Séjour Club - Plongée auto-encadrée en Méditerranée dans la Mer Egée - 8 jours

Crète - site d'Almyrida - Europe du Sud

Sur terre comme en mer, découvrez les trésors de la Crète !



VOTRE SÉJOUR EN BREF

Ressourcez-vous sur cette île au climat méditerranéen !
Sur terre comme dans l'eau, les paysages de Crète ne laissent personne indifférent. Sous l'eau, parmi les rochers, et les grottes, vous pourrez observer une flore et une faune riche, avec des myriades de poissons ou autres animaux marins tels que des poulpes, calamars, hippocampes ... On vous emmène aussi au fil de l'eau, en sortie kayak à la découverte des grottes du littoral.

Ce programme est dédié au titulaire du niveau 1 ou Open Water.

Franck représentant ucpa Almyrida vous attend pour:
6 plongées
1 sortie en kayak pour découvrir rives et grottes crétoises

LES + DU SÉJOUR

- Un programme de plongée avec les spots immanquables de l'île
- Un hôtel confortable avec piscine proche de la plage
- De splendides paysages sur terre comme sous l'eau
- Ambiance sport, chill, farniente et convivialité

INFORMATIONS PRATIQUES

VOTRE CONTACT

Crète - site d'Almyrida
Hôtel Almyrida Beach
Crète- Grèce
Almyrida
/
almirida@ucpa.asso.fr

LES FORMALITÉS

ADMINISTRATIVES

Données à titre indicatif pour les ressortissants français : carte nationale d'identité ou passeport en cours de validité obligatoire.
Pour les autres nationalités, se renseigner auprès du consulat ou de l'ambassade.

APIS

DE SANTÉ

Vaccinations : Aucune vaccination n'est obligatoire. Néanmoins, comme pour tous les sports de plein air, la vaccination antitétanique est fortement conseillée.

Carte Européenne d'Assurance Maladie : Avant votre départ, pensez à vous procurer la carte européenne d'assurance maladie, elle vous permettra de bénéficier de la prise en charge des soins médicaux. Cette carte est individuelle et nominative ; elle est gratuite et valable un an. Pour l'obtenir, adressez-vous à votre caisse d'Assurance Maladie.

Pharmacie personnelle
Vos médicaments courants
Médicament contre la douleur (type paracétamol)
Antispasmodique (type Spasfon)
Antiseptique (type Bétadine)
Anti-inflammatoire
Arnica en gélules ou en stick
Bandes, sparadraps et Elastoplaste
Collyre antiseptique
Anti-diarrhéique
Tire tique
Compresses stériles
Pince à épiler, paire de ciseaux, épingles à nourrice
Du gel hydro alcoolique
Pansements (classique et spécial ampoules)

Il n'y a pas d'antibiotique courant dans la pharmacie UCPA, chaque participant devant apporter, s'il le souhaite, son propre traitement en fonction de sa tolérance.

Assurance : Aucune assurance voyage complémentaire n'est incluse dans votre inscription.
IMPORTANT : Nous vous rappelons qu'il est indispensable que vous ayez au minimum une garantie "soins médicaux à l'étranger" et une garantie "rapatriement" incluant les "frais de recherches et de secours".
Nous vous conseillons de consulter les pages "Conditions Générales d'Assurance" sur notre site Internet : https://www.ucpa.com/assurances
Quelle que soit votre assurance, n'oubliez pas de prendre avec vous pendant votre voyage à l'étranger les informations nécessaires : nom et coordonnées (téléphone, courriel) de votre compagnie d'assistance et numéro du contrat souscrit.
Ces informations vous seront demandées à votre arrivée par notre correspondant local.

,Pour la pratique de la plongée avec scaphandre, il est indispensable de savoir nager et d'avoir une intégrité totale sur le plan respiratoire (attention à l'asthme), cardiovasculaire, nerveux, dentaire et ORL.

Un Certificat médical d'Absence de Contre-Indication (CACI) à la pratique de la plongée avec scaphandre est obligatoire (attention validité d'1 an). Vous devez le présenter à votre arrivée sur le centre (dans certains pays, il n'est pas demandé).
Quelque soit le stage que vous ferez (formation, exploration), il peut être établi par un médecin généraliste mais nous vous recommandons de consulter un médecin spécialisé, il est impératif que vous signaliez à votre médecin si vous avez eu des antécédents asthmatiques.
Le modèle du certificat médical peut être téléchargé sur notre site (rubrique : préparez votre départ) ou sur celui de la Commission Médicale Nationale de la FFESSM.
Si vous avez un niveau technique en plongée, n'oubliez pas d'apporter les justificatifs de vos brevets (FFESSM, CMAS, PADI, SSI ou autres) ainsi que votre carnet de plongée.
Pour les stages de formation qui proposent de passer un niveau de plongée, prévoir 54€ pour la licence pour un adulte ou 31,50€ pour un mineur de moins de 16 ans, ainsi que 16€ pour la carte du brevet.
Prix du carnet de plongée UCPA : 5€
Le règlement s'effectue sur le centre à l'ordre de l'UCPA.

VOTRE SÉJOUR

DESCRIPTIF

Ressourcez-vous sur cette île au climat méditerranéen !

VOTRE ARRIVÉE

Accueil sur le site ucpa d'Almyrida le lundi à partir de 18 heures - Réunion d'accueil à 19 heures.

Vous voyagez avec l'UCPA : les horaires de vol seront connus quelques semaines avant le départ.

AU JOUR LE JOUR

Rendez vous le premier jour au club de plongée pour établir les formalités, et organiser les palanquées et le programme de la semaine. Puis première plongée de réadaptation.

