

Le 02 JUIN 2012

Les Ascéïstes Bougent la Normandie



Au Lac de CANIEL

Le mot de la présidente de Région

Bonjour à tous,

En 2011, la région Normandie vous a reçu sur la côte de Nacre à Houlgate.
Ce fût un véritable succès. Vous avez été nombreux à venir partager les diverses activités que l'ASCE du Calvados vous a proposé.

Cette année, c'est le CETE 76 qui met à l'honneur un site magnifique qu'est le Lac de Caniel à CANY-BARVILLE.

Je vous invite à répondre nombreux à l'invitation de la présidente et de son comité directeur.
C'est une journée toujours agréable où le sport et la culture font très bon ménage.

Alors répondez présents le 02 Juin 2012, ne vous abstenez pas !!!!!

Marie-Claire LECARPENTIER
Présidente de l'URASCE Normandie

Le mot du directeur du CETE

Je me réjouis, une nouvelle fois, de la vitalité de l'ASCE 76 CETE pour organiser une manifestation conviviale, qui va réunir des ascéistes de la région Normandie .

Cany-Barville, comme beaucoup de communes rurales de cette région, offre ses ressources de loisirs pour un éco-tourisme familial, dont bénéficiera cette journée SLC.

Les amoureux du terroir, du patrimoine, de l'histoire locale y trouveront aussi leur compte.

Quant à la convivialité, elle est acquise par avance, je m'en porte le garant !
A bientôt !

Michel LABROUSSE
Directeur du CETE Normandie-Centre

Le mot de la Présidente de l' ASCE76CETE

Chers Ascéistes de Normandie

C'est avec grand plaisir que l'équipe de l'ASCE76CETE vous accueillera le 02 juin 2012 sur la base de loisir du Lac de Caniel à CANY-BARVILLE.

Nous avons choisi ce lieu pour son cadre verdoyant paisible et la diversité des activités proposées qui conviendront aux plus grands comme aux plus petits, sportifs ou non.

Depuis plus de vingt ans, les ASCE de la région Normandie se réunissent une fois l'an pour passer une journée de détente à travers le sport, la culture, la convivialité et l'envie de se retrouver entre amis.

Espérant vous voir nombreux et en famille pour partager cette journée autour et sur le lac.

A bientôt.

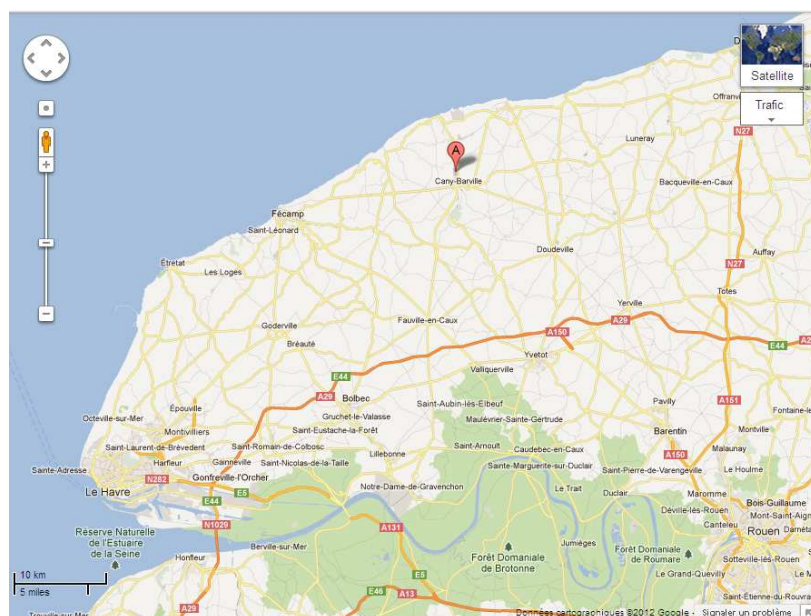
Maud VARIN
Présidente de l'ASCE76CETE

Présentation de la journée

Pour des raisons de sécurité routière, autant que pour réduire notre impact environnemental lors de nos déplacements, nous encourageons la pratique du covoiturage ou la mise en place de cars pour se rendre à Cany - Barville.

