



## 4e semaine, l'APPN sort d'Espinassou en vélo, le mardi comme le mercredi (29/09/2021)

publié le 29/09/2021

Descriptif :



**Les Activités Physiques de Pleine Nature (APPN)** c'est pour "tous les volontaires" au collège P. et M. Curie. 18 spécialistes de l'une des trois options sportives sont partis mardi au parc des Brizeaux de 15h30 à 17h30 tandis que 14 élèves de l'AS sont sortis entre 13h et 16h ce mercredi au stade de Cholette. **Tous ces élèves font partie du même club : l'AS club APPN**

Les photos et vidéos (!) des sorties dans la suite de l'article.

**TOUS ONT ADORE CETTE JOURNEE. ILS FONT PARTIE DU MEME CLUB : l'AS club APPN !**

**Mardi,**

direction le parc des Brizeaux avec beaucoup de passage dans des revêtements différents du bitume. Découverte d'une carte IOF dans un milieu inconnu, répartition des balises entre 3 équipiers, pour 4 balises obligatoires chacun + 6 à se répartir. A ce petit jeu réservé aux plus jeunes (6e-5e), l'équipe de Lya, Valentin et Manoli, l'a emporté. Miléna, Farel, Dany et Appoline ont quant à eux assuré la pose et la dépose des balises à poinçonner. Ils ont par ailleurs effectué une course au score, cad que les 10 balises étaient à poinçonner sans ordre imposé. Ils se sont parfaitement acquitté de leur mission de guider les plus jeunes. Dans quinze jours, ce groupe d'optionnaires fera un raid multisports d'intégration en centre-ville tout le mardi après-midi.



**Mercredi,**

Julien COURTOIS (ASSEDU), Juliette BEILVERT (stagiaire BPJEPS) et Damien MAZEREAU (prof d'EPS) ont accompagné 14 élèves cet après-midi, essentiellement des 6e et de deux 5e. Après un long temps d'équipement au collège (11 vélos prêtés !) et de recommandations, voici le groupe de 17 qui s'élancent vers la maison de quartier de Cholette.

Un tour de reconnaissance des lignes d'arrêt pour borner l'espace de la future course d'orientation et les élèves sont de suite sur le circuit de modèles réduits. Après plusieurs tours de reconnaissance (et oui il y a beaucoup

d'anticipation dans ces activités) de ce circuit, chacun a pris le départ pour 1 seul tour de qualification. Un Jeune

Officiel contrôlait le bon pilotage du cycliste (chaque roue sur de l'herbe coûterait une pénalité en temps). La grille de départ s'est ainsi remplie avec des temps qui se sont étalés entre 58" et 1'23. Enfin, 3 tours de pistes constituaient la course. Et là un grand bravo aux 15 concurrents (oui, Julien s'est glissé parmi eux) qui ont donné leur maximum sans aucun accrochage ni passage sur herbe ! Pour les fans de résultats, jetez un coup d'oeil sur la photo qui classe nos coureurs de la droite vers la gauche avec Axel en vainqueur.

Vint ensuite le temps de la course d'orientation, en milieu donc inconnu par rapport au stade Espinassou.

D'abord, poser deux (ru)balises par équipe de 2 ou 3. Une fois le "terrain de jeu" installé par les élèves, il restait 10 balises inconnues soit 200 pts (sachant qu'il fallait tout de même passer par les deux posées pour faire un sans faute).

Anticipation toujours, les élèves avaient 1 à 2 min de réflexion avant de s'élancer pour cette chasse aux trésors de plus ou moins grandes valeurs (4 balises à 10 pts, 4 à 20 pts et 4 à 30 pts). Tout cela en un temps imparti volontairement court pour forcer les élèves à prendre des décisions, faire des choix. Chaque minute entamée dépassée coûtait en effet l'équivalent de 20 pts.

Les élèves ont là encore brillé avec 3 équipes à OPM (zéro poste manquant) cad avec 240/240 pts. Même s'il a fallu enlever 20 pts pour 20s à une équipe. Les autres équipes ont marqué 150, 160, ou 210 pts, ce qui est très très bien.

L'équipe redoutable fut celle de Tycia, Lily et Maelyse.

Il ne restait qu'à débaliser le terrain et rentrer, ce qui fut chose faite en moins de 15 min.

Nombreux parmi eux seront au kayak la semaine prochaine, au stade Espinassou pour de la C.O. la semaine suivante.

Et bien sûr tous seront certainement de la partie entre la Toussaint et Noël pour la sortie vélo entre deux périodes de congés.

S'ils sont si forts et motivés, peut-être la forêt sera envisagée dans l'année.



Temps réalisés par chacun lors des qualifications (sur 1 tour)

***Ne manquez pas de cliquer sur le lien ci-dessous pour voir deux vidéos***





|             |  |       |
|-------------|--|-------|
| 1_Noé       |  | 01:07 |
| 2_Kyllian   |  | 01:15 |
| 3_Lily      |  | 01:10 |
| 4_Louane    |  | 01:23 |
| 5_Ayantu    |  | 01:23 |
| 6_Manoli    |  | 01:03 |
| 7_Adeline   |  | 01:12 |
| 8_Axel      |  | 00:58 |
| 9_Alexandre |  | 01:15 |
| 10_Tycia    |  | 01:04 |
| 11_Kelia    |  | 01:19 |
| 12_Lilia    |  | 01:11 |
| 13_Maelyse  |  | 01:04 |
| 14_Leen     |  | 01:11 |
| 15_Juliette |  | 01:11 |
| 16_Julien   |  | 01:06 |

Digiplay by La Digitale (HTML de 1.6 ko)

Digiplay by La Digitale (HTML de 1.7 ko)

l4\_option\_appn\_montage (PDF de 815.8 ko)

j4\_montage\_co (PDF de 844.3 ko)

j4\_montage\_velo (PDF de 883.4 ko)