

Surf & Sports Nautiques 16H -18/30 ans - 5 jours

Lacanau Océan - Côte Atlantique

Un condensé du meilleur de la glisse sur le spot mythique de Lacanau



VOTRE SÉJOUR EN BREF

Lacanau est à la fois une plage immense sur la côte atlantique, un lac de 2000 ha et une forêt de pins omniprésente à l'ensoleillement réputé. Tout est prévu pour une séjour sportif et revigorant. Un cocktail d'activités terrestres et nautiques si dense qu'il faudra choisir... selon votre forme et vos envies.

5 jours / 4 nuits

> 5 séances de surf (Océan à 1.5km - vélo fourni)
> 3 séances sports nautiques (Voilier, Catamaran, Windsurf, paddle)

LES + DU SÉJOUR

- ◆ Le spot mythique de Surf de la Côte Girondine
- ◆ Un combo glisse et nautisme parfait
- ◆ Centre rénové
- ◆ Terrain de Beach (volley, tennis, foot) sur le village sportif UCPA
- ◆ LE PROJET PÉDAGOGIQUE UCPA : Développer l'autonomie / Etre acteur de lien social / Accroître son bien être / Habiter l'espace de manière responsable

INFORMATIONS PRATIQUES

VOTRE CONTACT

Lacanau Océan
Village sportif UCPA
6, chemin des Manchets
Lacanau-Océan
00 (33) 5 40 43 00 85
lacanau@ucpa.asso.fr

05 40 43 00 85

LES FORMALITÉS

ADMINISTRATIVES

APIS

DE SANTÉ

VOTRE SÉJOUR

DESCRIPTIF

Lacanau est à la fois une plage immense sur la côte atlantique, un lac de 2000 ha et une forêt de pins omniprésente à l'ensoleillement réputé. Tout est prévu pour un séjour sportif et revigorant. Un cocktail d'activités terrestres et nautiques si dense qu'il faudra choisir... selon votre forme et vos envies.

5 jours / 4 nuits

> 5 séances de surf (Océan à 1.5km - vélo fourni)

> 3 séances sports nautiques (Voilier, Catamaran, Windsurf, paddle)

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.

JOUR 1

8h - 9h : Petit déjeuner si arrivée avant 9h

9h - 12h : Accueil et temps libre

12h - 14h : Déjeuner

Après-midi : Surf ou sports nautiques

17h - 19h : Activités libres

19h - 20h : Dîner

Soirée : Soirée libre

AU JOUR LE JOUR

J2 à J4 : Journée type

8h - 9h : Petit déjeuner

Matin : Surf ou sports nautiques

12h - 14h : Déjeuner

Après-midi : Surf ou sports nautiques

17h - 19h : Activités libres

19h - 20h : Dîner

2 animations minimum (Ex : présentation culture/environnement, 1 soirée animations / jeux)

VOTRE DÉPART

DERNIER JOUR

8h - 9h : Petit déjeuner

Matin : Surf ou sports nautiques

12h - 14h : Restitution des chambres et déjeuner au centre

14h : Départ + collation à emporter

À PROPOS DU SÉJOUR

LE NIVEAU

Surf

Sportif occasionnel

Vous pratiquez une activité sportive tout au long de l'année, de manière régulière ou pas. Mais vous êtes capable de courir environ 1h, de nager 30 minutes ou de pédaler environ 2h.

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.

Hébergement

Météo

À PROPOS DU SÉJOUR

L'ÉQUIPEMENT FOURNI PAR L'UCPA

Nous fournissons tout le matériel nécessaire aux activités.

L'ENCADREMENT

L'encadrement des activités sportives est assuré par des moniteurs qualifiés conformément à la réglementation en vigueur.

ROLE DES ENSEIGNANTS

Les professeurs ont le choix d'accompagner ou non les élèves durant la pratique sportive.

Votre équipe encadrante reste en charge de la vie quotidienne durant l'activité et peut donc être sollicitée en soutien des groupes encadrés pour faciliter le bon déroulement de l'activité (logistique, échange avec les moniteurs, gestion des accidents et formalités administratives)

L'HÉBERGEMENT

Le Village Sportif de Lacanau entièrement rénové a été pensé pour s'inscrire dans la modernité et pour vous offrir une expérience inoubliable axée sur le sport, le partage et le bien-être.

Les chambres de 2 ou 4 sont équipées de lavabos.

Toutes les chambres doubles sont équipées de salle de bain privatives (WC et douches) et accessibles sur option au moment de votre réservation (sous réserve de disponibilité et hors Break 3 jours et séjours enfants/adolescents).

LA RESTAURATION

Notre équipe de restauration vous prépare chaque jour des plats soignés et variés.

Dans notre démarche qualité, nous essayons de proposer le plus souvent possible de produits frais et locaux.

Pour le dîner, vous retrouverez :

- ↳ un buffet froid avec crudités, salades composées
- ↳ un buffet chaud avec poisson, viande, légumes et féculents
- ↳ un buffet de desserts, laitages, fruits.

Les éléments étant présentés de manière individuelle, nos buffets peuvent donc répondre à certains régimes alimentaires.

Les élèves peuvent choisir les produits qui conviennent à leur régime.

Pension complète pendant toute la durée de votre séjour.

