Classe de neige - Ski Mi temps 8H & Multiactivités en Milieu naturel 10H (Lun14h-Ven18h) - 9/18 ans - 5 jours

Guchen - Vallée de Saint-Lary - France

Une découverte authentique et sportive des Pyrénées



VOTRE SÉJOUR EN BREF

Offrez à vos élèves une classe de neige inoubliable au cœur de la Vallée d'Aure : le domaine de Saint-Lary-Espiaube est à taille humaine, idéal pour apprendre le ski et découvrir la nature !

5 jours / 4 nuits
> Ski alpin : 4 séances (8 heures d'encadrement à partir du lundi 14H au vendredi 18H)
> 2 séances Raquettes jusqu'au lac de l'Oule (sur 1 journée avec pique nique) + 1 Tir à l'Arc + 1 Rando pédestre Nature
> Forfait Remontées mécaniques + l'équipement de ski alpin + l'accés au domaine skiable en bus inclus.
> 3 séances animations après-ski

LES + DU SÉJOUR

- Formule permettant de mixer l'apprentissage du ski, des séances raquettes pour une découverte du milieu au rythme de la nature, une séance nature pour comprendre la montagne, ses écosystèmes, ses enjeux environnementaux.
- Projet Ski attitude UCPA : Développer l'autonomie / Etre acteur de lien social / Accroître son bien être / Habiter l'espace de manière responsable.
- Domaine skiable agréable situé au cœur d'une forêt de mélèzes, pistes variées adaptées à tous les niveaux

INFORMATIONS PRATIQUES

VOTRE CONTACT

Guchen - Vallée de Saint-Lary
UCPA
3 Chemin de la Magnette
Guchen
05 82 14 00 28
guchen_saintlary@ucpa.asso.fr

05 62 39 93 40

LES FORMALITÉS

ADMINISTRATIVES

APIS

DE SANTÉ

VOTRE SÉJOUR

DESCRIPTIF

Offrez à vos élèves une classe de neige inoubliable au cœur de la Vallée d'Aure : le domaine de Saint-Lary-Espiaube est à taille humaine, idéal pour apprendre le ski et découvrir la nature !

5 jours / 4 nuits

VOTRE ARRIVÉE

LUNDI :
Bienvenue à partir de 08H pour l'accueil de votre groupe. A votre arrivée, un petit-déjeuner vous sera servi (selon votre horaire d'arrivée)
Accueil et présentation des 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.

↘ 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.

Déjeuner

↘ 1ere séance de ski sur les pistes : Première glisse, première sensation ! Harmonisation des niveaux, découverte du domaine skiable.

OU

↘ 1ere séance de découverte Environnement (descriptif dans le jour par jour)

Après votre séance de pleine nature, un temps calme ou une activité après-ski sera proposé avant le dîner.
Une réunion d'accueil clôturera cette première journée.

Dîner sous forme de buffet. Nuit en chambre collective.

AU JOUR LE JOUR

MARDI à JEUDI
↘ Ski Alpin : 4 séances encadrées. Accés au domaine skiable sur St Lary- Espiaube organisé par l'Ucpa.
↘ 1 sortie en raquette jusqu'au lac de l'Oule sur la journée avec pique nique en pleine nature (selon conditions météo)
↘ 1 Balade thématique sur le thème de l'environnement
↘ 1 séance de Tir à l'Arc sur place
↘ 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

Profiter des demi-journées sans activité pour approfondir votre projet pédagogique soit en programmant en amont des visites, des temps de classe (nous pouvons vous mettre à disposition des salles), ou des activités de pleine nature.

↘ 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…

VOTRE DÉPART

VENDREDI :
Après un bon petit-déjeuner
↘ Soit séance encadrée le matin soit temps libre
Déjeuner sous forme de buffet et libération des chambres avant 14H.
↘ Soit séance de ski l'après-midi soit temps libre.
Restitution du matériel au plus tard pour 17H30.
Douches et bagagerie seront à votre disposition.
Départ 18H.

