

## Ski Pack Mi temps 12H (sam18h-sam10h) -18/30 ans - 7 jours

Tignes - Alpes du Nord

Rejoignez Tignes pour une semaine d'entrainement et d'aventure sur les pistes !



### VOTRE SÉJOUR EN BREF

À Tignes, les 300 km de pistes du domaine Tignes - Val d'Isère offrent un terrain de jeu illimité pour les skieurs.

Notre village sportif est idéalement situé et vous permet d'accéder à des espaces enneigés adaptés à tous les niveaux.

De l'initiation au perfectionnement, chacun pourra progresser et apprécier son séjour à l'UCPA.

> Séjour de 7 jours / 7 nuits en chambres multiples.

> Accueil en pension complète.

> Matériel de ski et forfait remontées mécaniques inclus.

> 12h de cours de ski alpin encadrées.

### LES + DU SÉJOUR

- ◆ Une formule tout compris, l'idéal pour un séjour d'aventure réussi !
- ◆ Le village sportif de Tignes est idéalement situé au pied des pistes et au cœur de la station.

## INFORMATIONS PRATIQUES

### VOTRE CONTACT

Tignes  
Village sportif UCPA de Tignes  
Le Val Claret

04 79 06 56 44

Tignes  
00 (33) 4 79 06 56 44  
tignes@ucpa.asso.fr

---

---

## LES FORMALITÉS

**ADMINISTRATIVES**

**APIS**

**DE SANTÉ**

---

---

## VOTRE SÉJOUR

### DESCRIPTIF

À Tignes, les 300 km de pistes du domaine Tignes - Val d'Isère offrent un terrain de jeu illimité pour les skieurs. Notre village sportif est idéalement situé et vous permet d'accéder à des espaces enneigés adaptés à tous les niveaux. De l'initiation au perfectionnement, chacun pourra progresser et apprécier son séjour à l'UCPA.

### VOTRE ARRIVÉE

Accueil de votre groupe le samedi à 17H.

- ↳ L'équipe UCPA se présente et vous oriente dans les différents espaces : nuit, collectifs, et magasin de ski.
- ↳ Installation dans les chambres.
- ↳ Après votre installation, vous êtes attendus pour la distribution du matériel de ski et des forfaits remontées mécaniques.\*
- ↳ Dîner sous la forme d'un buffet.
- ↳ Nuit en chambre collective.

\* Il est également possible que la distribution du matériel et des forfaits se déroule le dimanche matin.

### AU JOUR LE JOUR

Dimanche à vendredi :

- ↳ Rendez-vous pour le petit-déjeuner.
- ↳ Ensuite, vous partez skier.
- ↳ Profitez de la pause déjeuner pour recharger vos batteries !
- ↳ L'après-midi, rejoignez les pistes pour une nouvelle session de ski.
- ↳ Retour au centre UCPA en fin d'après-midi, détendez vous après une intense journée.
- ↳ En soirée, rendez-vous au buffet pour le dîner.
- ↳ Après le dîner, l'équipe UCPA vous attend pour des soirées animées (karaoké, blind test, quizz, soirée film...).

Restitution du matériel le vendredi pour 18H00.

### VOTRE DÉPART

SAMEDI :

- ↳ Petit-déjeuner.
  - ↳ Libération des chambres pour 9H.
- Départ 10H.

---

---

## À PROPOS DU SÉJOUR

### LE NIVEAU

#### Ski alpin

##### **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

Pour la glisse

1 veste et 1 pantalon de ski, 1 ou 2 pulls ou polaires, 1 collant chaud, 1 bonne paire de gants de ski ou de moufles, 1 bonnet de ski ou 1 casque, 1 paire de lunettes de soleil filtrant les U.V, 1 masque de ski, 1 crème solaire haute protection, 1 stick pour les lèvres.

Un casque est conseillé (non fourni par UCPA).

Apporter votre linge de toilette (les draps sont fournis par l'UCPA).

Prévoir un cadenas pour fermer votre placard et un autre pour sécuriser votre matériel, une gourde (ou une bouteille d'eau) et un petit sac à dos pour les repas sur les pistes.

#### Hébergement

1 veste et 1 pantalon de ski, 1 ou 2 pulls ou polaires, 1 collant chaud, 1 bonne paire de gants de ski ou de moufles, 1 bonnet de ski, 1 paire de lunettes de soleil, 1 masque de ski, 1 crème solaire haute protection, 1 stick pour les lèvres.

