

Week-end groupe plongée exploration côte bleu - 18/64 ans - 2 jours

Niolon - Marseille - Méditerranée

Un week-end plongée pour découvrir les merveilles de la Côte Bleue les autres calanques de Marseille



VOTRE SÉJOUR EN BREF

Détenteur du niveau 1 de plongée au minimum, mêlez technique et plaisir sur des sites réputés entre la Calanque de Méjean et l'Île du Frioul. Vous découvrirez la côte bleue et les calanques secrètes de Marseille

La côte bleue est réputée pour la présence de corail rouge à petite profondeur et pour ses tombants et ses failles qui charment même les habitués.

Spots : Baume Rousse, Les Yeux de Chat, Figuerolles, Arche, Faille de l'Élevine, Calanque de Méjean, Ile du Frioul et épave (en fonction de la météo).

LES + DU SÉJOUR

- ◆ Hébergement dans la calanque de Niolon au cœur de la côte bleue
- ◆ Accès rapide aux spots de plongée
- ◆ Programme d'exploration en fonction de votre niveau
- ◆ Progression technique
- ◆ Espace technique moderne, départs au pied de votre hébergement

INFORMATIONS PRATIQUES

VOTRE CONTACT

Niolon
18, chemin de la Batterie

07 62 65 42 89

Le Rove
07 62 65 42 89
niolon@ucpa.asso.fr

LES FORMALITÉS

ADMINISTRATIVES

APIS

DE SANTÉ

VOTRE SÉJOUR

DESCRIPTIF

Détenteur du niveau 1 de plongée au minimum, mêlez technique et plaisir sur des sites réputés entre la Calanque de Méjean et l'île du Frioul. Vous découvrirez la côte bleue et les calanques secrètes de Marseille

VOTRE ARRIVÉE

Accueil en fin de journée le vendredi soir.
Dîner et nuit du vendredi soir.
Première plongée à 14h.

AU JOUR LE JOUR

La première plongée à votre arrivée sera l'occasion d'évaluer vos compétences. Cette première plongée s'effectuera du bord afin de ne pas avoir la contrainte d'horaire et de durée par rapport au départ et retour d'un bateau. Ceci vous donnera le temps de faire connaissance avec votre groupe.

Dès la seconde plongée, vous partirez en bateau pour découvrir un premier site de la côte bleue.

Vous découvrirez une faune et une flore très riche, et vous développerez également vos qualités d'observateur. Parmi ce qu'il est possible de voir sur les sites : mérou, congre, murène, dentis, etc.

Les sites de la côte bleue sont très riches en corail rouge, particulièrement autour de l'île de l'Elevine.

Le déroulement de ce programme est donné à titre indicatif.

Il peut subir des modifications ou des aménagements, en fonction des critères techniques, des impératifs de sécurité ou des conditions climatiques du moment. Dans ce cas, seuls les responsables de l'encadrement UCPA sont habilités à prendre la ou les décisions nécessaires. Il peut aussi être adapté selon le niveau technique et physique des participants.

VOTRE DÉPART

Fin du stage à 17h.
Libération des chambres à 14h.

À PROPOS DU SÉJOUR

LE NIVEAU

Plongée

Plongée - N1 ou CMAS 1* confirmé

Plongeur encadré par un moniteur jusqu'à 20 mètres possédant au moins 10 plongées en milieu naturel après le niveau 1.

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.

La réglementation oblige les plongeurs qui dépassent les 20 mètres de profondeur en exploration, en autonomie ou en formation (plongeurs en fin de formation niveau 2 ou de la qualification PE-40) d'être équipés d'un ordinateur de plongée capable de calculer la décompression.

Pensez à apporter votre instrument sinon il est possible de vous en louer un sur place.

Vous apportez le matériel nécessaire à vos plongées : combinaison, détendeur, gilet, masque, palmes et ordinateur de plongée.

