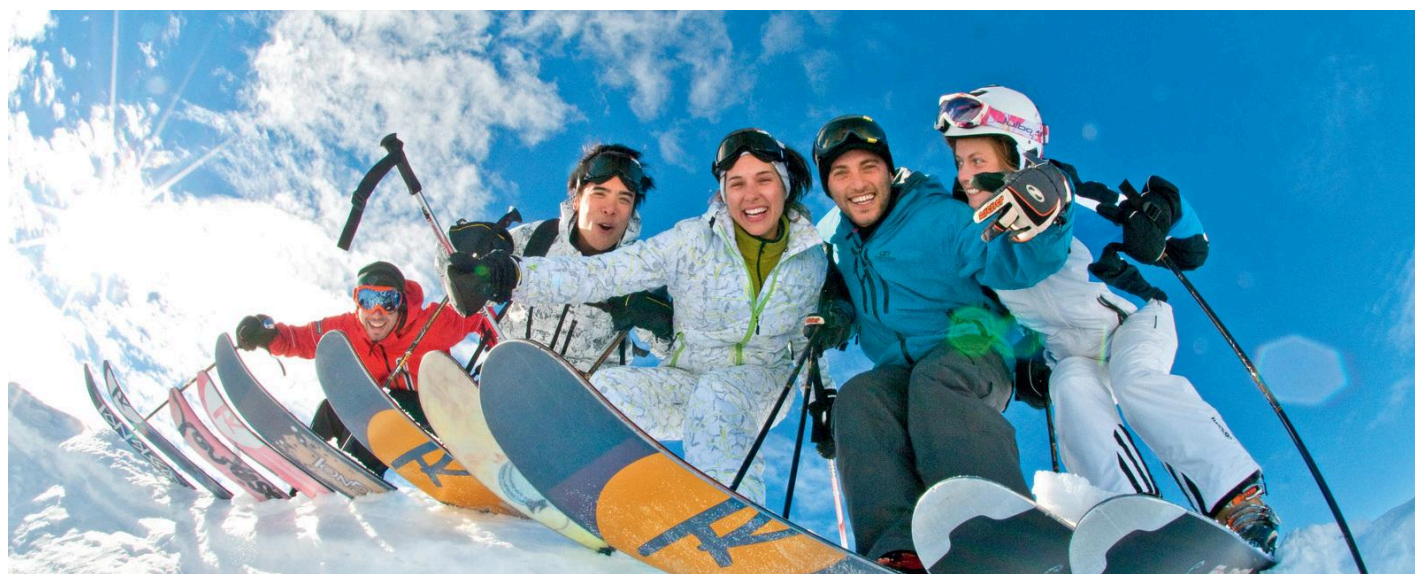


Séjour famille - Ski hors-piste mi temps 12H - 16/17ans - 7 jours

Les Contamines - Pays du Mont Blanc - Alpes du Nord

Village de tradition au cœur du Pays du Mont-Blanc.



VOTRE SÉJOUR EN BREF

PARTEZ TRANQUILLE, TOUT EST COMPRIS !

De niveau confirmé en ski, tu souhaites découvrir ou approfondir le ski hors-piste ? Grâce aux conseils de nos moniteurs expérimentés, améliore ta technique de ski pour être capable d'évoluer sur toutes les neiges : formation recherche en avalanche (utilisation D.V.A. (détecteur victime avalanche) / pelle / sonde), connaissance et lecture de la neige et choix d'itinéraires.

Evoluez dans les nombreux itinéraires situés dans les grands espaces de la réserve naturelle des Contamines.

Ouvert aux groupes de 10 personnes et +

7 jours / 6 nuits en pension complète

> Cours de ski

> Forfait et équipement de ski hors-piste

LES + DU SÉJOUR

- ◆ Un domaine skiable varié et réputé pour son enneigement.
- ◆ Ecole de ski UCPA, le Must des cours de ski
- ◆ Tout est sur place : l'hébergement, le restaurant, le matériel, le bar, l'ambiance.
- ◆ Terrasse plein sud
- ◆ Espace bien-être : sauna, hammam, jacuzzi et salle de sport.

VOTRE CONTACT

Les Contamines - Pays du Mont Blanc
152 Chemin de Nivorin d'en Bas

0450470160

Les Contamines-Montjoie
00 (33) 4 50 47 01 60
contamines@ucpa.asso.fr

LES FORMALITÉS

ADMINISTRATIVES

APIS

DE SANTÉ

VOTRE SÉJOUR

DESCRIPTIF

PARTEZ TRANQUILLE, TOUT EST COMPRIS !

De niveau confirmé en ski, tu souhaites découvrir ou approfondir le ski hors-piste ? Grâce aux conseils de nos moniteurs expérimentés, améliore ta technique de ski pour être capable d'évoluer sur toutes les neiges : formation recherche en avalanche (utilisation D.V.A. (détecteur victime avalanche) / pelle / sonde), connaissance et lecture de la neige et choix d'itinéraires. Evoluez dans les nombreux itinéraires situés dans les grands espaces de la réserve naturelle des Contamines.

VOTRE ARRIVÉE

DIMANCHE

Bienvenue à partir de 8H30 pour l'accueil de votre groupe. A votre arrivée, un petit-déjeuner vous sera servi.

Le matin : Distribution du matériel et des forfaits remontées mécaniques.

Ski en autonomie ou détente.

