Weekend Club - Non plongeur - 2 jours

Cap Croisette - Marseille - Méditerranée



VOTRE SÉJOUR EN BREF

A l'extrême sud de Marseille, Cap Croisette est la porte d'entrée du Parc National des Calanques. Les plongées sont remarquables, parmi les plus belles de méditerranée.
La petite presqu'île s'ouvre sur l'archipel de Riou, une vaste zone sauvage composée de 6 îles inhabitées, cas unique en France. Entre grands tombants, grottes, épaves et faune active, les plongées sont variées et insolites.
Séjour libre sans activité: seuls sont inclus l'hébergement ainsi que la pension complète.
Ce séjour est ouvert aux adultes de plus de 18 ans.
Ce site n'est pas habilité à accueillir des mineurs.

LES + DU SÉJOUR

- Village sportif convivial sur un site sauvage et préservé
- Centre convivial de 40 places
- Déconnexion totale dans un cadre magique au cœur des Calanques

INFORMATIONS PRATIQUES

VOTRE CONTACT

Cap Croisette

04 91 73 37 23

UCPA Cap Croisette, chemin des croisettes, Les Goudes

Marseille
06 32 69 88 24
capcroisette@ucpa.asso.fr

LES FORMALITÉS

ADMINISTRATIVES

APIS

DE SANTÉ

VOTRE SÉJOUR

DESCRIPTIF

A l'extrême sud de Marseille, Cap Croisette est la porte d'entrée du Parc National des Calanques. Les plongées sont remarquables, parmi les plus belles de méditerranée.
La petite presqu'île s'ouvre sur l'archipel de Riou, une vaste zone sauvage composée de 6 îles inhabitées, cas unique en France. Entre grands tombants, grottes, épaves et faune active, les plongées sont variées et insolites.

VOTRE ARRIVÉE

Le village sportif bénéficie d'une situation exceptionnelle à la pointe de la Calanque accessible uniquement par un sentier piétonnier escarpé. Afin de faciliter l'accès à ce petit coin de paradis, nous vous attendons au port des Goudes tôt le matin afin de récupérer vos bagages par bateau (selon les conditions météorologiques) et ainsi vous laisser rejoindre le village sportif plus aisément à pied.
Il vous est recommandé de vous munir de bagages à dos et d'une paire de baskets, l'accès au centre UCPA se fait par la colline (560 m) à pied sur un sentier caillouteux.

Nous accueillerons votre groupe vers 8h avec un brief de bienvenue par notre équipe
Après le dîner, vous avez la possibilité de vous retrouver tous ensemble sur la terrasse du village sportif.

AU JOUR LE JOUR

Durant votre weekend, vous pourrez profiter des loisirs tels que jeux de société, ping-pong, poker, pétanque, balades et découverte de nos sentiers côtiers et des hauteurs des Goudes, farniente et baignade.
À proximité vous trouverez quelques restaurants typiques, un petit commerce et un pub.

VOTRE DÉPART

Vous libérez les chambres vers 9h, ou autre horaire qui vous sera communiqué par le centre.
Le transfert de vos bagages en direction du port des Goudes s'effectue en fin d'après-midi.

À PROPOS DU SÉJOUR

LE NIVEAU

Plongée

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 votre temps libre.

Hébergement

Prévoir votre linge de toilette, linge de rechange, lunettes de soleil, coupe-vent, une gourde, lampe de poche et produit anti-moustiques.

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

Aucun prêt de matériel.

L'ENCADREMENT

Pas d'encadrement UCPA, séjour libre sans activité sportive

L'HÉBERGEMENT

- 4 bungalows de 6 lits simples - 2 bungalows de 4 lits simples
- 1 cabanon marseillais typique de 8 places équipé d'une salle d'eau
- Toilettes et douches extérieures à proximité

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 en chambre à partager
- La restauration du déjeuner du premier jour au déjeuner du dernier jour
- L'assurance responsabilité civile

Non inclus

- Kit linge de toilette
- Les boissons : café, thé, sodas, boissons alcoolisées
- Supplément obligatoire : Taxe de séjour pour les adultes
- Supplément obligatoire : Frais de 50€ par dossier

À PROPOS DU SÉJOUR

L'ACCÈS AU SITE

Village sportif UCPA Cap Croisette, Les Goudes
13008 Marseille
04 91 73 37 23

Vous venez en voiture :
Depuis Marseille Vieux port prendre direction Pharo la Plage, La Corniche, jusqu'à la Pointe Rouge puis, La Madrague de Montredon, Les Goudes puis direction Cap Croisette en passant par le port du village des Goudes.
Le raccourci : Tunnel Prado carénage - Prado sud, suivre les plages puis Pointe Rouge et Les Goudes. Prix: env. 5 euros.
Stationnez votre véhicule dans le village des Goudes, parking public et gratuit.

Vous venez en train :
TRES IMPORTANT : Pas de transfert gare/village sportif organisé par l'UCPA.
De la gare de Marseille Saint-Charles, prendre le métro ligne 2 direction Sainte-Marguerite/Dromel descendre au rond-point du Prado. Prendre ensuite le bus N°19 jusqu'à La Madrague (terminus), puis le bus 20 jusqu'aux Goudes. Descendre à l'arrêt "Delabre Pelaprat". Le bus 20 circule toutes les heures.
Infos horaires et plan de lignes RTM : www.rtm.fr
Suivre la route en direction de Cap Croisette (800 m) qui contourne le port des Goudes jusqu'au terre-plein. Prendre le sentier sur votre droite, indiqué presqu'île de Cap Croisette.
Un seul titre de transport pour le métro et le bus, valable 1h15. Prix : env. 2,5 euros. Il faut compter au minimum 1h30 de trajet de la Gare Saint-Charles au village sportif UCPA de Cap Croisette.

LES INFOS PRATIQUES

↘ Le village sportif étant situé dans la Calanque, il n'y a pas de WIFI ni de distributeur de banque à proximité. Pensez à prévoir de l'argent en espèces pour les dépenses au bar.

↘ 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.