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

1;trousse de toilette;2;paquets de mouchoirs en papiers;1;brosse à cheveux;1;brosse à dents et dentifrice;1;crème hydratante si nécessaire;1;shampoing et gel douche;1;serviette de toilette + 1 serviette de bain;5;paires de chaussettes normales;1;pyjama ou chemise de nuit;7;slip/culottes;7;tee-shirts à manches longues;2;pulls chauds et confortables (ou polaires);1;jeans;1;survêtement;1;blouson (pas obligatoire si anorak ski);1;paire de tennis;1;paire de chaussons;1;appareil photo jetable si vous le souhaitez;1;enveloppe timbrée à l'adresse des parents;1;valise à roulette pour faciliter le transport par l'enfant;1;sac pour le linge sale;1;petit sac à dos adapté aux activités, déplacements et portage du pique-nique + petite gourde;1;crème solaire haute protection;1;stick à lèvres protection + 1 hydratant;3;paires de chaussettes chaudes;1;pantalon de ski ou combinaison + collants;1;bonnet de ski ou cagoule;1;paire de moufles (bien chaudes) est préférable à une paire de gants;1;paire d'après ski;1;paire de lunettes de soleil (conseil : UV3 avec cordon) TRES IMPORTANT;1;masque de ski (mauvais temps et protection solaire);1;anorak chaud pour le ski;1;tour de cou (conseillé mais pas obligatoire);;un service de blanchisserie est prévu pour les séjours de plus d'une semaine;;15 euros d'argent de poche;

Météo

À PROPOS DU SÉJOUR

L'ÉQUIPEMENT FOURNI PAR L'UCPA

Skis, chaussures, raquettes 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 MI-TEMPS : 8H d'encadrement sportif en 4 séances de ski alpin entre le lundi 14H et le vendredi 18H. Sessions de ski planifiées en alternance le matin et l'après-midi pour que tous les élèves puissent skier le matin et l'après-midi.
↘ ENVIRONNEMENT : 2 séances de raquettes encadrées + 1 séance balade nature + 1 séance Tir à l'Arc
- Niveau requis : Ouvert à tous, du débutant à l'expert.
- Distribution du matériel de ski le lundi matin.
- 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 personnes avec lavabo.
Sanitaires communs sur le palier.
Draps et couettes fournis.

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

CONDITIONS DE STAGE

Inclus

- L'hébergement en chambres à partager du lundi au vendredi (libération des chambres à 14H le dernier jour)
- La pension complète du petit-déjeuner du lundi 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 8H : 1 moniteur par groupe de niveau et 8H en Multiactivités Environnement
- Le forfait remontées mécaniques
- Le prêt du matériel de ski : skis, chaussures, bâtons, raquettes. 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, boissons alcoolisées

choix de vinaigrettes et d’assaisonnements à composer soi-même.
Buffet chaud : poisson, viande, légumes, féculents et alternative végétale.
Desserts : 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 :
Prendre l'autoroute A64, puis la sortie Lannemezan, puis suivre Saint-Lary-Soulan à 25 km. En arrivant dans le village de Guchen, prendre la première rue à droite. Arrivée à 50 m. Parking sur le village sportif et parking municipal à 100 m.

Vous venez en train :
Descendre à la gare SNCF de Tarbes ou de Lannemezan, puis prendre le bus LIO (transports régionaux) ligne 963 jusqu'à Guchen (1h). Renseignements et tarifs sur les sites de la SNCF et des transports régionaux LIO.

Vous venez en avion :
Aéroport de Tarbes / Lourdes à 70 km ou de Toulouse à 140 km.

LES INFOS PRATIQUES

Le centre de Guchen se situe en bas de vallée à Guchen (à 800 m d'altitude), soit à environ 6 km du village de Saint-Lary-Soulan. Une fois à Saint-Lary village, l'accès au domaine skiable (Saint-Lary 1700 / Pla d'Adet) se fait par le téléphérique ou la télécabine en moins de 10 minutes ou par navette jusqu'au front de neige d'Espiaube.
↘ 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.