Lieu

Rendez-vous au Lac de CANIEL de Cany-Barville à partir de 9h pour un accueil petit-déjeuner.



Un hall d'accueil ainsi qu'une salle de restauration seront à notre disposition du matin jusqu'au soir. C'est en ce lieu que l'ensemble des renseignements seront disponibles.

Restauration

Le midi, des plateaux repas froids pour les adultes et des box pour les enfants (jusqu'à 10 ans) seront à votre disposition dans notre salle entre 12h et 14h. Vous serez libres de les consommer sur place ou de vous installer sur les aires de pique-nique en extérieur.

Les plateaux repas seront composés de :
charcuterie* – crudités – salades composées – viandes blanches – fromage – grillés aux pommes ou flan – petit pain – bouteille d'eau de 50 cl

Les box seront composées de :
Nuggets – frites – compote – jus d'orange et un tour de luge d'été offert.

*vous avez la possibilité de nous demander un plateau repas sans porc ou sans viande en le précisant sur votre bulletin d'inscription.

Le soir, un apéritif vous sera servi en salle à partir de 19 h.
Un repas chaud suivi d'une animation dansante viendra clore la journée.

Repas du soir :

- Adultes

Buffet du marché

Rôti de porc* ou poisson sur lit de tagliatelles

Tarte de saison

¼ de vin ou de cidre

Café

- Enfants jusqu'à 10 ans

Buffet du marché

Jambon* pâtes

Glace

Soda ou jus de fruit

*De même que le midi, vous avez la possibilité de choisir avec ou sans viande.

Buvette

Cette année, notre ASCE n'a pas la possibilité de proposer un service buvette, seule l'eau sera à disposition.

Les consommations autres que l'eau seront à régler au bar du site ou à emporter par vos propres moyens et à consommer en extérieur.

Exemple de tarifs pratiqués sur le site :

<i>Bière pression 25 cl 1664</i>	2,90€	<i>50cl</i>	5,50€
<i>Coca, Nestea, Perrier, Jus de fruits, eau</i>		<i>33cl</i>	3€
<i>Café</i>	1,20€		

Activités culturelles ouvertes à tous

En salle, nous vous proposerons des sports cérébraux !

Dictée :

15h00 et 17h00, sans inscription

Mots croisés :

Vous devrez compléter la grille et trouver le mot mystère.

Questionnaire:

Des questions sur la nature et la botanique vous attendront tout au long du parcours pédestre autour du lac.

Ces activités ne nécessitent pas d'inscription.

Les mots croisés et le questionnaire seront à retirer à l'accueil et à remettre avant 16h30.

Responsables : Maud VARIN

Pensez à vous munir d'un stylo pour ces activités

Ateliers créatifs



La section loisirs créatifs vous accueille de 10 H à 12 H et de 14 H à 18 H pour :

Une initiation à la mosaïque (inscription préalable souhaitée)

Vous pourrez décorer un support en médium avec de la mosaïque (lézard, mini fleur, miroir vague).

La durée de réalisation varie selon le support choisi.

Mini support environ 1 heure.

Lézard et miroir minimum 2 heures.

Cette initiation est accessible à partir de 8 ans.

Décoration d'une carte avec du sable coloré.

Vous choisirez un motif et le reporterez sur une carte adhésive à inciser au cutter selon le motif pour ensuite y appliquer du sable coloré.

Accessible à tous.

Responsable : Sylvie HELEINE

Animation enfants

Nous vous incitons à venir en famille pour cette journée régionale.

Le matin, entre 10h et 12h, un concours de dessin sera organisé pour les enfants.

