

# LYCÉE FRANÇAIS DE STAVANGER



POSTBOKS 370 SENTRUM, N-4002 STAVANGER, NORVÈGE  
Tél. (+47) 51 91 94 50 - E-mail : [lf.stavanger@mlfmonde.org](mailto:lf.stavanger@mlfmonde.org)

Stavanger, le 5 septembre 2017

## NOTE AUX PARENTS D'ELEVES DE L'ELEMENTAIRE ET DU SECONDAIRE N° 14

### Objet : SEANCES DE PATINAGE SUR GLACE

Chers parents,

Des séances de patinage sur glace auront lieu le lundi, **du 25 septembre au 18 décembre 2017 inclus**, dans les conditions suivantes :

LIEU : patinoire Sørmarka Arena

PLANNING : 3 rotations

- Collège : départ à 9h30 - du lundi 25 septembre au lundi 18 décembre 2017 inclus
- CM1-CM2 : départ à 10h30 - du lundi 25 septembre au lundi 18 décembre 2017 inclus
- CP-CE1-CE2 : départ à 11h30 - du lundi 25 septembre au lundi 18 décembre 2017 inclus

OBJECTIFS : permettre à chacun de :

- Découvrir éventuellement une nouvelle activité physique et sportive.
- Pratiquer cette activité en toute sécurité par l'acquisition de techniques élémentaires (virages, arrêt, etc...).
- Améliorer progressivement son niveau.
- Prolonger ces séances par une pratique personnelle.

### MATERIEL

- Il est fortement conseillé aux familles de se procurer des patins, de préférence de hockey (veiller à la bonne rigidité de la tige, à l'état des lames ainsi qu'à la peinture appropriée).
- Chaque élève devra être équipé de :
  - gants épais
  - pull chaud (col roulé ou sous-pull)
  - pantalons de survêtement ou élastique (pas de jeans serrés) ou combinaison de ski
  - casque (de vélo éventuellement). **La patinoire ne prête pas de casques.**
  - éventuellement protections (coudes, genoux).

### RECOMMANDATION IMPORTANTE

Ne pas oublier de bien s'alimenter et de s'hydrater avant la séance. Les horaires de repas pouvant être décalés, prévoir un en-cas (barre de céréales, fruit...) que les élèves mangeront avant ou après leur cours d'EPS.

Bien cordialement,