Prévoir un cadenas pour verrouiller votre placard dans la chambre et les casiers de la bagagerie si besoin. Pensez à prendre un petit sac à dos en cas de repas sur les pistes. Apporter votre linge de toilette (draps fournis par l'UCPA).

#### Météo

## À PROPOS DU SÉJOUR

### L'ÉQUIPEMENT FOURNI PAR L'UCPA

### L'ENCADREMENT

NOTRE FORMULE D'ENCADREMENT :

↳ SKI MI-TEMPS : 12H d'encadrement sportif en 4 ou 5 séances de ski alpin du lundi 09H au vendredi 17H. Les séances sont planifiées en alternance le matin et l'après-midi. Pas de séance le mercredi matin. Séance découverte supplémentaire le dimanche après-midi, sur zone sécurisée, pour les débutants.

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

↳ 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 étudiants (sous condition de disponibilité de l'équipement sportif). Seuls les étudiants bénéficient d'un enseignement sous la responsabilité du moniteur, les accompagnateurs ne sont pas comptabilisés dans le ratio d'encadrement.

↳ Le snowboard peut être possible uniquement pour des groupes constitués de 10 participants de même niveau. Cette formule est sur demande et sous réserve de disponibilité.

### L'HÉBERGEMENT

Village sportif d'accueil européen.  
330 places réparties dans 2 chalets dont 1 est réservé aux 13-17 ans. Modules de 2 chambres-cabines de 4 lits reliées par un sas commun comprenant un WC et douche pour 8 personnes.

Si vous souhaitez partager la même chambre que d'autres personnes inscrites sur le séjour, merci de nous envoyer un mail à [tignes@ucpa.asso.fr](mailto:tignes@ucpa.asso.fr)

### LA RESTAURATION

Le chef et son équipe concoctent des plats soignés et variés, répondant aux envies de tous, y compris aux régimes spéciaux.

A chaque repas vous retrouverez :

- ↳ un buffet froid avec crudités, salades composées
- ↳ un buffet chaud avec poisson, viande, légumes et féculents

### CONDITIONS DE STAGE

#### ✔ Inclus

- ◆ L'hébergement en chambres à partager du samedi au samedi (libération des chambres à 10H le dernier jour).
- ◆ La pension complète du dîner du samedi au petit-déjeuner du samedi.
- ◆ 4 ou 5 séances de ski alpin encadrées par un moniteur (12h au total).
- ◆ Le forfait remontées mécaniques du dimanche au vendredi.
- ◆ Le prêt du matériel de ski : skis, chaussures, bâtons, du dimanche matin au vendredi soir.
- ◆ L'assurance responsabilité civile.

#### ✘ Non inclus

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

↳ un buffet de desserts, laitages, fruits.

Votre dernier repas est le petit-déjeuner du dernier jour.

## À PROPOS DU SÉJOUR

### L'ACCÈS AU SITE

Vous venez en voiture :

**ATTENTION:** les frais de parking sont à votre charge pour l'ensemble de la durée de votre séjour. Le parking à proximité du centre UCPA est parfois complet, pensez à réserver à l'avance votre place.

Prendre la N90 jusqu'à Bourg-Saint-Maurice, puis la N202 direction Tignes.

À l'entrée de Tignes : suivre la direction "Val Claret". Au rond-point final, le village sportif UCPA est à gauche du parking de la Grande Motte (environ 200 m après l'entrée).

Les deux premières heures de stationnement sont offertes.

Les parkings de Tignes sont ensuite payants.

Aller sur le site de Tignes ([www.tignes.net](http://www.tignes.net)), rubrique "Réservation parking".

Vous venez en train :

Descendre à la gare SNCF de Bourg-Saint-Maurice, située à 30 km du village sportif.

La compagnie de car ALTIBUS propose des liaisons régulières Bourg-Saint-Maurice / Tignes-Val-Claret (informations et réservation sur [www.altibus.com](http://www.altibus.com)).

Les billets aller et retour sont à réserver impérativement avant le départ, directement auprès de la compagnie.

### LES INFOS PRATIQUES

↳ Pensons à l'environnement :

Demander aux participants de se munir d'une gourde pour le séjour.

↳ Rôle des accompagnateurs :

Pendant le séjour, les étudiants restent sous l'entière responsabilité des accompagnateurs du groupe.

↳ 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.