Thème « autour du Lac »

Cette activité sera encadrée par des bénévoles dont au minimum un animateur BAFA. Les dessins seront ensuite exposés dans le hall d'accueil. Les votes seront ouverts sur le temps du midi. En fonction de l'âge et du nombre de nos petits artistes, plusieurs catégories seront dissociées pour augmenter le nombre de gagnants.

Responsable : Guillaume RAJON

L'après-midi, les enfants seront laissés sous la responsabilité de leurs parents. Plusieurs jeux pour enfants sont en libre accès sur le site du lac, les enfants auront de quoi s'amuser toute l'après-midi.



Un skate-park est également en libre accès pour les plus grands.



Règlement général des activités sportives

Toute personne qui désire participer à cette journée sportive doit impérativement être adhérente de son ASCE(E) et avoir un visa médical pour pratiquer la course à pied, les randonnées cyclo, le football et le ski nautique s'il n'est pas licencié.

Les participants aux diverses activités s'engagent à respecter les structures mises à leur disposition, les consignes de sécurité et la nature. Ainsi, ils devront ramasser tous leurs déchets.

Les enfants restent sous la responsabilité de leurs parents.

En fonction des activités pratiquées et de la météo, nous invitons chacun à prévoir de bonnes chaussures et des vêtements adaptés. Vous aurez la possibilité de vous doucher et de vous changer après les activités. Vous aurez la possibilité de stocker vos affaires pour la journée dans le lieu d'accueil.

Certaines activités pourront être annulées en cas d'inscriptions insuffisantes.

Quelques tournois sont gérés en fonction des activités et donneront lieu à des récompenses.

La composition des équipes devra être pré-établie pour le matin même de la manifestation. Tout joueur inscrit dans une équipe (y compris les remplaçants) n'aura pas la possibilité de jouer avec une autre association.

Cette démarche pourra, par contre, être faite avant les inscriptions par une ASCE(E) qui désirerait compléter son équipe.

Les équipes peuvent être féminines, masculines ou mixtes.

L'ASCE76CETE se réserve le droit de modifier les règlements des différentes disciplines pour tenir compte du nombre de participants, des impératifs horaires et d'éventuels désagréments météorologiques.

Mini-golf



Le nombre de participants par Association n'est pas limité mais soumis à inscription.

Un coupon sera remis aux personnes inscrites et vous permettra de retirer le club et les balles nécessaires auprès du centre de loisirs.

Le parcours pourra être réalisé tout au long de la journée.

Cette activité est accessible aux enfants accompagnés.

Course à pied



Le départ sera donné à 11 h.

Le nombre de participants par association n'est pas limité (au contraire) .

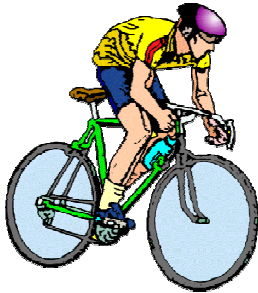
L'épreuve se déroulera sur le parcours du tour du lac de 2,5km.

- parcours femmes et enfants de + 12 ans à 16 ans 5 km environ
- parcours hommes 7,5 km environ
- parcours enfants de - 12 ans 2,5 km

Un classement individuel et un classement par ASCE(E) seront établis à l'issue de la course.

**Responsables: Isabelle CHARLES
Cédric NICAISE**

Randonnée cyclo



Selon le nombre de personnes inscrites, il vous sera proposé une randonnée cyclo dans les environs de Cany-Barville.

Prévoir de venir avec un vélo en bon état, un casque obligatoire, éventuellement un gilet fluorescent et un bidon pour boire sur le circuit.

- **circuit n°1** : le matin départ vers 10 h
Parcours d'environ 30 km
- **circuit n°2** : l'après-midi départ vers 14 h
Parcours d'environ 50 km

Responsable : à définir

Randonnée pédestre



Le nombre de participants par Association est illimité (adultes, enfants et nos amis à quatre pattes sont acceptés).

Le départ est prévu à 10 h pour la randonnée du matin.
Celle de l'après-midi partira à 14 h 30.

