

Mercredi 30 mai 2018.

7h15 : Une fois de plus, tout le monde est bien à l'heure pour le challenge des poids. A la clef, une possibilité de creuser l'écart avec les autres concurrents !! Malgré les efforts de la veille, ils ont encore de l'énergie même si le dernier relais sans poids a semblé plus difficile. Normal !!

Sans perdre de temps, départ vers le grand étang pour un triathlon. Les conditions sont aujourd'hui très bonnes sous un beau soleil et une bonne chaleur. Le top !!

Le groupe A se prépare pendant que le groupe B se place sur le parcours afin de les guider et les encourager. Puis inversion des rôles. Les courses sont acharnées, très motivées, spectaculaires à l'arrivée nous offrant de beaux duels et au final de belles performances. Et cette fois, nous avons vraiment de la chance car la pluie et l'orage commencent au moment où on arrive au centre pour se mettre les pieds sous la table !! C'est bon !!

Déjeuner :

- Taboulé
- Bœuf aux carottes et navets
- Camembert
- Liégeois

14h :

Enfin l'orage redouté est passé et les moniteurs de canoë-kayak, Jules et Raphael nous attendent pour la descente de Mimasse, entrecoupée de jeux collectifs, de chavirage, le tout dans une excellente ambiance !! Il fait très beau et les premiers coups de soleil voire de bronzage sont déclarés !! Bon signe... Les organismes profitent de ces moments de fraîcheur pour récupérer des efforts de la semaine...qui n'est pas encore terminée.

17h00 : quartier libre mérité où chacun s'adonne à ses loisirs sans oublier de faire sécher les combis aux séchoirs collectifs avant de les ranger définitivement dans les sacs !!

18h 19h : devoirs !! Eh oui, on n'oublie pas le travail scolaire au triathlon !!

19h00 diner :

- Oeufs en mayonnaise maison
- Baguette flambée
- Salade
- Compote

20h00 : soirée cinéma surprise !! Au programme ce soir : « Kingsman ». Heureusement, personne ne l'avait vu. Bingo !! Ils ont adoré les aventures d'Eggsy et Roxy !!

22h30 Extinction des feux !!

Anecdotes :

- Chaque année, nous avons droit à un as de la boussole. L'an dernier, Gael avait déjà montré son sens de l'orientation lors du triathlon. Cette année, ce sont deux stars élues à l'unanimité ; j'ai nommé Chloé B et Anais !! L'une au triathlon a filé tout droit alors que Dimitri et Brice lui indiquaient de tourner !! « Non, j'irai tout droit !! ». La deuxième Anais a failli se perdre à la ferme pédagogique que l'on a traversée dans tous les sens la veille !! Ce n'est pas grave car elles ont assuré dans leurs épreuves (mais il faudra refaire un peu de C.O. !!).
- Enfin, saluons les belles performances de Brice qui a failli battre une fois de plus le record de JB Marcel au triathlon





Traditionnel réveil musculaire cette fois-ci à Peu sous forme de relais avec et sans poids. Les jambes sont un peu lourdes et ça se sent dès la montée de la côte (« je ne vais pas pouvoir monter là-haut, c'est impossible monsieur !!). Enfin, avec l'aide d'une météo de plus en plus clémente, nos 20 triathlètes se sont une nouvelle fois dépassés récoltant au passage quelques points importants pour leur équipe lors du décompte de jeudi soir.

9h30 : départ pour le Grand Etang en VTT et suite des challenges avec le triathlon. Le groupe A se prépare pendant que le groupe B se place sur le parcours afin de les guider et les encourager. Puis inversion des rôles. Les courses sont acharnées, très motivées, spectaculaires à l'arrivée nous offrant de beaux duels et au final de belles performances. Le temps tourne trop vite ; retour express vers le CPA Lathus en moins de 30 minutes pour un bon déjeuner...encore une fois bien mérité.

Menu :

Salade de lentilles

Haricots verts à la Niçoise

Fromage

Flan pâtissier

14h30: après-midi spéléologie avec un peu de retard (exercice incendie au centre) avec Olivier, animateur déjà en 2010 et 2012 et Florian. La visite de la grotte est riche avec une peinture rupestre préhistorique, mais aussi très ludique avec le passage dans l'obscurité de chatières et autres étroitures. Elle permet aussi à nos jeunes de découvrir les diverses qualités de l'argile comme les glissades, mais aussi comme le maquillage. Un bon moment de détente, c'est certain.

Lors du retour, nos jeunes sauront aussi remercier nos deux animateurs Florian et Olivier pour leur dépassement d'horaire nous permettant de profiter à fond des lieux.

Détente sur le centre puis dîner à 19h30.

Menu :

Betteraves rouges

Tartiflette

Salade verte

Yaourt aux fruits

Bilan de la journée et préparation de la journée suivante suivi du travail personnel et collectif...

Quelques anecdotes... :

- **Tous les ans, il y a toujours un cascadeur pour réaliser un figure en vélo. Cette fois-ci, c'est Loïc, qui nous a gratifiés d'un soleil. Plus de peur que de mal, mais au moins la garantie d'une belle météo.**
- **Quand le moniteur de spéléologie montre avec sa lampe une peinture préhistorique représentant un mammouth, il désigne encore plus précisément l'animal en faisant une ombre sur le mur avec son doigt. « Vous voyez le mammouth avec mon doigt ?? » Marie G est très imaginative et voit effectivement cet animal directement sur...le doigt du moniteur !! Mais comment fait-elle ?? Trop forte Marie !**
- **Toujours en spéléo, alors qu'on devait évoluer tranquillement en file indienne à quatre pattes dans l'obscurité totale sous une voûte, Katie nous a alors tous doublé. Elle nous a fait un extérieur dans la rigole en contre-bas digne des meilleurs dépassements de Sébastien Loeb !! C'est sûr, elle n'allait être la dernière à sortir du gouffre !!**





