

# SÉJOUR KOH LIMATA

AU DOMAINE DE LA LIMATE



# LE DOMAINE DE LA LIMATE



Le domaine de la Limate est situé sur le plateau calcaire de Siou Blanc près du village de Signes. Culminant à une altitude de 700 mètres, il est situé sur les contreforts d'un petit vallon encaissé.

Non loin de là, sous la forêt boisée menant aux anciennes charbonnières, un tapis au socle calcaire découpé permet l'exploration de plusieurs cavités souterraines.

Dans le paysage se devine encore les pratiques ancestrales des gens des collines : charbonnières, fours à cade, bergerie et pâturages.



# ORGANISATION DU SÉJOUR

## LE PROJET D'ANIMATION :

Durant le séjour, les jeunes seront séparés en deux équipes (équipe rouge et équipe jaune) ils devront s'affronter sur différentes épreuves (10 au total). Chaque épreuve gagnée permettra à l'équipe d'avoir quelque chose en plus (ex : un ingrédient supplémentaire pour le repas, un équipement de plus pour l'épreuve suivante). Des épreuves seront organisées tout le long du séjour. Ils auront des épreuves de force, d'équilibre, de réflexion, d'orientation et de nuit...

Les jeunes devront montrer civisme, respect de la vie en communauté et apprendre à s'écouter les uns les autres. Ils auront aussi besoin de communiquer et d'apprendre à se connaître afin de prendre les bonnes décisions pour le bon déroulement des épreuves. Respect des sites naturels.

## TROUSSEAU ET AFFAIRES À PRÉVOIR :

### Pour les enfants :

- 1 tapis de sol
- 1 lampe frontale
- 1 gourde
- 1 sac de couchage
- 1 crème solaire
- 1 blouson ou veste polaire chaude
- 1 casquette
- 1 pantalon souple pour les activités
- 1 pantalon de jogging pour le soir
- 1 paire de basket
- 1 serviette
- 1 produit ou protection anti moustique.



### Pour le centre :

- Mini bus pour l'accès au site (éviter le bus de 50 places).
- Prévoir des tentes.
- Prévoir un repère de couleur jaune ou rouge pour départager les équipes (tee-shirt ou bandana).
- De l'eau minérale (2 litres par enfant et par jour).
- Prévoir des jerricans pour le bivouac.
- Prévoir des glacières avec bac à glaçons.
- Prévoir les repas froids pour le midi.
- Prévoir un repas chaud type saucisse et merguez.
- Sacs poubelles 100 litres.
- Papier toilette.
- Appareil photo
- Trousses pharmacie.

Dans les locaux de la ferme nous avons à disposition toilettes sèches, réserve d'eau de citerne, frigo, plancha, électricité pour recharger appareil photo et ordinateur portable.

# PROGRAMME KOH LIMATA

## JOUR 1

**10 h00** : arrivée des participants

Épreuve n°1 : Épreuve d'orientation  
Pour trouver l'eau et une partie des couchages qui se trouvent à proximité du bivouac (3 balises à trouver).

Explication pour monter un bivouac.  
Familiarisation avec les nœuds et système de tension de corde.

**12h00** : repas des participants.

**14h00** : début des activités

Épreuve n°2 : Épreuve de précision  
(création d'un lance pierre ou tir à l'arc).

Épreuve n°3 : Épreuve de force (le tirer de corde).

Épreuve n°4 : Épreuve d'agilité et de souplesse (le Labyrinthe).

Épreuve n°5 : Épreuve d'habileté et esprit d'équipe (la slack-line et ski collectif).

Épreuve n°6 : balade nocturne (Bat box) et animation des intervenants spéléo sur une histoire qui permettra d'aider les jeunes à trouver l'indice du lendemain (lieu décollage parapente nord).

## JOUR 2

**8h00** : réveil et rangement du bivouac. Retour à la ferme et petit déjeuner.

Épreuve n° 7 : Épreuve de vitesse et de sécurité (montée à l'échelle spéléo, lieu : cabane).

Épreuve n° 8 : Épreuve de réflexion et d'habileté (parcours accro-branche 12 ateliers. Faire le parcours en trouvant les lettres qui permettront de reconstituer l'énigme).

