

Classe de mer - Sports nautiques & Milieu Marin 10H - 11/18 ans - 5 jours

Bénodet-Glénan - Bretagne

Une classe de voile face à l'archipel des Glénan !



VOTRE SÉJOUR EN BREF

Face à l'archipel des Glénan, Bénodet est le haut lieu du nautisme ! Ce séjour scolaire permet de découvrir les sensations de la voile dans l'espace naturel de la mer Blanche tout en profitant d'activités en lien avec l'environnement tel que la pêche et la découverte du cordon dunaire

5 jours / 4 nuits

> 3 séances de sports nautiques (catamaran, planche à voile, paddle)

> 2 séances de milieu marin (pêche à pied, découverte mer blanche et la dune)

LES + DU SÉJOUR

- ◆ Un programme multisport et découverte environnement
- ◆ Site classé de la mer Blanche
- ◆ Spots sauvages sur la lagune et l'océan
- ◆ Village sportif éco-labelisé avec accès direct à la mer
- ◆ LE PROJET PÉDAGOGIQUE UCPA : Développer l'autonomie / Etre acteur de lien social / Accroître son bien être / Habiter l'espace de manière responsable

VOTRE CONTACT

Bénodet-Glénan
Village sportif UCPA Bénodet-Glénan
1, route du Letty
Bénodet
00 (33) 2 98 57 03 26
benodet@ucpa.asso.fr

0298570326

LES FORMALITÉS

ADMINISTRATIVES

APIS

DE SANTÉ

VOTRE SÉJOUR

DESCRIPTIF

Face à l'archipel des Glénan, Bénodet est le haut lieu du nautisme ! Ce séjour scolaire permet de découvrir les sensations de la voile dans l'espace naturel de la mer Blanche tout en profitant d'activités en lien avec l'environnement tel que la pêche et la découverte du cordon dunaire

5 jours / 4 nuits

- > 3 séances de sports nautiques (catamaran, planche à voile, paddle)
- > 2 séances de milieu marin (pêche à pied, découverte mer blanche et la dune)

VOTRE ARRIVÉE

Le déroulement de ce programme est donné à titre indicatif.

Il peut subir des modifications ou des aménagements en fonction des critères techniques, des impératifs de sécurité ou des conditions climatiques.

PROGRAMME MI TEMPS

L'organisation du planning en mi temps se déroule en demi groupe.

Par exemple : Matin Groupe 1 en activités / Groupe 2 temps libre avec les professeurs - Après midi Groupe 1 temps libre avec les professeurs / Groupe 2 en activités.

JOUR 1

MATIN

- > Arrivée pour 8h
- > Petit déjeuner
- > Accueil et réunion d'information (présentation des lieux, de l'équipe, du planning de la semaine)
- > Installation dans les chambres
- > 1ère séance d'activité

MIDI

- > Déjeuner

APRES MIDI

- > Séance d'activités

SOIREE

- > Soirée Libre

AU JOUR LE JOUR

Planning de la journée type durant la semaine

8h-9h Petit déjeuner

9h30 Temps libre - préparation

9h30 - 12h Activités (variable selon le temps de pratique, de trajets) ou temps libre

12h-13h Déjeuner (selon le site et le nombre de participants, 2 services peuvent être proposés)

13h-14h Temps calme

14h-16h Activités (selon le temps de pratique, de trajets) ou temps libre

16h30 Goûter

17h-18h Temps libre + douches

19h-20h Dîner (selon le site et le nombre de participants, 2 services peuvent être proposés)

20h30 - 22h Selon planning soirée libre ou animation de soirée ou mise à disposition de matériel.

VOTRE DÉPART

DERNIER JOUR

MATIN

> Petit déjeuner

> Séance activité

MIDI

> Déjeuner

APRES MIDI

> Débrief

> Goûter

> Départ 14h + collation à emporter (qui ne fait pas office de repas)

À PROPOS DU SÉJOUR

LE NIVEAU

Multi-activités Mer

Peu ou pas sportif

Vous n'êtes pas sportif ou très peu. Séjour de faible intensité, qui convient à tout le monde. C'est l'occasion de vous réconcilier avec le sport.

