

SESSION ADRENALINE # 1 2

2 1 - 2 3 JAN 20 1 1

Viens faire le plein d'énergie !

WEEK-END DANS LES ALPES
 JEUINES ACTIFS
 2 5 - 4 0 ANS
 7 5 EUROS

SESSION ADRENALINE # 1 2

2 1 - 2 3 JAN 20 1 1

Viens faire le plein d'énergie !

WEEK-END DANS LES ALPES
 JEUINES ACTIFS
 2 5 - 4 0 ANS
 7 5 EUROS

FORMULAIRE D'INSCRIPTION

(Attention : 24 places disponibles - Date limite : 31 décembre 2010)

NOM Prénom.....
 Adresse.....
 Tel..... @.....
 Date de naissance...../...../ 19.... Profession.....
 Ce que j'attends de la Session.....

- J'arriverai par le train (horaires).....
- Je viendrai avec ma voiture avec places disponibles.
- Je désire une place dans une voiture.

Je vous prie de trouver ci-joint un chèque de 75 € (ordre : Abbé Christophe Beaublat)

A..... le...../...../ 2010 Signature :

FORMULAIRE D'INSCRIPTION

(Attention : 24 places disponibles - Date limite : 31 décembre 2010)

NOM Prénom.....
 Adresse.....
 Tel..... @.....
 Date de naissance...../...../ 19.... Profession.....
 Ce que j'attends de la Session.....

- J'arriverai par le train (horaires).....
- Je viendrai avec ma voiture avec places disponibles.
- Je désire une place dans une voiture.

Je vous prie de trouver ci-joint un chèque de 75 € (ordre : Abbé Christophe Beaublat)

A..... le...../...../ 2010 Signature :

SESSION ADRENALINE

Prieuré Saint Pierre-Julien Eymard

22, chemin du Bachchais

38240 MEYLAN

BUT

- > Se détendre avec d'autres jeunes actifs
- > Se faire de nouveaux amis
- > S'instruire
- > S'exercer à la maîtrise des émotions et à la prise de risque

PROGRAMME

VENDREDI 21

19h.45 : Accueil au Prieuré
20h.00 : Repas tiré du sac (soupe offerte)
21h.00 : *Mieux communiquer : les atouts de la méthode E.S.P.E.R.E.* (suite et fin)
21h.45 : Complies chantées
22h.30 : EDF

SAMEDI 22

07h.00 : Prière du matin
07h.05 : PDDM
07h.50 : Départ pour Lans-en-Vercors.
Activités :
1/2 journée Escalade de Gla-

ce (1 moniteur BE par groupe de 8)
1/2 journée Randonnée en Raquettes à Neige.
18h.30 : Messe (confessions possibles avant et après)
19h.45 : Repas (fondue savoyarde)
21h.15 : *Les merveilles de la Création* (documentaire sur la Savoie)
21h.50 : Complies chantées
22h.30 : EDF

DIMANCHE 23

07h.20 : Oraison dirigée
07h.40 : Prière du matin
07h.45 : PDDM
08h.25 - 09h.10 : *Piloter son cerveau* (petits exercices pratiques de psychologie)
10h.00 : Messe à Grenoble
12h.30 : Apéritif (vin chaud)
13h.00 : Repas
15h.00 : *Réflexions sur la réalité virtuelle* (le *status quaestionis* sera le film *Matrix*, qu'il serait utile d'avoir regardé avant la session)
17h.00 - 17h.30 : Rangement et Départ

CE QU'IL FAUT APPORTER

Pique-nique du vendredi soir (soupe offerte), sac de couchage, tapis de sol, affaires de toilette, vêtements adaptés à la randonnée dans la neige, affaires de sport.

Remarques :

- 1) Il est inutile de souscrire une assurance spéciale ou de fournir un certificat médical.
- 2) Il est conseillé d'arriver en bonne forme physique.
- 3) Cascade de Glace : 24 places disponibles !

CONTACT

Direction :

Abbé Christophe Beaublat
06.07.72.83.95
christophebeaublat@free.fr

Renseignements et Inscriptions :

Perrine Maliverney
06.16.84.12.01
perrine.maliverney@gmail.com



SESSION ADRENALINE

Prieuré Saint Pierre-Julien Eymard

22, chemin du Bachchais

38240 MEYLAN

BUT

- > Se détendre avec d'autres jeunes actifs
- > Se faire de nouveaux amis
- > S'instruire
- > S'exercer à la maîtrise des émotions et à la prise de risque

PROGRAMME

VENDREDI 21

19h.45 : Accueil au Prieuré
20h.00 : Repas tiré du sac (soupe offerte)
21h.00 : *Mieux communiquer : les atouts de la méthode E.S.P.E.R.E.* (suite et fin)
21h.45 : Complies chantées
22h.30 : EDF

SAMEDI 22

07h.00 : Prière du matin
07h.05 : PDDM
07h.50 : Départ pour Lans-en-Vercors.
Activités :
1/2 journée Escalade de Gla-

ce (1 moniteur BE par groupe de 8)
1/2 journée Randonnée en Raquettes à Neige.
18h.30 : Messe (confessions possibles avant et après)
19h.45 : Repas (fondue savoyarde)
21h.15 : *Les merveilles de la Création* (documentaire sur la Savoie)
21h.50 : Complies chantées
22h.30 : EDF

DIMANCHE 23

07h.20 : Oraison dirigée
07h.40 : Prière du matin
07h.45 : PDDM
08h.25 - 09h.10 : *Piloter son cerveau* (petits exercices pratiques de psychologie)
10h.00 : Messe à Grenoble
12h.30 : Apéritif (vin chaud)
13h.00 : Repas
15h.00 : *Réflexions sur la réalité virtuelle* (le *status quaestionis* sera le film *Matrix*, qu'il serait utile d'avoir regardé avant la session)
17h.00 - 17h.30 : Rangement et Départ

CE QU'IL FAUT APPORTER

Pique-nique du vendredi soir (soupe offerte), sac de couchage, tapis de sol, affaires de toilette, vêtements adaptés à la randonnée dans la neige, affaires de sport.

Remarques :

- 1) Il est inutile de souscrire une assurance spéciale ou de fournir un certificat médical.
- 2) Il est conseillé d'arriver en bonne forme physique.
- 3) Cascade de Glace : 24 places disponibles !

CONTACT

Direction :

Abbé Christophe Beaublat
06.07.72.83.95
christophebeaublat@free.fr

Renseignements et Inscriptions :

Perrine Maliverney
06.16.84.12.01
perrine.maliverney@gmail.com

