

## Séjour Esprit de famille - Raquettes & Bien-être - 7 jours

Flaine les Lindars - Alpes du Nord

Raquettes et bien-être pour une escapade zen !



### VOTRE SÉJOUR EN BREF

L'UCPA a imaginé des séjours sportifs aux sports d'hiver dédiés aux familles voulant partager des moments de glisse et de détente inoubliables. Dans les Alpes du Nord au sein du domaine du Grand Massif, profitez d'un enneigement exceptionnel avec vue sur le Mont Blanc !

Ouvert aux groupes de 10 personnes et +  
> 7 jours / 6 nuits en pension complète  
> Formule Raquettes et bien-être  
> Forfait et équipement de ski ou de snowboard

### LES + DU SÉJOUR

- ◆ Séjour tout compris, l'UCPA prend soin de vous
- ◆ Forfait ski Grand Massif : 5ème plus grand domaine skiable des Alpes et station 100% piéton
- ◆ Village sportif au pied des pistes
- ◆ Hébergement tout confort et adapté aux familles

## INFORMATIONS PRATIQUES

### VOTRE CONTACT

Flaine les Lindars  
Centre UCPA  
Flaine Les Lindars

Flaine  
00 (33) 4 50 47 65 75  
flaine-lindars@ucpa.asso.fr

---

---

## LES FORMALITÉS

**ADMINISTRATIVES**

**APIS**

**DE SANTÉ**

---

---

## VOTRE SÉJOUR

### DESCRIPTIF

L'UCPA a imaginé des séjours sportifs aux sports d'hiver dédiés aux familles voulant partager des moments de glisse et de détente inoubliables. Dans les Alpes du Nord au sein du domaine du Grand Massif, profitez d'un enneigement exceptionnel avec vue sur le Mont Blanc !

### VOTRE ARRIVÉE

#### DIMANCHE

Bienvenue à partir de 08h pour l'accueil de votre groupe. Installation dans vos chambres. Le petit déjeuner est servi jusqu'à 10h. Attention, pour les parents ayant des enfants inscrits au Piou-Piou (4-5 ans), selon les semaines, il se peut que les cours de ski des enfants commencent le dimanche matin à 9h30. Il est donc conseillé d'arriver la veille (en option), ou maximum à 8h30 pour vous installer et équiper vos enfants.

- ↳ Distribution du matériel et des forfaits pour toute la famille
- ↳ Ski en autonomie ou détente
- ↳ Fin d'après-midi : Pot d'accueil et dîner

#### SI VOUS AVEZ CHOISI L'OPTION ARRIVÉE LA VEILLE :

Nous vous accueillons le samedi dès 18h.  
Installation dans les chambres.  
Dîner sous forme de buffet.

### AU JOUR LE JOUR

#### LUNDI - VENDREDI :

- ↳ Formule Raquettes et bien-être :
- > 2 sorties raquettes de 2h30 accompagnées par un moniteur,
- > 1 séance de yoga,
- > Le + bien-être : 2 entrées piscine à l'Espace Aquatique de Flaine,
- > Ski ou snowboard en autonomie.

VENDREDI : Après votre dernière session de glisse, retour du matériel de ski et des forfaits remontées mécaniques avant 19h.

### VOTRE DÉPART

#### SAMEDI

Petit-déjeuner  
Libération des chambres à 10h  
Bon retour

Ce programme est donné à titre indicatif. Il est susceptible d'être modifié en fonction de la météo et du niveau d'enneigement.

---

---

## 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.

#### Ski alpin

#### Snowboard

#### Raquettes

---

---

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

#### Hébergement

Pour votre sécurité, en snowboard, un casque, des protections de poignets et de genoux sont conseillés (possibilité de location sur place).

Pour la glisse 1 veste et 1 pantalon de ski, 1 ou 2 pulls ou polaires, 1 collant chaud, 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 ou un 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.

Prévoir un ou deux cadenas pour fermer votre placard ou pour sécuriser votre matériel, une gourde et 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

Skis et chaussures ou Snowboard et boots pour la semaine.  
Raquettes et bâtons pour les 2 sorties encadrées.

### L'ENCADREMENT

↳ Encadrement de 2 sorties en raquettes de 2h30 par un moniteurs qualifié conformément à la réglementation en vigueur.