CONDITIONS DE STAGE

✔ Inclus

- ◆ HÉBERGEMENT : en chambres collectives élèves et chambres collectives accompagnateurs (libération des chambres le dernier jour avant 14h)
- ◆ 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)
- ◆ La taxe de séjour (supplément obligatoire)
- ◆ Le kit linge de toilette : serviettes, savon, gel douche, shampoing, sèche cheveux
- ◆ Les boissons : café, thé, sodas...

Du petit déjeuner du 1er jour au déjeuner du dernier jour.

ATTENTION : Le jour du départ nous vous fournissons une collation qui ne fait pas office de repas et qui ne peut pas être consommé sur le village sportif.

Si vous n'avez pas pris l'option diner sur site le dernier jour, prévoir une restauration pour votre trajet.

À PROPOS DU SÉJOUR

L'ACCÈS AU SITE



Vous venez en voiture :

Depuis Bordeaux prendre la rocade, sortie n°8 direction Lacanau puis Lacanau Océan. Passer le rond-point du casino en direction du centre-ville de Lacanau Océan. Au rond-point suivant prendre à gauche rue Marie Curie, 1ère rue à gauche chemin de Pipeyrous puis 1ère à droite chemin des Manchets. Aire de stationnement sur le village sportif, non gardée, gratuite.



Accès en train :

Arrivée en Gare SNCF de Bordeaux Saint-Jean. Prendre la compagnie de bus, ligne 421. Descendre à l'arrêt "Marie Curie" (à 10 minutes à pied du village sportif).



Infos & horaires : transports.nouvelle-aquitaine.fr



0974 500 033 Vous venez en train :



Navettes UCPA :

Un transfert est possible depuis la gare Bordeaux Saint-Jean ou l'aéroport.



Réservation:

- Cette option peut être réservée directement en ligne lors de l'inscription à votre séjour, en sélectionnant « Navette Bordeaux gare » ou « Navette Bordeaux aéroport ».
- Vous pouvez également en faire la demande ultérieurement auprès de notre service client, jusqu'à 7 jours avant votre départ, au 09 69 390 392.



Horaires des navettes :



AVRIL / MAI:

ARRIVÉES :

- LES DIMANCHES 5/04, 12/04, 19/04, 26/04, 3/05, 10/05, 17/05 et 24/05: départ de la navette à 14h de la gare, passage à 14h30 à l'aéroport (prévoir un train ou un avion qui arrive avant 13h).
- JEUDI 15/05: départ de la navette à 11h45 de la gare, passage à 12h15 à l'aéroport (prévoir un train ou un avion qui arrive avant 11h15).
- DIMANCHE 31/05: départ de la navette à 13h30 de la gare, passage à 14h00 à l'aéroport (prévoir un train ou un avion qui arrive avant 12h45).

DÉPART:

- LES SAMEDIS 11/04, 18/04, 2/05, 9/05, 23/05, 30/05 et 6/06: passage de la navette à 15h30 à l'aéroport, arrivée à 16h00 à la gare (prévoir un train ou un avion à partir de 17h00).
- SAMEDI 25/04: passage de la navette à 17h00 à l'aéroport, arrivée à 17h30 à la gare (prévoir un train ou un avion à partir de 18h30).

LES INFOS PRATIQUES

PLANNING

Les horaires indiqués sur votre contrat sont ceux déterminés par le programme sportif.

Vous ne pouvez prétendre à un remboursement des activités si vos horaires d'arrivée et de départ ne respectent pas ces indications.

IMPORTANT

Ce programme nécessite de savoir rouler à vélo pour l'accès à l'océan.

Pour tous les programmes contenant des activités aquatiques, les élèves doivent disposer du pass nautique.

S'il n'a pas pu être réalisé en amont du séjour, merci de vous rapprocher de notre équipe.

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.

- SAMEDI 16/05 : passage à l'aéroport à 14h15, arrivée à la gare à 14h45 (prévoir un train ou un avion à partir de 16h00).
- DIMANCHE 17/05: passage à l'aéroport à 14h30, arrivée à la gare à 15h00 (prévoir un train ou un avion à partir de 16h00).

ÉTÉ:

ARRIVÉES :

- DIMANCHE 07/06: départ de la navette à 13h30 de la gare, passage à 14h00 à l'aéroport (prévoir un train ou un avion qui arrive à 12h45 maximum)
- DIMANCHE 14/06, 21/06, 30/08 et 06/09: départ de la navette à 14h00 de la gare, passage à 14h30 à l'aéroport (prévoir un train ou un avion qui arrive à 13h00 maximum)
- DIMANCHE 28/06: départ de la navette à 10h15 de la gare, passage à 10h45 à l'aéroport (prévoir un train ou un avion qui arrive à 9h15 maximum)
- DIMANCHES DU 05/07 au 23/08 inclus: départ de la navette à 11h30 de la gare, passage à 12h00 à l'aéroport (prévoir un train ou un avion qui arrive à 10h30 maximum)

DÉPARTS :

SAMEDIS DU 13/06 au 12/09 inclus: passage de la navette à 14h15 à l'aéroport, arrivée à 14h45 à la gare (prévoir un train ou un avion à partir de 16h15).

AUTOMNE:

Pour les séjours de l'automne, les horaires des navettes seront communiqués à partir de juillet 2026.

Nous vous invitons à attendre leur confirmation avant de réserver votre train ou votre vol, afin de vous assurer de la compatibilité des correspondances. Veuillez noter que si vos horaires de transport ne coïncident pas avec ceux de la navette, il ne sera pas possible d'adapter le service à votre organisation personnelle.