

Weekend Club - escalade auto encadré - 3 Jours

Sormiou - Marseille - Méditerranée

Profitez d'un week-end d'escalade avec votre club



VOTRE SÉJOUR EN BREF

Venez arpenter les sentiers de ce massif exceptionnel et découvrir le spectacle éblouissant offert par la nature. Vous découvrirez chaque jour une facette des Calanques et profiterez des plus beaux points de vue. Ce sera ici l'occasion de vous reconnecter avec la nature et de vous recharger en énergie positive.

LES + DE LA FORMULE UCPA :

- ↘ à partir de 10 personnes pour un week-end ou break.
- ↘ séjour ouvert aux adultes 18-55 ans
- ↘ vous profitez de moments de partage avec votre club

LES + DU SÉJOUR

- ◆ Centre esprit nature
- ◆ Un village sportif idéalement situé, avec accès direct sur la plage
- ◆ Un spot immergé en plein milieu du Parc national des Calanques

INFORMATIONS PRATIQUES

VOTRE CONTACT

Sormiou
Hébergement Résidence hôtelière de Sormiou Calypso

64 avenue d'Haïfa
MARSEILLE
06 79 24 35 14
sormiou@ucpa.asso.fr

LES FORMALITÉS

ADMINISTRATIVES

APIS

DE SANTÉ

VOTRE SÉJOUR

DESCRIPTIF

Venez arpenter les sentiers de ce massif exceptionnel et découvrir le spectacle éblouissant offert par la nature. Vous découvrirez chaque jour une facette des Calanques et profiterez des plus beaux points de vue. Ce sera ici l'occasion de vous reconnecter avec la nature et de vous recharger en énergie positive.

VOTRE ARRIVÉE

> Arrivée à 20h et installation dans les chambres

AU JOUR LE JOUR

Formule auto encadrée

VOTRE DÉPART

- > Activité auto encadrée
- > Restitution des chambres
- > Départ

À PROPOS DU SÉJOUR

LE NIVEAU

Escalade

À PROPOS DU SÉJOUR

L'ÉQUIPEMENT PERSONNEL

Vêtements et équipement personnel à amener

Le linge de toilette n'est pas fourni.

Prévoir des vêtements de rechange, nécessaire et serviette de toilette, lunettes de soleil, gourde (ou une bouteille en plastique), chapeau, pull, coupe vent, crème solaire waterproof. Prévoir un anti-moustique. Si vous avez un masque et un tuba, vous pouvez les emmener afin de profiter de l'eau limpide de la Méditerranée sur vos temps libres.

Hébergement

Prévoir des vêtements de rechange, des chaussures de randonnée, des lunettes avec cordon, de la crème solaire et un coupe vent.

Produit anti-moustiques et si besoin des boules quies...

Amener pour l'après-activité, palmes, masque et tuba pour la découverte si vous en avez.

Prévoir de quoi régler d'éventuelles dépenses annexes : boutique, bar etc.

Trousse de secours

Nous vous invitons à vous munir d'une petite trousse de soins personnelle.

Contenu type

- Médicaments personnels si vous êtes sujets à des troubles particuliers (allergies, etc.)
- De quoi prévenir et soigner des ampoules
- De quoi prévenir ou soulager les problèmes de chevilles et de genoux : bandes de types "Elasto"
- De quoi nettoyer de petites plaies : compresses imbibées
- Protections solaires pour la peau et les lèvres
- De quoi soulager les maux de tête et les courbatures

Demander conseils à votre médecin et à votre pharmacien.

Météo

À PROPOS DU SÉJOUR

L'ÉQUIPEMENT FOURNI PAR L'UCPA

L'ENCADREMENT

Formule auto-encadrée

L'HÉBERGEMENT

40 places / dortoirs mixtes de 6 ou 8 personnes
Sanitaire avec lavabos , pas de douche sur place (prévoir une douche solaire pour se laver ou un gant de toilette).

LA RESTAURATION

Le chef et son équipe concoctent des plats soignés et variés.

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 ainsi répondre à certains régimes alimentaires.

CONDITIONS DE STAGE

Inclus

- ♦ SEJOUR : 2 jours / 2 nuits
- ♦ L'hébergement en chambre à partager
- ♦ La restauration en demi-pension du petit-déjeuner du samedi au petit-déjeuner du dimanche
- ♦ ASSURANCE : Responsabilité civile

Non inclus

- ♦ Les frais de dossier (supplément obligatoire)
- ♦ Les taxes de séjour (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

LES INFOS PRATIQUES

↳ A DISPOSITION

Le village sportif dispose d'espaces conviviaux et propose également des activités sur place

↳ PENSONS A L'ENVIRONNEMENT :

Se munir d'une gourde pour le séjour

↳ A L'UCPA, CHACUN PARTICIPE :

A votre arrivée, un kit de draps est fourni, chacun fait son lit.
A la fin du séjour, chacun rafraîchit sa chambre et dépose les draps dans les bacs prévus à cet effet.

↳ BAR :

Durant l'accueil des séjours scolaires et/ou en mixité avec les colonies de vacances, le bar ne propose pas d'alcool aux enseignants et nos équipes ne pourront vous proposer que des softs, cafés ou thés.

Si le village sportif UCPA est en accueil mixte scolaire /adulte, l'offre de bar est donc adaptée. La réglementation française n'autorise pas de délivrer de l'alcool au moins de 18 ans.