

Classe de neige - Ski Plein temps enseignement partagé 20H (L09h-V12h) - 11/18 ans - 5 jours

Les Contamines - Pays du Mont Blanc - Alpes du Nord

Village de tradition au coeur du Pays du Mont-Blanc



VOTRE SÉJOUR EN BREF

Venez découvrir la station des Contamines, village typique de montagne niché au pied du mont Blanc. Nous vous accueillons dans un chalet agréable et chaleureux au cœur d'une station village préservée. Sa situation vous assure une classe de neige dans un décor 100% nature à 1165 mètres d'altitude. Ses 120 km de pistes sont adaptées à tous les niveaux de ski.

5 jours / 4 nuits en pension complète avec arrivée la veille le dimanche

> SKI ALPIN : Formule Plein temps Enseignement partagé entre l'UCPA et vos professeurs. Formule possible pour les groupe d'au moins 33 élèves,

> 20 heures d'encadrement Ski à partir du lundi 9H au vendredi 12H en 8 séances de 2H30

> Remontées mécaniques et l'équipement de ski

> 3 séances animation après-ski

LES + DU SÉJOUR

- ◆ Projet pédagogique : Développer l'autonomie / Etre acteur de lien social / Accroître son bien être / Habiter l'espace de manière responsable.
- ◆ Etre acteur de l'apprentissage de vos élèves tout en bénéficiant des conseils UCPA.
- ◆ Village confortable et convivial.
- ◆ Terrasses plein sud.
- ◆ Salle de sport.
- ◆ Un domaine skiable varié et réputé pour son enneigement.

INFORMATIONS PRATIQUES

VOTRE CONTACT

Les Contamines - Pays du Mont Blanc
152 Chemin de Nivorin d'en Bas

Les Contamines-Montjoie
00 (33) 4 50 47 01 60
contamines@ucpa.asso.fr

LES FORMALITÉS

ADMINISTRATIVES

APIS

DE SANTÉ

VOTRE SÉJOUR

DESCRIPTIF

Venez découvrir la station des Contamines, village typique de montagne niché au pied du mont Blanc. Nous vous accueillons dans un chalet agréable et chaleureux au cœur d'une station village préservée. Sa situation vous assure une classe de neige dans un décor 100% nature à 1165 mètres d'altitude. Ses 120 km de pistes sont adaptées à tous les niveaux de ski.

VOTRE ARRIVÉE

DIMANCHE :

Bienvenue à 17H pour l'accueil de votre groupe. L'équipe du village sportif se présente et vous oriente dans les différents espaces : nuit, collectifs, et magasin de ski.

↳ Après une brève installation, vous êtes attendus pour la distribution du matériel de ski et des forfaits remontées mécaniques.

Dîner sous forme de buffet de 19H à 20H. Nuit en chambre collective.

IMPORTANT : Votre formule nécessite de pouvoir équiper l'ensemble des élèves avant le dîner, nous vous remercions d'avance de respecter l'horaire d'arrivée.

AU JOUR LE JOUR

LUNDI à JEUDI :

Avant le départ sur les pistes, un brief est organisé par notre responsable des activités avec les professeurs EPS afin de transmettre les informations sur le domaine skiable, la nivologie et la météo pour amener les élèves dans les meilleures conditions. La répartition des groupes de niveau entre les moniteurs et les professeurs EPS est définie lors du brief et évolue en fonction de vos objectifs.

↳ Les 7 séances de ski sont planifiées le matin et l'après-midi à l'exception du mercredi matin. Cette demi-journée est considérée comme une matinée de repos pour les élèves.

↳ 1^{ère} séance sur les pistes : Première glisse, première sensation ! Harmonisation des niveaux, découverte du domaine skiable.

↳ Objectifs pédagogiques :

Être conscient des risques dans un milieu et gagner en autonomie

Éprouver les besoins et les limites de son corps pour une bonne santé

Partager en contribuant à la cohésion du groupe et à l'intégration de tous dans la vie collective,

Agir pour la compréhension et le respect de l'environnement, des cultures et des modes de vie différents

↳ Après vos séances, l'équipe du village sportif vous proposera dans la semaine 3 animations après-ski ainsi que 2 animations de soirée.

L'APRES SKI ENTRE 17H et 19H :

Temps d'échanges pédagogiques et conviviaux entre les moniteurs et les enfants, bilan de séance, information sur le milieu, la sécurité en montagne et sur les pistes, bilan de semaine, remise des carnets de niveau et des médailles ESF, stretching.

LES ANIMATIONS DE SOIREE 20H et 22H :

Soirée dansante, animations liées à l'environnement montagnard, l'histoire du ski, l'évolution des stations, la météo, soirée jeux -karaoké, jeux collectifs, jeux de société...jeux -karaoké, jeux collectifs, jeux de société...

VOTRE DÉPART

VENDREDI :

Après un bon petit-déjeuner

↳ Dernière séance de ski le matin et restitution du matériel.
Déjeuner sous forme de buffet et libération des chambres avant 13H.
Départ 14H.

À PROPOS DU SÉJOUR

LE NIVEAU

Ski alpin

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

INDISPENSABLE :

1 veste et 1 pantalon de ski, 1 ou 2 pulls ou polaires, 1 collant chaud, linge de corps de rechange, 1 pyjama ou chemise de nuit, plusieurs paires de chaussettes, 1 bonne paire de gants ou de moufles (préférez des moufles ou des gants de snowboard, plus amples et plus étanches que des gants de ski ordinaires), 1 bonnet de ski, 1 paire de lunettes de soleil filtrant les U.V (avec cordon), 1 masque de ski, 1 crème solaire haute protection, 1 stick pour les lèvres, 1 trousse de toilette complète, linge de toilette.

