

Classe nature - Sport de Montagne & grimpe 20H - 5 jours

Argentière - Vallée du Mont Blanc - Alpes du Nord

Partez à la découverte des sports de montagne au cœur du Massif du Mont Blanc



VOTRE SÉJOUR EN BREF

Découvrir les activités de montagne et grimper au plus près du site mythique du Mont Blanc, s'initier aux règles de sécurité et de la responsabilisation.

5 jours / 4 nuits

- > 2 séances randonnée
- > 2 séances escalade
- > 1 Course d'orientation
- > 1 séance VTT
- > accès en visite libre Aiguille du midi et train de la Mer de Glace (2 demi journées)

LES + DU SÉJOUR

- ◆ Un programme multisport
- ◆ Village sportif rénové avec vue sur le Mont-Blanc
- ◆ Piscine chauffée
- ◆ LE PROJET PÉDAGOGIQUE UCPA : Développer l'autonomie / Etre acteur de lien social / Accroître son bien être / Habiter l'espace de manière responsable

INFORMATIONS PRATIQUES

VOTRE CONTACT

Argentière - Vallée du Mont Blanc
Village sportif UCPA
170, rue Charlet Straton
Chamonix-Mont-Blanc
00 (33) 4 50 54 07 11
argentiere@ucpa.asso.fr

04 50 54 07 11

LES FORMALITÉS

ADMINISTRATIVES

APIS

DE SANTÉ

VOTRE SÉJOUR

DESCRIPTIF

Découvrir les activités de montagne et grimper au plus près du site mythique du Mont Blanc, s'initier aux règles de sécurité et de la responsabilisation.

5 jours / 4 nuits

- > 2 séances randonnée
- > 2 séances escalade
- > 1 Course d'orientation
- > 1 séance VTT
- > accès en visite libre Aiguille du midi et train de la Mer de Glace (2 demi journées)

VOTRE ARRIVÉE

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.

JOUR 1

MATIN

- > Possibilité d'arrivée à 8h et petit déjeuner
- > Arrivée entre 10h et 11h
- > Accueil et réunion d'information (présentation des lieux, de l'équipe, du planning de la semaine)
- > Installation dans les chambres

MIDI

- > Déjeuner

APRES MIDI

- > Séance d'activité

SOIREE

- > Soirée libre

AU JOUR LE JOUR

Planning de la journée type durant la semaine

8h-9h Petit déjeuner

9h30 Temps libre - préparation

9h30 - 12h Activités (variable selon le temps de pratique, de trajets)

12h-13h Déjeuner en pique-nique

13h-14h Temps calme

14h-16h Activités (selon le temps de pratique, de trajets)

16h30 Goûter

17h-18h Temps libre + douches

19h-20h Dîner (selon le site et le nombre de participants, 2 services peuvent être proposés)

20h30 - 22h Selon planning, soirée libre ou animation de soirée ou mise à disposition de matériel.

VOTRE DÉPART

DERNIER JOUR

8h - 9h : Petit déjeuner, nettoyage et libération des chambres

9h - 12h : Visite du site de la Mer de Glace en autonomie

12h - 13h30 : Déjeuner en pique-nique

Restitution du matériel et bilan

15h00 : départ + collation à emporter

À PROPOS DU SÉJOUR

LE NIVEAU

Multi-activités Montagne

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

1 gourde, 1 ou 2 pulls chauds, 1 K-way, linge de corps de rechange, 1 pyjama ou chemise de nuit, 1 casquette ou 1 bob, 1 paire de chaussures légère de marche, 1 paire de vieilles tennis pour les activités nautiques, des lunettes de soleil filtrant les UV (avec cordon), 1 crème solaire haute protection, 1 stick pour les lèvres, 1 serviette de bain, 1 trousse de toilette complète, 1 serviette de toilette, 1 gant de toilette, 1 maillot de bain.

Hébergement

Météo

À PROPOS DU SÉJOUR

L'ÉQUIPEMENT FOURNI PAR L'UCPA

Tout le matériel nécessaire aux activités est fourni par l'UCPA.