Tous niveaux

Des stages ouverts à tous les niveaux, que vous soyez débutant ou expert.

Suivant les stages, possibilité de groupes de niveaux.

À PROPOS DU SÉJOUR

L'ÉQUIPEMENT PERSONNEL

Vêtements et équipement personnel à amener

1 gourde, 1 ou 2 pulls chauds, 1 K-way, linge de corps de rechange, 1 pyjama ou chemise de nuit, 1 casquette ou 1 bob, 1 paire de chaussures légère de marche, 1 paire de vieilles tennis pour les activités nautiques, des lunettes de soleil filtrant les UV (avec cordon), 1 crème solaire haute protection, 1 stick pour les lèvres, 1 serviette de bain, 1 trousse de toilette complète, 1 serviette de toilette, 1 gant de toilette, 1 maillot de bain.

Pour les activités nautiques, si vous avez une combinaison isothermique vous pouvez l'apporter, vieilles baskets qui vont dans l'eau ou chaussons néoprène et short de bain pour protéger la combinaison.

Hébergement

Météo

À PROPOS DU SÉJOUR

L'ÉQUIPEMENT FOURNI PAR L'UCPA

Nous fournissons tout le matériel nécessaire aux activités.

L'ENCADREMENT

IMPORTANT :

Pour tous les programmes contenant des activités aquatiques, les élèves doivent disposer à minima du pass nautique. S'il n'a pas pu être réalisé en amont du séjour, merci de vous rapprocher de notre équipe.

ENCADREMENT :

Toutes nos séances d'activités sont encadrées par des moniteurs sportifs qualifiés conformément à la réglementation en vigueur avec un ratio d' 1 moniteur pour 8 à 12 élèves en moyenne selon l'activité pratiquée. Les professeurs accompagnants ne sont pas intégrés dans notre ratio d'encadrement seul les élèves bénéficient de l'enseignement sportif.

ROLE DES ACCOMPAGNATEURS :

↳ Durant les activités sportives : Un brief en début de semaine sera planifié avec les professeurs pour définir leurs participations actives au bon déroulement des séances (pratique avec le groupe, trajets, démarches d'urgence, surveillance générale...). Le professeur d'EPS délègue sa responsabilité au moniteur durant l'encadrement.

↳ Durant les temps collectifs ou calmes : l'équipe enseignante assure l'encadrement de vie quotidienne et le respect des espaces UCPA.

L'HÉBERGEMENT

Chambres de 2, 3 ou 4 personnes avec douche et lavabo. Sanitaires communs sur le palier. Draps et couettes fournis. Possibilité de mise à disposition de salles de cours.

LA RESTAURATION

Une restauration à votre rythme

Chaque jour, nos équipes vous accueillent autour de buffets, variés et équilibrés, préparés avec soin et en privilégiant les produits frais.

Au menu :

Buffet bar à salades : crudités, légumes cuits, légumineuses, salades composées, féculents, sources de protéines, accompagnements, ainsi qu'un large choix de vinaigrettes et d'assaisonnements à composer soi-même.

CONDITIONS DE STAGE

✔ Inclus

- ◆ HÉBERGEMENT : en chambres collectives élèves et chambres collectives accompagnateurs (libération des chambres le dernier jour dans la matinée)
- ◆ PENSION COMPLÈTE : du petit déjeuner Jour 1 au déjeuner du dernier jour + collation
- ◆ ENCADREMENT SPORTIF : selon programme
- ◆ PRÊT DU MATÉRIEL SPORTIF
- ◆ ANIMATIONS : 2 animations de soirées (après sport) et apprentissage de notions transverses environnementales dans la pratique sportive
- ◆ ASSURANCE RESPONSABILITÉ CIVILE
- ◆

✘ Non inclus

- ◆ Les frais de dossier (supplément obligatoire)
- ◆ Le kit linge de toilette : serviettes, savon, gel douche, shampoing, sèche cheveux
- ◆ Les boissons : café, thé, sodas...

