



## HEURES D'OUVERTURE DU CAMP ÉTÉ

De 9 h à 16 h. NOUS APPRÉCIONS VOTRE PONCTUALITÉ.

Accueil avant et après le camp de 8 h à 9 h et de 16 h à 17 h.

## CE QU'IL FAUT APPORTER

Tous les éléments énumérés sont obligatoires. Veuillez placer tous les articles dans UN bac "étiquettée" Rubbermaid ROUGHNECK, car nous opérerons à partir de l'Amik Lodge cette saison. Veuillez envoyer beaucoup de nourriture dans une boîte /sac à lunch séparée.

Nous avons de l'eau sur place.

- Vélo de montagne avec des pneus à crampons. Si la taille du vélo pose un problème de sécurité, vous devrez louer un vélo sur place. *Il y aura des frais si le vélo a besoin d'être réparé. S.V.P. enlever le « kickstand ».*
- Casque de vélo répondant aux normes de sécurité [www.mec.ca/en/explore/how-to-choose-a-cycling-helmet](http://www.mec.ca/en/explore/how-to-choose-a-cycling-helmet)
- Gants de cyclisme
- Un porte-bouteille sur le vélo avec une bouteille d'eau (le camelbak peut-être chaud et une distraction)
- Des vêtements moulants (pas de jeans, de shorts amples, de t-shirts longs).  
Les shorts de vélo sont fortement recommandés.
- Chaussures de course à pied.
- Un vêtement de rechange (paire de bas)
- Imperméable
- Sac à dos (petit)
- Spray antimoustiques
- Chapeau
- Des activités de détente (livres, matériel de dessin, jeux) que nous gardons dans le lodge en cas de mauvais temps.

Le téléphone portable sera rangé durant la journée et accessible en cas d'urgence avec l'accompagnement du coach.

**Chaque soir, les enfants rentrent chez eux avec leur boîte à lunch et leurs vêtements mouillés.**

**Les vélos restent sur place, enfermés dans notre conteneur.**

**Prévenez-nous si votre enfant a besoin de ramener son vélo à la maison pour l'entraînement du club.**

## HEURES D'OUVERTURE DU BUREAU

Si vous avez quelque chose d'urgent à communiquer à Dominique appelez au **819.456.2786**.

Laissez un message détaillé. **Nous n'envoyons pas de texto.**