



Evolution 2

Du 10 (dix) au 26 (vingt-six) février, c'est les vacances d'hiver au Val d'Isère\* !

**É**volution 2, c'est un centre pour les jeunes sportifs. C'est à Val d'Isère, près\* du mont Blanc. C'est ouvert\* toute l'année, mais il y a plus d'activités pendant\* les vacances d'hiver. Des adolescents, comme toi, s'entraînent\*.

# La Junior

## L'emploi du temps des futurs champions

7H00 le réveil et le petit déjeuner  
8H30 entraînement\* ski  
13H00 la pause\*  
15H30 le goûter\*  
15H45 les activités d'aventure  
18H30 les devoirs  
19H45 le dîner  
21H30 au lit\*

Quel est ton emploi du temps le mercredi ?

## LA PLONGÉE\* SOUS GLACE



« Mon sport préféré, c'est la plongée\*. Je m'entraîne le mercredi et le samedi. » **Pascal**

## LE RAFTING



« Je fais beaucoup de sport pendant les vacances. Le matin, je fais du ski et l'après-midi, je fais du rafting. » **Chloé**



### Point culture

Le mont Blanc est la plus grande montagne d'Europe. Il mesure 4807 (quatre mille huit cent sept) mètres. C'est entre\* la France (la Savoie) et l'Italie (la vallée d'Aoste).



DOUZE • ALLONS-Y ! • JANVIER / FÉVRIER



# Academy

## TOUT COMPRIS ?

C'est quand ? Coche le bon moment de la journée.

|                                           | matin                    | après-midi               | soir                     |
|-------------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1 Je commence avec l'entraînement de ski. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2 Je vais me coucher.                     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3 Je fais des activités d'aventure.       | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4 Je fais mes devoirs.                    | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5 Je mange mon goûter.                    | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

## LE SKI



«À Évolution 2, je fais du ski trois fois par semaine. C'est très fatigant\*.» Jean

## L'ESCALADE\*



«Je fais de l'escalade\* tous les jours pendant les vacances. Je suis très bon.» Matthieu

## À TOI !

Fais des phrases comme dans l'exemple.

Le matin / il fait / du ski

Le matin, il fait du ski.

1 Le mercredi, / à la plongée. / il s'entraîne

2 du rafting. / L'après-midi, / il fait

3 il fait / de l'escalade. / Tous les jours,

4 Trois fois par semaine, / du ski. / il fait

RÉPONSES : P. 15 →

**\* MOTS** Val d'Isère – a town in the Alps in south-eastern France • près de – near • ouvert – open • pendant – during • ils s'entraînent – they train • l'entraînement (m) – training • la pause – break-time • le goûter – snack • au lit – to bed • la plongée – diving • entre – between • fatigant – tiring • l'escalade (f) – climbing

Plus d'informations sur : [www.evolution2.com](http://www.evolution2.com)