

# Journée sportive 1<sup>ère</sup> année :

## Mercredi 19 février 2020

1.



### Ski et snowboard

#### Lac Noir :

Activité libre en groupe tout en respectant les règles FIS de conduite et de sécurité.

**Casque obligatoire.**

Matériel privé requis.

2.

### Introduction ski

#### Lac Noir :

Cours pour débutants avec moniteur de ski.

**CHF 20.- à payer au rendez-vous de l'activité.**

Le matériel peut être mis à disposition.



3.



### Introduction snowboard

#### Lac Noir :

Cours pour débutants avec moniteur de snowboard.

**CHF 20.- à payer au rendez-vous de l'activité.**

Le matériel peut être mis à disposition.

4.

### Randonnée en raquettes

#### Lac Noir :

Excursion en raquettes d'environ 4 heures.

**Habits de ski obligatoires.**

Les raquettes peuvent être mises à disposition.

**Chaque participant apporte ses propres bâtons.**



5.



### Marche dans la région de Fribourg :

Randonnée pédestre.

**Habits chauds et chaussures adéquates nécessaires.**