Déjeuner

Après-midi : Ski en autonomie ou détente

Après ski : Pot d'accueil et dîner

SI VOUS AVEZ CHOISI L'OPTION ARRIVÉE LA VEILLE :

Nous vous accueillons dès samedi à 18H.

Installation dans les chambres. Dîner sous forme de buffet.

AU JOUR LE JOUR

LUNDI - VENDREDI

Pendant les séances encadrées, tu évolues en forêt et sur piste. Tu commences sur des hors-pistes de proximité avec des retours techniques sur la piste et tu termines sur des itinéraires hors-piste de plus grandes envergures.

Notre formule Ski hors-piste Mi-Temps à partir de 16 ans :

- > 4 séances alternativement le matin et l'après-midi du lundi au vendredi (hors mercredi)
- > Forfait 6,5 jours et matériel de ski
- > Debriefs avec votre moniteur durant la semaine
- > Accès prioritaire avec le moniteur aux remontées mécaniques.

VOTRE DÉPART

SAMEDI

Petit-déjeuner

Ski en autonomie durant la matinée

Déjeuner

Libération des chambres le samedi à 13h et restitution du matériel

Bon retour

À PROPOS DU SÉJOUR

LE NIVEAU

Ski hors-piste

Ski - Confirmé

Niveau technique - Confirmé

Vous évoluez avec aisance sur toutes les pistes du domaine skiable en variant petits et grands virages. Vous êtes capables d'enchaîner de longues descentes. Vous êtes moins à l'aise lorsque le terrain est plus accidenté (bosses, glace, poudreuse).

À PROPOS DU SÉJOUR

L'ÉQUIPEMENT PERSONNEL

Vêtements et équipement personnel à amener

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).

Hébergement

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 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.

Pour l'espace bien-être 1 maillot de bains et 1 serviette de bains.

Prévoir un 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

Skis, chaussures et bâtons.

Pour la formule ski hors-piste, tout le matériel de sécurité est inclus : DVA, pelle, sonde et petit sac.

L'ENCADREMENT

ENCADREMENT MI TEMPS DECOUVERTE SKI HORS-PISTE :

↳ 4 séances

↳ Niveau requis : Ouvert aux skieurs ayant un niveau confirmé sur piste.

Comprend :

- La distribution du matériel le dimanche matin.
- L'encadrement des activités sportives est assuré par des moniteurs qualifiés conformément à la réglementation en vigueur.
- Dbriefs avec le moniteur pour tous les niveaux.
- Sessions planifiées du lundi au vendredi sauf le mercredi.

L'HÉBERGEMENT

Chalet traditionnel UCPA situé à la sortie du village bénéficiant :

- ↳ Restaurant avec terrasse en bois plein sud
- ↳ Espace de convivialité avec bar
- ↳ Espace bien-être avec sauna, jacuzzi, hammam (en option)
- ↳ Salle d'escalade indoor
- ↳ Magasin de ski

Chambres organisées par module de 3 chambres se partageant le sanitaire et la douche

↳ Chambres de 2 à 5 lits

- Lits simples
- Liseuses
- Rangements individuels
- Espace avec lavabo

A SAVOIR : Les chambres de 2 personnes sont à réserver au moment de l'inscription en option payante

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.

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 13h le dernier jour)
- ◆ La pension complète du petit-déjeuner du dimanche au déjeuner du samedi
- ◆ Les activités extra sportives
- ◆ L'assurance responsabilité civile
- ◆ Pour la formule ski hors-piste:
 - ◆ >L'encadrement en ski 12H en 4 séances du lundi au vendredi
 - ◆ >Le forfait remontées mécaniques du dimanche au samedi matin
 - ◆ >Le matériel de ski (skis, bâtons, chaussures, DVA, pelle, sonde et petit sac) du dimanche au samedi matin

✗ Non inclus

- ◆ Les frais de dossier (supplément obligatoire)
- ◆ La taxe de séjour pour les adultes (supplément obligatoire)
- ◆ Le kit douche : savon, gel douche, shampoing, sèche cheveux, serviette de bain et de toilette
- ◆ Les boissons : café, thé, sodas

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.

À PROPOS DU SÉJOUR

L'ACCÈS AU SITE

Vous venez en voiture

Autoroute Blanche, direction Chamonix, sortie 21 (les Contamines / Le Fayet / Saint-Gervais).

En arrivant dans la station des Contamines, traverser le village. 200 m après le garage automobile prendre le premier pont à droite et la première rue à droite. Le village sportif UCPA est devant vous.

Parking : 80 places près du village sportif, non couvert, non gardé, gratuit.

Vous venez en train

Descendre à la gare SNCF de Saint-Gervais-les-Bains / Le Fayet située à 14 km du village sportif UCPA.

Prendre la Cie de car S.A.T. devant la gare (sur la droite).

Renseignements sur le site internet : sat-montblanc.com ou au 04 50 78 05 33.

Départ toutes les 2 heures environ, de 8h à 18h.

Tarif : env. 5,50 euros l'aller simple.

LES INFOS PRATIQUES

↳ Pensons à l'environnement :

Prévoir une gourde pour le séjour

↳ Précisions concernant les mineurs :

Les enfants sont sous l'entière responsabilité de leurs parents en dehors des temps d'activités sportives encadrées par nos soins. Les parents assurent la surveillance des moments de vie quotidienne et le respect des espaces UCPA.

Pour les enfants de moins de 3 ans, prévoir les repas et les équipements nécessaires comme lit bébé, chaise haute ou rehausseur.

↳ 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.