Hébergement

Prévoir des vêtements de rechange, un très bon anti-moustique, 2 cadenas (30 ou 40 mm), de la crème solaire et une gourde.

La réglementation oblige les plongeurs qui dépassent les 20 mètres de profondeur en exploration, en autonomie ou en formation (plongeurs en fin de formation niveau 2 ou de la qualification PE-40) d'être équipés d'un ordinateur de plongée capable de calculer la décompression. Pensez à apporter votre instrument. Il est possible de vous en louer un sur place (3 euros par jour).

Météo

À PROPOS DU SÉJOUR

L'ÉQUIPEMENT FOURNI PAR L'UCPA

Le village sportif est muni d'une station de gonflage, de 3 vedettes de 30 places, de 3 semi-rigides de 18 places et de 200 équipements complets de marque Scubapro. Tout l'équipement nécessaire à l'activité est fourni par l'UCPA, sauf l'ordinateur de plongée et les chaussettes néoprène.

L'ENCADREMENT

Nos stages sont encadrés par des professionnels de la plongée, sensibles à la protection du milieu marin.

L'HÉBERGEMENT

Une partie des hébergements ont été rénovés pour l'été 2026. Vous retrouverez cette saison:

Bungalows rénovés:

- 2 bungalows 2 places
- 30 bungalows 4 places
- 1 bungalow 6 places
- 1 bungalow 8 places

Les chambres possèdent des liseuses et prises électriques pour chaque lit, des placards de rangement, salle d'eau et WC.

Certains Bungalows seront rénovés pour l'été 2027:

- 3 bungalows 2 places avec WC et douches collectifs
- 3 bungalows 6 places avec salle d'eau et WC

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

- ♦ L'hébergement et restauration en pension complète du dîner du vendredi au petit déjeuner du dimanche.
- ♦ 3 plongées avec moniteur
- ♦ Le matériel spécifique sauf
- ♦ l'ordinateur de plongée
- ♦ L'assurance responsabilité civile

✗ Non inclus

- ♦ Les frais de dossier (supplément obligatoire)
- ♦ Les taxes de séjours (supplément obligatoire)
- ♦ Le transport
- ♦ L'équipement personnel
- ♦ L'ordinateur de plongée obligatoire pour les plongées à plus de 20 m et les plongées en autonomie
- ♦ (Location sur place à 5€ par jour)
- ♦ Les chaussettes néoprène
- ♦ Les assurances complémentaires :
- ♦ L'option plongée Nitrox = 9€ /pers/ jour
- ♦ Le kit linge de toilette
- ♦ Les boissons : café, thé, sodas, boissons alcoolisées

À PROPOS DU SÉJOUR

L'ACCÈS AU SITE

Village sportif UCPA de Niolon
18, chemin de la Batterie
13740 Le Rove

00 (33) 4 91 46 90 16

Vous venez en voiture :

Autoroute Paris / Marseille, sortie Gignac sur la A55 de Marseille à Fos, puis le Rove et Niolon.

De Bordeaux : prendre l'autoroute Bordeaux / Toulouse / Marseille, sortie le Rove sur la A55 de Fos à Marseille.

Vous venez en train :

Le centre UCPA est situé à 100 m de la gare SNCF de Niolon. La ligne TER pour se rendre à Niolon de Marseille est la ligne "Marseille/Miramas". Attention aux horaires pour arriver dans les créneaux d'accueil sur le centre.

Vous venez en avion :

L'aéroport de Marseille Provence est à 20 km du centre.

Transfert en taxi uniquement, pas de transport public, ni de navette centre.

LES INFOS PRATIQUES

Possibilité de réserver des salles de cours.

Parking sur le centre. Nombre de places limitées, privilégiez le covoiturage.

Bars et restaurants typiques dans la calanque.

Pensons à l'environnement :

Pensez à vous 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.

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 le programme prévu, notamment sur les horaires d'arrivée et/ou de départ, l'UCPA ne remboursera pas les prestations non consommées.