Réservé au Niveau 1 ou Padi "Open Water"

Le détails des journées est défini sur place, cependant la visibilité étant meilleur le matin, vous pourrez effectuer une ou deux plongées en matinée.

Journée type:
rendez vous au club de plongée à 9h30, départ en bateau pour une ou deux plongées.
déjeuner dans l'un des restaurants du bord du mer
profitez de votre après midi en bord de plage.

4 jours d'activités sont prévues, avec en tout 6 plongées et 1 sortie en kayak.

Deux journées libre sont prévues pour profiter de l'hôtel ou découvrir selon vos envies le village d'Almyrida et ses environs, louer une voiture entre amis et partir à l'aventure.
Ou vous inscrire aux options sportives telle que la journée de randonnée dans les sublimes gorges d'Aradéna.

VOTRE DÉPART

Fin du séjour le lundi matin 10h.
Vous voyagez avec l'UCPA : départ d'Almyrida le lundi matin
L'horaire de départ d'Almyrida dépend de l'horaire du vol.
Transfert à l'aéroport et vol de retour vers Paris.

À PROPOS DU SÉJOUR

LE NIVEAU

Plongée
Intensité * Facile - Plongée
Intensité physique - * Facile
L'intensité du stage est accessible pour tout le monde. Même si vous ne faites pas de sport régulièrement, vous pourrez suivre le rythme des plongées facilement qui auront lieu en faible profondeur. Ce sera une occasion de pratiquer une activité en douceur.
Plongée - N1 ou CMAS 1* dépublié
Plongeur Niveau 1 (PE-20) ou CMAS 1*

Plongeur encadré par un moniteur jusqu'à 20 mètres.

À PROPOS DU SÉJOUR

L'ÉQUIPEMENT PERSONNEL

Vêtements et équipement personnel à amener

Nous vous recommandons d'apporter : Un petit sac à dos de loisirs, des chaussures de sport type tennis, une gourde si vous en possédez une.

Pour votre confort : Petite pharmacie contre les bobos, médicaments personnels et de voyage, un pull et un coupe-vent.

Attention au soleil ! Emportez au moins, un tee-shirt à manches longues, chapeau ou casquette, lunettes de soleil (avec attaches), crèmes de protection pour le visage et les lèvres respectueuses des fonds marins

Hébergement

Météo

À PROPOS DU SÉJOUR

L'ÉQUIPEMENT FOURNI PAR L'UCPA

Ce séjour est ouvert aux plongeurs équipés et auto-encadrés à partir de niveau 1. L'équipement individuel tel que : masque, palmes, tuba, combinaison, gilet de stabilisation, détendeur, n'est pas fourni dans ce séjour.

L'ENCADREMENT

Séjour ouvert aux plongeurs autonomes auto-encadrés

L'HÉBERGEMENT

Situé au cœur du village d'Almyrida, la structure hôtelière est constituée de 3 unités, toutes face à la mer. Vous logerez dans des chambres de 2, 3 ou 4 personnes. Chacune d'elle est équipée de climatisation, mini bar, salle de bain privative et balcon. Les draps et serviettes de toilettes sont fournis.

Vous apprécierez, la piscine en roof top et sa vue sur la baie d'Almyrida.

Pour améliorer votre confort, réservez une chambre double ou single (avec supplément).

LA RESTAURATION

Pension complète:
Petit déjeuner: buffet continental et local
Déjeuner: dans les restaurants du bord de mer, ou pique-nique
Diner: buffet à l'hôtel

CONDITIONS DE STAGE

Inclus

- L'hébergement 7 nuits en chambre multiple
- La pension complète.
- 6 plongées
- 1 sortie kayak
- les blocs et les plombs
- Le transfert vers les sports d'activités
-
- Si vous avez réservé le transport avec l'UCPA : Les vols internationaux A/R. Le transfert entre l'aéroport et le centre.
-

Non inclus

- Les frais de dossier (supplément obligatoire)
- L'encadrement des plongées
- Le matériel individuel : palmes, masque, tuba, combinaison, gilet de stabilisation, détendeur
- Les plongées supplémentaires
- Supplément chambre double
- Supplément chambre individuelle
- Réduction "séjour libre" non plongeur
- Les boissons (sodas, boissons alcoolisées)
- Les dépenses et équipement personnels
- Les pourboires
- Les assurances optionnelles

- Tout autre supplément non prévu au programme
- En option : randonnée dans les gorges de l'Aradena

À PROPOS DU SÉJOUR

L'ACCÈS AU SITE

Hôtel *** Almyrida Beach Hotel
730 08, Grèce
email: almirida@ucpa.asso.fr

Pour les stagiaires qui n'ont pas acheté le vol UCPA :
- Si vous arrivez à la même heure que le vol UCPA, a L'aéroport de Chania (La canée) vous pouvez bénéficier du transfert organisé par l'UCPA. Vous devez prévenir le centre à l`avance et acquitter sur place le montant de ce transfert à notre représentant (environ 30 euros).
- Si vous avez prévu de venir par vos propres moyens, pour votre information, un taxi entre l'aéroport d'Héraklion et l'hôtel UCPA vous coûtera environ 150 euros par trajet aller ou retour et 50 euros depuis l`aéroport de La Canée.

LES INFOS PRATIQUES

Nous vous invitons à vérifier les dernières mise à jour de ces informations sur le site de conseils aux voyageurs : https://www.diplomatie.gouv.fr/fr/conseils-aux-voyageurs/conseils-par-pays-destination/grece/#