Buffet chaud : poisson, viande, légumes, féculents et alternative végétale.

Buffet de desserts & fromages : fruits frais, laitages, pâtisseries et plateau de fromages.

Chacun est libre de composer son repas selon ses envies et ses besoins.

Conditions de pension

La pension complète est assurée du petit déjeuner du premier jour au déjeuner du dernier jour.

Le jour du départ, une collation à emporter vous sera remise (non considérée comme un repas et non consommable sur le village).

Si vous n'avez pas choisi l'option dîner du dernier soir, merci de prévoir une solution de restauration pour votre trajet retour.

À PROPOS DU SÉJOUR

L'ACCÈS AU SITE

Venue en voiture :

De Paris, compter 6h de trajet. Après Lorient, N165 jusqu'à la sortie Concarneau/Fouesnant. Suivre la direction Fouesnant, puis Bénodet (D44). A Bénodet, suivre la signalétique urbaine "Le Letty".

Parking gratuit sur et autour du centre.

NAVETTE Spéciale ENFNATS* (à réserver en ligne ou au 09 69 390 392)

ARRIVÉE LES DIMANCHES du 29/06 au 17/08 inclus : départ de la navette à 17h15 de la gare de QUIMPER.

Nous vous remercions de vous présenter 30 minutes avant le départ.

DÉPART LES SAMEDIS du 05/07 au 23/08 inclus : arrivée de la navette à 11H en gare de QUIMPER.

*Sous réserve de disponibilité

Venue en train :

Gare SNCF de Quimper puis ligne de bus régulière n°41.

Horaires sur www.viaoo.fr

Taxi : course Quimper/Bénodet : environ 40 euros. Taxi de Cornouaille : 02 98 54 73 74

LES INFOS PRATIQUES

↳ A DISPOSITION

Le village sportif dispose d'espaces conviviaux et propose également des activités sur place pour que vos élèves se retrouvent après le sport : grands jeux, terrain de beach-volley, terrain de football, tennis de table, badminton, baignades, activités manuelles, jeux bretons, Molky...

> Activités possibles payantes sur demande : Location de vélo à prendre au moment de la réservation, escalade, accrobranche, surf, équitation

> Activités de découverte du milieu naturel payantes et à organiser par vous-même : Haliotika la cité de la pêche, journée aux Glénan, Océanopolis de Brest, Cité de la voile Tabarly, visite du phare d'Eckmühl...

Visite de la biscuiterie François Garrec

↳ PENSONS A L'ENVIRONNEMENT :

Demander à vos élèves de se munir d'une gourde pour le séjour

↳ A L'UCPA, CHACUN PARTICIPE :

A votre arrivée, un kit de draps est fourni, chacun fait son lit. Au restaurant, chacun se sert, débarrasse et nettoie sa table. A la fin du séjour, chacun rafraîchit sa chambre et dépose les draps dans les bacs prévus à cet effet.

↳ BAR :

Durant l'accueil des séjours scolaires et/ou en mixité avec les colonies de vacances, le bar ne propose pas d'alcool aux enseignants et nos équipes ne pourront vous proposer que des softs, cafés ou thés.

Si le village sportif UCPA est en accueil mixte scolaire /adulte, l'offre de bar est donc adaptée. La réglementation française n'autorise pas de délivrer de l'alcool au moins de 18 ans.

↳ PLANNING

- Les horaires indiqués dans les rubriques "jour d'arrivée" et "jour de départ" sont déterminants pour garantir le bon déroulement de votre programme.

- Organisation du groupe : Si vous effectuez des aménagements sur les horaires d'arrivée et/ou de départ entraînant une arrivée tardive ou un départ prématuré, l'UCPA ne reportera pas ou ne remboursera pas la ou les séance(s) non effectuée(s).

- Dans l'hypothèse où l'organisation du transport est effectuée directement par le groupe, sachez que l'UCPA n'a pas vocation à héberger le transporteur au sein de la structure d'accueil du groupe. L'hébergement du transporteur ne sera donc nullement assuré par l'UCPA.