L'ENCADREMENT

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

ROLE DES ENSEIGNANTS

Les professeurs ont le choix d'accompagner ou non les élèves durant la pratique sportive. Votre équipe encadrante reste en charge de la vie quotidienne durant l'activité et peut donc être sollicitée en soutien des groupes encadrés pour faciliter le bon déroulement de l'activité (logistique, échange avec les moniteurs, gestion des accidents et formalités administratives)

L'HÉBERGEMENT

En majorité, chambres de 4 personnes avec lavabos. Quelques chambres de 5 et 6 personnes, équipées de lavabos. Liseuses individuelles. Douches et sanitaires collectifs à chaque étage.

Possibilité d'hébergement à 2 (lits séparés) pour les stages adultes de 7 jours sur village sportif à réserver au moment de l'inscription (avec supplément).

LA RESTAURATION

Notre équipe de restauration vous prépare chaque jour des plats soignés et variés. Dans notre démarche qualité, nous essayons de proposer le plus souvent possible de produits frais et locaux. Pour le dîner, 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 donc répondre à certains régimes alimentaires. Les élèves peuvent choisir les produits qui conviennent à leur régime.

SPECIFICITES :

Selon votre planning d'activités, les repas du midi sont pris sous forme de pique-nique.

Pension complète pendant toute la durée de votre séjour.

CONDITIONS DE STAGE

✔ Inclus

- ◆ HÉBERGEMENT : en chambres collectives élèves et chambres collectives accompagnateurs (libération des chambres le dernier jour avant 14h)
- ◆ PENSION COMPLÈTE : du petit déjeuner Jour 1 au déjeuner du dernier jour + collation
- ◆ ENCADREMENT SPORTIF : selon programme
- ◆ PRÊT DU MATÉRIEL SPORTIF
- ◆ ANIMATIONS : 2 animations de soirées (après sport) et apprentissage de notions transverses environnementales dans la pratique sportive
- ◆ ASSURANCE RESPONSABILITÉ CIVILE

✘ Non inclus

- ◆ Les frais de dossier de 50€/ contrat (supplément obligatoire)
- ◆ Le kit linge de toilette : serviettes, savon, gel douche, shampoing, sèche cheveux
- ◆ Les boissons : café, thé, sodas...

Du petit déjeuner du premier jour au déjeuner du dernier jour.

ATTENTION : Le jour du départ nous vous fournissons une collation qui ne fait pas office de repas et qui ne peut pas être consommée sur le village sportif.

Si vous n'avez pas pris l'option dîner sur site le dernier jour, prévoir une restauration pour votre trajet.

À PROPOS DU SÉJOUR

L'ACCÈS AU SITE

Vous venez en train :

Descendre à la gare SNCF d'Argentière (en changeant à Saint-Gervais / Le Fayet), située à 50 m du village sportif UCPA. Vérifier la destination du train : l'UCPA se trouve à Argentière en Haute-Savoie (74) et non à Argentière-les-Écrins (05).

Vous venez en avion :

L'aéroport le plus proche est celui de Genève, à 1h30 de navette de Chamonix. Pour connaître les horaires des navettes, consulter le site de l'Office du Tourisme.

Vous venez en voiture :

Prendre l'autoroute blanche jusqu'à Chamonix, puis la route nationale 506 jusqu'à Argentière, 8 km en amont de Chamonix. Le centre sportif UCPA se trouve à 50 m de la gare SNCF. Il n'y a pas de parking dans l'enceinte du centre sportif UCPA. Il est par contre possible de trouver des places de parking gratuites mais limitées dans le village.

Pour préserver la planète et ne pas avoir de soucis (routes enneigées en hiver, stationnement difficile), privilégier si possible les transports en commun.

LES INFOS PRATIQUES

En dehors des activités UCPA, voici la liste des activités proposées sur à l'UCPA: un parc avec piscine extérieure chauffée, un espace escalade, une slack line, des espaces de volley, pétanque, ping-pong, une salle de projection, un sauna

Nous fournissons à votre groupe le forfait vallée de Chamonix : accès au train Servoz/Vallorcines, bus locaux, téléphériques aiguille du midi et train de la mer de Glace