Les randonnées se dérouleront sur des sentiers balisés. Celle du matin ne dépassera pas 8 km, et celle de l'après-midi environ 12 km

Responsable : Didier LAVARDE
Jean-Claude CARDON

Pétanque



Le tournoi se déroulera sur la journée.

Le concours se déroulera en DOUBLETTES. Chaque joueur devra se munir de 3 boules. Chaque équipe devra se munir d'un but (cochonnet) et du nécessaire pour mesurer.

La distance du jeu sera de 6 à 10 mètres.

Les parties se dérouleront suivant le règlement de la Fédération Française de Pétanque et de Jeu Provençal soit en 13 points.

Selon le nombre d'engagés, les éliminatoires s'effectueront soit par tableau qualificatif suivi d'une élimination directe, soit sous forme d'un championnat.

Le classement sera établi en fonction du nombre de parties gagnées, puis en cas d'égalité, en fonction des différences de points obtenues.

Responsable: Viviane LASNEL

Billard

Quatre billards seront mis à disposition entre 10h et 12h

L'activité est donc limitée à la participation de 8 équipes de 2 joueurs.

Des coupons seront remis aux inscrits et permettront l'accès aux queues et boules nécessaires.

Responsable : Maud VARIN

Bowling

Le tournoi aura lieu entre 10h et 12h.

L'activité est limitée à la participation de 20 joueurs. Seules les 20 premières inscriptions seront prises en compte.

Une première partie sera disputée entre 4 équipes de 5 joueurs tirés au sort.

Les gagnants des quatre équipes se rencontreront dans une finale lors d'une seconde partie.

Responsable : Maud VARIN

Luge d'été



Cette activité sera ouverte entre 14h et 15h période pendant laquelle une piste est réservée pour les participants ASCE(E) de la journée.

Le nombre de participants n'est pas limité au contraire.

L'accès à la piste et les consignes de sécurité seront donnés par un animateur du lac.

Ouvert à tous, adultes et enfants accompagnés.

Canoé - pédalos



Cette activité sera ouverte entre 14h et 18h
2 pédalos de 4 personnes chacun et 2 canoës de 2 personnes seront mis à disposition

Le nombre de participants par association n'est pas limité (au contraire)

Un parcours chronométré sera défini sur le lac.

Responsables : Isabelle CHARLES
Cédric NICAISE

Ski nautique



ACTIVITE AVEC SUPPLEMENT

Une **participation de 5€** vous sera demandée.

Inscription obligatoire.

La séance aura lieu de 17h à 18h sur le lac. Des douches seront mises à disposition après les séances.

Cette activité étant limitée à 25 personnes, seules les 25 premières inscriptions seront prises en compte.

Prévoir une combinaison pour les plus frileux si vous n'en avez pas, un complément de 5€ sera demandé pour sa location.

Football à 7



Art. 1 Participation des joueurs

Tout participant devra être titulaire de la carte d'adhérent et d'un certificat médical l'autorisant à pratiquer le football ou d'une licence de la F.F.F en cours de validité. Les participants extérieurs pourront prendre part au tournoi, leur nombre sera limité à 3 par match.

Ar t. 2 Contrôle des engagements des participants

Chaque ASCE(E) participante doit fournir à l'organisateur la *fiche récapitulative* des inscrits dûment remplie et signée par le président d'appartenance. Cette dernière devra mentionner la non contre indication à la pratique du sport concerné, la filiation, l'identité et le numéro de la carte fédérale. L'original ou la copie du certificat médical ou de la licence de la fédération sportive concernée devra être jointe à cette liste.

Une personne ne figurant pas sur la liste transmise par son président à l'organisateur ne pourra prendre part de quelque manière que ce soit au tournoi.

Un contrôle des listes nominatives sera effectué dès lors qu'un capitaine d'équipe le demande. Le contrôle sera effectué par l'ensemble des capitaines qui devront s'assurer que l'identité des participants d'une association correspond à la liste signée par le président de cette dernière, chaque participant devra présenter une pièce d'identité.

