Multisports Montagne 20H - 5 jours - Spécial Etudiants

Saint-Lary Soulan - Pyrénées

A la découverte du milieu montagnard pyrénéens

VOTRE SÉJOUR EN BREF

Saint Lary Soulan, principal village de la vallée d'Ossau est propice à la découverte d'un max d'activités de montagne. Proche des rivières, des singles, des sentiers et des canyons, c'est la destination idéale pour découvrir le milieu montagnard.

5 jours / 4 nuits

4,5 journée de Sports de Montagne (1 journée Rando, 2 journées Eaux Vives, 1 demi journée VTT Electrique, 1 demi journée accrobranche)

LES + DU SÉJOUR

- Centre sportif en coeur de village
- Découverte du VTT Electrique
- Mix de sports de montagne à sensations

INFORMATIONS PRATIQUES

VOTRE CONTACT

Saint-Lary Soulan
Village sportif de Saint-Lary Soulan
11, rue du chemin de Sailhan
Saint-Lary Soulan
00 (33) 5 62 39 43 53
stlary_sec@ucpa.asso.fr

05 62 39 43 53

LES FORMALITÉS

ADMINISTRATIVES

APIS

DE SANTÉ

VOTRE SÉJOUR

DESCRIPTIF

Saint Lary Soulan, principal village de la vallée d'Ossau est propice à la découverte d'un max d'activités de montagne. Proche des rivières, des singles, des sentiers et des canyons, c'est la destination idéale pour découvrir le milieu montagnard.

5 jours / 4 nuits

4,5 journée de Sports de Montagne (1 journée Rando, 2 journées Eaux Vives, 1 demi journée VTT Electrique, 1 demi journée accrobranche)

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

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

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 temps de pratique, de trajets)

12h-13h30 Déjeuner

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

17h-18h Temps libre + douches
19h-20h Diner
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
> Départ 14h

À PROPOS DU SÉJOUR

LE NIVEAU

Multi activités Montagne

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.

L'HÉBERGEMENT

L'hébergement en chambres de 2 à 4 personnes avec douche et lavabo, sanitaires communs (kit linge de lit fournis)

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.
A chaque repas 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.
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.

CONDITIONS DE STAGE

Inclus

- HÉBERGEMENT : en chambres collectives pour les participants et 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
- ASSURANCE RESPONSABILITÉ CIVILE

Non inclus

- Les frais de dossier de 50€/ contrat (supplément obligatoire)
- Le kit linge de toilette : serviettes, savon, gel douche, shampoing, sèche cheveux
- Les boissons : café, thé, sodas...

À PROPOS DU SÉJOUR

L'ACCÈS AU SITE

Vous venez en voiture :
Prendre l'autoroute A64 jusqu'à la sortie Lannemezan, puis suivre Saint-Lary-Soulan à 35 km.
En arrivant dans le village de Saint-Lary-Soulan, prendre la première rue à gauche et suivre la signalisation UCPA.
Parking municipal gratuit attenant au village sportif.

Vous venez en train :
Descendre à la gare SNCF de Lannemezan, puis prendre le bus de ligne LIO 963 (ligne Lannemezan - Saint Lary).
Renseignements et tarifs auprès de toute agence SNCF pour les trains et sur le site LIO Occitanie pour les bus.

Vous venez en avion :
Aéroport de Tarbes / Lourdes à 80 km ou de Toulouse à 150 km.

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.

A DISPOSITION
Le village sportif dispose d'espaces conviviaux et propose également du matériel sur place pour se retrouver après le sport.