### L'HÉBERGEMENT

À 1 600 m, idéalement situé dans le cirque de Flaine et au cœur de la station piétonnière, le bâtiment UCPA est l'œuvre de l'architecte Marcel Breuer où le design a été pensé pour que la nature soit omniprésente. Hébergement avec des espaces de vie chaleureux pour se détendre

- ↳ Restaurant panoramique
- ↳ Espaces conviviaux avec bar, cheminée, terrasse, salle de spectacle
- ↳ Magasin de ski

CHAMBRES confortables accessibles par ascenseur. Linge de lit et de toilette à votre disposition sur votre lit à votre arrivée

- ↳ Chambre de 4 personnes avec salle de bain privative et toilette, équipée d'un couloir avec vestiaire, d'un espace nuit avec 2 lits simples et 2 lits superposés
- ↳ Chambre de 2 personnes pouvant être communicante, équipée d'un couloir avec vestiaire, 1 salle de bain avec toilette. Espace chambre avec 2 lits simples.
- ↳ Chambre communicantes possible en option payante : 25€/pers (soit 100€ pour une famille de 4 pers)

Ouvert pour les familles de 4 personnes : 2 chambres de 2 personnes communicantes avec une porte

### 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
- ↳ un buffet de desserts, laitages, fruits.

Si les conditions climatiques le permettent, vous avez la possibilité de vous préparer un pique-nique le matin afin de profiter au maximum des pistes.

### CONDITIONS DE STAGE

#### ✔ Inclus

- ◆ Séjour 7 jours / 6 nuits
- ◆ L'hébergement en chambre de 2 à 4 personnes du dimanche au samedi (libération des chambres à 10h le dernier jour)
- ◆ La mise à disposition d'un kit linge de lit et de toilette (une serviette et un drap de bain par personne)
- ◆ La pension complète du petit-déjeuner du dimanche au petit-déjeuner du samedi
- ◆ L'encadrement de 2 sorties en raquettes
- ◆ 1 séance de yoga
- ◆ 2 entrées piscine à l'Espace Aquatique de Flaine
- ◆ Le forfait Flaine Grand Massif valable du dimanche au vendredi
- ◆ Le matériel de ski (skis, bâtons, chaussures) ou de Snowboard (boots et board) du dimanche au vendredi
- ◆ Les activités extra sportives
- ◆ L'assurance responsabilité civile

#### ✘ Non inclus

- ◆ Les frais de dossier de 50€/ contrat (supplément obligatoire)
- ◆ La taxe de séjour pour les adultes (supplément obligatoire)
- ◆ Le kit douche : savon, gel douche, shampoing, sèche cheveux
- ◆ Les boissons : café, thé, sodas, boissons alcoolisées

◆

◆

◆

## À PROPOS DU SÉJOUR

### L'ACCÈS AU SITE

Vous venez en voiture

Autoroute Blanche A40, direction Chamonix, sortie n°19 (Cluses-centre/Flaine) et suivre direction Flaine / Arâches.

Le village sportif se situe dans Flaine Forum presque en bas de la station à gauche après la centrale de chauffage.

Parking P2 payant (10€/24h).

Parking gratuit : PCol (Col de Pierre Carrée, accessible en navettes gratuites).

Il est fortement conseillé de se munir de chaînes à neige.

Vous venez en train

Descendre à la gare SNCF de Cluses située à 30 km du village sportif UCPA.

Prendre la compagnie Arvi i Mobilité.

Renseignements au 04.50.91.49.96

<https://arvi-mobilite.fr/les-carroz-flaine-express/>

15 euros Aller/Retour

### LES INFOS PRATIQUES

↳ Pensons à l'environnement :

Prévoir une gourde pour le séjour

↳ Rôle des parents ou accompagnateurs :

Durant les temps collectifs ou calmes, les enfants sont sous la responsabilité de leur parent, les parents assurent la surveillance des moments de vie quotidienne et le respect des espaces UCPA.

Clubs enfant à partir de 3 ans : jeux et sorties.

Enfant de moins de 4 ans : séjour gratuit (merci d'apporter les repas pour les bébés). Matériel de puériculture sur demande et sous réserve de disponibilités (à vérifier avec le village sportif).

↳ 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.