Épreuve n° 9 : Épreuve de force et de précision (sous épreuve n°1 : choisir par équipe deux participants pour remonter la tyrolienne. Sous épreuve n°2 : attraper un ballon lors de la descente en tyrolienne).

Épreuve n° 10 : Épreuve de réflexion (trouver l'énigme avec les lettres récoltées précédemment).

Équipe n° 1 : je m'infiltrerai sous terre et je deviendrai une grosse rivière souterraine.

Équipe n° 2 : je suis le terme général qui représente la sortie des eaux souterraines.

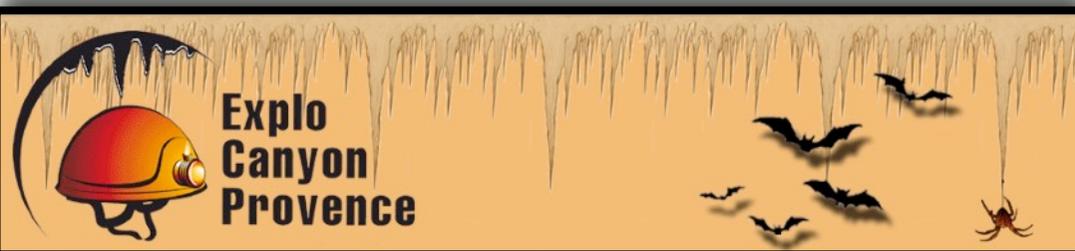
Fin du séjour : 17 heures



# QUI SOMMES NOUS ?

Des éducateurs sportifs spécialisés dans l'éducation à l'environnement et disposant du Brevet d'Etat d'Educateur Sportif (BEES 1er degrés) option spéléologie et canyoning. Pour ce camp hors norme, nous fusionnons nos 2 associations.

25 ans d'expérience avec différents publics (ALSH, scolaires, centres sociaux et maisons de jeunes, ministère de la justice...)



Depuis l'année 1996, l'association [EXPLO CANYON PROVENCE](http://explocanyonprovence.com/) (école de spéléologie de Signes) est installée sur la commune de Signes.

Spécialisée dans la spéléologie, elle propose à beaucoup de jeunes du département une découverte des plus beaux réseaux souterrains du massif de la St Baume et du plateau de Siou Blanc.

[SPELE-H2O](http://speleh2o.com/) est né en 1993, et s'occupe d'environnement karstique dans le département du Var. [Pédagogie](#), [étude](#) et [communication](#), 3 pôles qui gravitent autour de la [spéléologie](#).

Nous menons des actions de préservation, d'étude, de gestion, de communication et d'éducation à l'environnement.

## Pour nous contacter :

Un E.Mail : [laurentjovet@orange.fr](mailto:laurentjovet@orange.fr)

Un Téléphone : 06 89 77 24 86

## Pour nous écrire :

Laurent Jovet

BP 14 - 83870 Signes

## Pour nous contacter :

Un E.Mail : [speleh2o@orange.fr](mailto:speleh2o@orange.fr)

Un Téléphone : 06.15.19.61.03

## Pour nous écrire :

Spélé-H2O

405, AV Bucarin 83140 Six-Fours

## Pour en savoir plus :

Notre site web : <http://explocanyonprovence.com/>

Nos vidéos <http://www.dailymotion.com/explo-canyon-provence>

## Pour en savoir plus :

Notre site web : [speleh2o.com/](http://speleh2o.com/)

Nos vidéos <https://vimeo.com/speleh2o>



N°SIRET / 434 402 665 000 21 APE : 9312Z  
Affiliée à la Fédération Française de Spéléologie  
Association Agréée ministère Jeunesse et Sports n° 83-S-1656  
Adhérent au Syndicat National des Professionnels  
de la Spéléo et du Canyoning



N° de SIRET 434 246 807 00037 Code APE 9499Z  
Association 1901 - fondée en 1993 - Affilié à L'UFOLEP  
Déclarée en préfecture du Var sous le numéro 12752  
Agrément sportif DDJS : 83S864  
Etablissement sportif : 08308ET0120