Prévoir, une gourde (ou bouteille en plastique), un petit sac à dos en cas de repas sur les pistes, et un cadenas pour fermer votre placard ou pour sécuriser votre matériel.

Argent de poche : 30 euros suffisent.

Hébergement

Pour votre confort et votre sécurité, des protections de poignets (fournies pour les débutants) et de genoux sont conseillés pour les snowboarders.

1 veste et 1 pantalon de ski, 1 ou 2 pulls ou polaires, 1 collant chaud, linge de corps de rechange, 1 pyjama ou chemise de nuit, plusieurs paires de chaussettes, 1 bonne paire de gants ou de moufles (préférez des moufles ou des gants de snowboard, plus amples et plus étanches que des gants de ski ordinaires), 1 bonnet de ski, 1 paire de lunettes de soleil filtrant les U.V (avec cordon), 1 masque de ski, 1 crème solaire haute protection, 1 stick pour les lèvres, 1 trousse de toilette complète, linge de toilette.

Prévoir un cadenas pour fermer votre placard ou pour sécuriser votre matériel, une gourde (ou bouteille en plastique) et un petit sac à dos en cas de repas sur les pistes.

Météo

À PROPOS DU SÉJOUR

L'ÉQUIPEMENT FOURNI PAR L'UCPA

Skis, chaussures et bâtons ou snowboard et boots et casques (les casques sont fournis uniquement pour les mineurs). Nous fournissons pour les débutants en snowboard des protèges poignets spécifiques, préférez donc des gants de snowboard ou des moufles, plus amples, afin de faire passer ces protections.

L'ENCADREMENT

NOTRE FORMULE D'ENCADREMENT :

↳ SKI PLEIN-TEMPS ENSEIGNEMENT PARTAGE :

20H d'encadrement sportif en 8 séances de ski alpin de 2H30 du lundi 9H au vendredi 12H.

- Cette formule est ouverte pour les groupes d'au moins 33 élèves.

- Si votre groupe est de 33 à 57 élèves, 1 professeur est requis. De 58 à 100 élèves, 2 professeurs sont requis. De 101 à 127 élèves, 3 professeurs sont requis. De 128 à 162 élèves, 4 professeurs sont requis.

L'encadrement ski est assuré par des moniteurs de ski et des professeurs de votre établissement.

Avant le départ sur les pistes, un brief est organisé par notre responsable des activités avec les professeurs afin de transmettre les informations sur le domaine skiable, la nivologie et la météo pour amener les élèves dans les meilleures conditions.

- Niveau requis : Ouvert à tous, du débutant à l'expert.

- Distribution du matériel de ski le dimanche entre 17H00 et 19H30.

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

- Durant l'encadrement des activités sportives : les accompagnateurs ont le choix de participer à la pratique de l'activité sportive avec les élèves (sous condition de disponibilité de l'équipement sportif et/ou du véhicule nécessaire à l'acheminement des élèves). Seuls les élèves bénéficient d'un enseignement sous la responsabilité du moniteur UCPA, les accompagnateurs ne sont pas comptabilisés dans le ratio d'encadrement.

- 3 animations après-ski et 2 animations de soirée.

L'HÉBERGEMENT

Chambres de 2 à 5 lits avec lavabo.

CONDITIONS DE STAGE

✔ Inclus

- ◆ L'hébergement en chambres à partager du dimanche 17H au vendredi 14H (libération des chambres le dernier jour)
- ◆ La pension complète du dîner du dimanche au déjeuner du vendredi.
- ◆ Une collation à emporter vous sera distribuée de manière collective au moment de votre départ. Cette collation ne fait pas office de repas et ne peut être consommée sur site.
- ◆ L'encadrement ski 20H, partagé entre l'UCPA et les professeurs de votre établissement.
- ◆ Le forfait remontées mécaniques
- ◆ Le prêt du matériel de ski : skis, chaussures, bâtons. Les casques sont fournis uniquement pour les élèves.
- ◆ 3 animations après-ski et 2 animations de soirée
- ◆ L'assurance responsabilité civile

✘ Non inclus

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

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.

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

Vous venez en voiture

Autoroute Blanche, direction Chamonix, sortie 21 (les Contamines / Le Fayet / Saint-Gervais).

En arrivant dans la station des Contamines, traverser le village. 200 m après le garage automobile prendre le premier pont à droite et la première rue à droite. Le village sportif UCPA est devant vous.

Parking : 80 places près du village sportif, non couvert, non gardé, gratuit.

Vous venez en train

Descendre à la gare SNCF de Saint-Gervais-les-Bains / Le Fayet située à 14 km du village sportif UCPA.

Prendre la Cie de car S.A.T. devant la gare (sur la droite).

Renseignements sur le site internet : sat-montblanc.com ou au 04 50 78 05 33.

Départ toutes les 2 heures environ, de 8h à 18h.

Tarif : env. 5,50 euros l'aller simple.

LES INFOS PRATIQUES

↳ Pensons à l'environnement :

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

↳ Rôle 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 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.

↳ 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.

↳ 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.