. Ceci grâce à l'apprentissage des techniques de base du jonglage avec des balles, des foulards, des bolas, des diabolos, des massues et bien plus encore !

Equilibriste

Âge minimum : 3 ans

Les enfants pratiquent le rolla-rolla, la boule, les tonneaux, le fil ou la corde pour développer leur équilibre.

Aérien

Âge minimum : 3 ans

Dans les airs, les enfants apprennent à appréhender la hauteur, maîtriser leur corps sur des agrès tel que le trapèze, le cerceau, le tissu ou encore, le mât chinois.

Ils se surpassent tout en créant et s'amusant.

Clown

Âge minimum : 3 ans

Par les techniques du clown et du maquillage, les enfants apprennent à se présenter et s'exprimer devant un public par le rire, l'émotion et le partage.

Expression corporelle

Âge minimum : 3 ans

Les enfants pourront apprendre à bouger leur corps, à comprendre les mouvements et à les reproduire en rythme pour laisser libre cours à leur créativité.

Mime

Âge minimum : 3 ans

Les enfants apprendront à reproduire les sons, les mouvements et les mimiques d'objets, personnages, ou encore anomaux pour éveiller leurs différents sens.

Théâtre

Age minimum : 3 ans

Par les techniques de mise en scène théâtrale les enfants découvriront l'improvisation, et la capacité à s'exprimer pour laisser vivre leur créativité et leur sens de la scène.

Création de spectacle

Âge minimum : 3 ans

En apprenant à raconter une histoire, à créer et à incarner des personnages avec des costumes et un décor, les enfants peuvent finaliser leurs expériences de séjour en réalisant un spectacle devant les parents ou en itinérance.

Expériences scientifiques

Âge minimum : 6 ans

En observant ce qui nous entoure, posons-nous des questions et élaborons quelques expériences pour trouver des réponses.

Des défis sont proposés sur diverses thématiques : expériences autour de l'eau et découverte de milieux aquatiques (adaptation au milieu des animaux), vie à la ferme pédagogique et enquête « scientifique » autour des animaux, cuisine et expériences à l'aide de plusieurs ingrédients, expérimentation et fabrication de la pâte à modeler, de colle, de peinture naturelle...

Activités manuelles, bricolage avec la nature

Âge minimum : 6 ans

L'objectif de cette activité : apprendre à utiliser et à respecter la nature pour construire et réaliser différents objets.

À partir des éléments naturels du bois, du ruisseau, de la haie et de la prairie, nous pouvons peindre avec la nature, faire des impressions végétales, fabriquer des jeux, des mobiles... Certaines œuvres sont réalisées directement dans le milieu naturel et y resterons ; d'autres peuvent être emportées en souvenir...