




ACTIVITÉS PHYSIQUES DE PLEINE NATURE

contexte

Une autre façon d'éduquer à l'environnement vers un développement durable au travers d'une immersion favorisant la découverte de notre Montagne Noire. Toutes ses activités peuvent être pratiquées à partir de 6 ans et sont encadrées par des professionnels diplômés d'Etat.



OBJECTIFS

- *S'immerger physiquement dans divers milieux naturels*
- *Se responsabiliser, écouter des consignes, s'entraider*
- *Comprendre la place de l'homme dans l'environnement*

methodes

Les APPN sont le moyen de découvrir, par des pratiques sportives adaptées aux enfants et aux jeunes, les éléments paysagers qui nous entourent, l'évolution des paysages, et l'impact de l'activité humaine.



thématiques

Spéléologie : exploration possible de la grotte du Calé classée monument historique 1977.

Observation des traces du passé

Des traces d'outils / Des mouchages de torches / Des dessins anthropomorphes (poterie, foyer...) / Découverte de poteries sur le sol des galeries entre le XII^{ème} et le XIV^{ème} siècle...

Géologie hydrologie

En surface : Des « pseudo » dolines, une centaine probablement anthropiques / La résurgence de Fendeille

Dessous : Le gouffre de Polyphème / Point d'interruption de l'activité hydrogéologique / Lactif à 110 mètres de profondeur.

Faune cavernicole : Principalement des petits et grands rhinolophes et certaines araignées « métras ».

Randonnée / bivouac et orientation :

Notre démarche utilise des approches variées pour offrir à chacun une porte d'entrée vers la découverte : des activités sensibles, des approches sensorielles, des savoirs traditionnels, des rencontres...

- Immersion nature, lecture de paysage et lecture de carte (maniement de la boussole, orienter une carte, relation carte/terrain, calculer des azimuts...). Des possibilités de partir sur une ou deux nuits en bivouac (matériel fourni) avec l'âne Polochon à travers les sentiers pédestres de la Montagne Noire.

Vtt, escalade et accrobranche :

Le sport au service de l'épanouissement individuel et collectif pour aborder l'environnement en se dépassant.

-Paroi d'initiation équipée et plan incliné à deux pas de Dougne et tout proche des anciennes ardoisières de la Montagne Noire (Possibilités de via ferrata).

-Parcours dans les arbres : pont de singe, tyrolienne, échelle de corde... une relation au corps et à l'équilibre dans les essences arborescentes de notre région

- Aller plus loin en Vélo Tout Terrain et s'arrêter découvrir les richesses du patrimoine naturel et culturel de la Montagne Noire.