

Groupe Etudiants Militaires - Ski mi temps - 18/30 ans - 7 jours

La Plagne 1800 - Alpes du Nord

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



VOTRE SÉJOUR EN BREF

Face au mont Blanc, découvrez chaque jour une station différente. De l'initiation au perfectionnement, chacun pourra progresser et apprécier son séjour à l'UCPA.

> Séjour de 7 jours / 6 nuits en chambres multiples.

> Accueil en pension complète.

> Matériel de ski et forfait remontées mécaniques inclus.

> 4 à 5 séances de ski encadrées par un moniteur.

LES + DU SÉJOUR

- ♦ La Plagne est une vaste station avec de larges pistes qui offre un terrain de jeu exceptionnel.
- ♦ Le village sportif UCPA se trouve au cœur de la station, à 1800m d'altitude.

INFORMATIONS PRATIQUES

VOTRE CONTACT

La Plagne 1800
UCPA La Plagne 1800
Plagne 1800 BP 59
Macôt La Plagne
04 79 09 11 76
plagne-1800@ucpa.asso.fr

04 79 09 11 76

LES FORMALITÉS

ADMINISTRATIVES

APIS

DE SANTÉ

VOTRE SÉJOUR

DESCRIPTIF

Face au mont Blanc, découvrez chaque jour une station différente. De l'initiation au perfectionnement, chacun pourra progresser et apprécier son séjour à l'UCPA.

VOTRE ARRIVÉE

Accueil de votre groupe le dimanche à 8H.

- ↳ Un petit-déjeuner vous sera servi.
- ↳ L'équipe UCPA se présente et vous oriente dans les différents espaces : nuit, collectifs, et magasin de ski.
- ↳ Après votre installation, vous êtes attendus pour la distribution du matériel de ski et des forfaits remontées mécaniques.
- ↳ Déjeuner.
- ↳ Après-midi sur les pistes.
- ↳ Une réunion d'accueil clôturera cette première journée.
- ↳ Dîner.
- ↳ Nuit en chambre collective.

SI VOUS AVEZ CHOISI L'OPTION ARRIVÉE LA VEILLE:

Nous vous accueillons dès samedi à 17H.

Installation dans les chambres.

Dîner.

AU JOUR LE JOUR

Lundi 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...).

4 à 5 séances de ski encadrées par un moniteur sont prévues, le reste du temps le groupe skie en autonomie.

VOTRE DÉPART

Samedi :

- ↳ Petit-déjeuner.
- ↳ Rejoignez les pistes pour une dernière session de ski le matin.
- ↳ Restitution du matériel au plus tard pour 12H.
- ↳ Déjeuner sous forme de buffet et libération des chambres pour 13H.
- ↳ Départ à 14H.

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

Pour votre sécurité, en snowboard, un casque, des protections de poignets et de genoux sont conseillés.

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

Météo

À PROPOS DU SÉJOUR

L'ÉQUIPEMENT FOURNI PAR L'UCPA

L'ENCADREMENT

SKI ALPIN : encadrement mi-temps

12H d'encadrement sportif en 4 à 5 séances de ski alpin du lundi matin au vendredi après-midi. Les sessions de ski sont organisées en alternance le matin et l'après-midi sauf le mercredi (après-midi uniquement).
Les moniteurs sont francophones et leur niveau d'anglais peut varier.

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

Les étudiants militaires sont sous la responsabilité du moniteur pendant les cours de ski. Le reste du temps, la surveillance et l'encadrement du groupe est déléguée aux instructeurs militaires sous le régime de l'armée.

Le groupe peut se référer au responsable des activités UCPA, il est pleinement qualifié pour guider et conseiller le groupe et apporter des informations précises sur le domaine skiable, les conditions météorologiques en montagne, et la sécurité.

L'HÉBERGEMENT

Village sportif de 420 lits, composé de 3 chalets d'hébergement et d'1 chalet d'espaces collectifs.
Chambres-cabines de 3 ou 4 lits avec lavabo.

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.

Votre dernier repas est le déjeuner du dernier jour.

CONDITIONS DE STAGE

✓ Inclus

- ◆ L'hébergement pour 7 jours / 6 nuits en chambres à partager, du dimanche au samedi (libération des chambres à 13H).
- ◆ La pension complète du petit-déjeuner du dimanche au déjeuner du samedi.
- ◆ Le forfait remontées mécaniques du dimanche au samedi 12H.
- ◆ Le prêt du matériel de ski : skis, chaussures, bâtons, du dimanche matin au samedi 12H.
- ◆ L'encadrement ski 12H en 4 à 5 séances du lundi au vendredi.
- ◆ L'assurance responsabilité civile.

✗ Non inclus

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

À PROPOS DU SÉJOUR

L'ACCÈS AU SITE

Vous venez en voiture :

Prendre l'autoroute A43 jusqu'à Albertville, puis la voie rapide N90 jusqu'à Moutiers. Puis à Aime, prendre la direction La Plagne. A 17 km, prendre La Plagne 1800.

Pas de parking sur le village sportif. Le parking situé à Plagne Centre est payant (65 euros pour 7 jours).

Vous venez en train :

Descendre à la gare SNCF d'Aime-La Plagne, située à 17 km du village sportif.

Prendre la Cie de car LOYET. Consultation des horaires et réservation sur www.mobisavoie.fr et au 0820 205 330. Tarifs : environ 12 euros l'aller simple et 18 euros l'aller-retour.

Vous venez en avion :

Si arrivée à l'aéroport de Lyon Saint-Exupéry : prendre le bus de la Cie SATOBUS (renseignements et tarifs au 04 72 35 94 96).

Si arrivée à l'aéroport de Genève-Cointrin : prendre le bus de la Cie LOYET (renseignements et tarifs sur www.mobisavoie.fr et au 0820 205 330).

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 militaires restent sous l'entière responsabilité des instructeurs de l'armée ou des tour-leaders.

↳ 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.