Art. 3 Nombre d'équipes

Chaque association pourra présenter une ou plusieurs équipes.

Si la participation est de 2 à 7 équipes, le tournoi se déroulera sous forme d'un mini championnat où le premier sera le vainqueur du tournoi.

Si la participation est de 8 équipes ou plus, le tournoi se déroulera en deux poules tirées au sort avant le début des épreuves. Les deux premières équipes de chaque poule

seront qualifiées pour les demi-finales. Les demi-finales se feront en croisant les équipes des deux poules.

Ar t. 4. Déroulement des rencontres

Dans les rencontres, les points sont décomptés comme suit :

- **Victoire** : 4 points
- **Nul** : 2 points
- **Défaite** : 1 point
- **Forfait / Pénalité** : 0 point

Le classement des équipes s'effectue dans l'ordre décroissant du total des points. En cas d'égalité des points, les équipes sont départagées au goal-average particulier, puis par le goal-average général, puis par la meilleure attaque et en dernier ressort par une série de coups de pied au but.

Lors des phases finales, en cas d'égalité à la fin du temps réglementaire, il est joué une prolongation. En cas d'égalité à la fin de la prolongation, une épreuve de tirs au but désignera le vainqueur.

La durée des rencontres est prévue comme suit :

- **Matches de poules ou matchs de championnat** : 2 fois quinze minutes
- **Demi-finales** : 2 fois 15 minutes et prolongation de 2 fois 5 minutes
- **Matches de classement** : 2 fois 15 minutes
- **Finale** : 2 fois 15 minutes et, si nécessaire, prolongation de 2 fois 10 minutes.

Art. 5 Feuille de match et participants

Une feuille de match est obligatoirement remplie, par rencontre, pour et par les deux équipes en présence.

Sur chaque feuille de match, les équipes peuvent inscrire 10 joueurs dont 3 remplaçants.

Les changements à volonté sont autorisés lors d'un arrêt de jeu et en avertissant l'arbitre.

Un joueur remplacé peut revenir en jeu . Un joueur exclu ne peut être remplacé.

Un joueur ne peut participer à la compétition qu'avec une seule équipe au cours de l'ensemble du challenge.

Le protège tibias est obligatoire pour tous les participants.

Art. 6 Arbitrage

L'arbitrage de champ est assuré par un arbitre proposé par une autre équipe et désigné par tirage aux sorts. Les équipes participant à la rencontre doivent présenter un juge de

touche , ainsi qu'un ballon réglementaire et deux jeux de maillots de couleurs différentes

Un appel nominatif de chaque joueur peut être effectué avant chaque rencontre par l'arbitre, en présence des deux capitaines et du responsable du tournoi, apposition de la signature des capitaines.

En absence de juge de touche, cette fonction est automatiquement assurée par l'un des joueurs portés sur la feuille de match.

Art. 7 Règlement des rencontres

Les règles de la F.F.F seront appliquées et seules valables.

Art. 8 Récompenses

Une récompense sera remise à l'équipe vainqueur du tournoi.

Si le nombre de participants n'est pas suffisant pour organiser le tournoi, les personnes inscrites pourront jouer librement sur le terrain.

Récapitulatif des activités proposées

Activités à la journée :

- Mots croisés
- Parcours nature et botanique (avec questionnaire)
- Pétanque
- Football à 7
- Atelier créatif, mosaïque
- Mini-Golf

Activités du matin (10h – 12h) :

- Randonnée pédestre débutants (8 km)
- Randonnée cyclo débutants (30 km)
- Course à pied
- Bowling
- Billard

Activités de l'après-midi (14h – 18h) :

- Dictée (15h – 17h)
- Randonnée pédestre confirmé (14 km)
- Randonnée cyclo confirmé (50 km)
- Luge d'été (14h – 15h)
- Canoé-pédalos
- Ski-Nautique (17h – 18h)