Classe de mer - Plongée & Milieu Marin 20H - 11/18ans - 5 jours

Niolon - Marseille - Méditerranée

Découvrez la plongée et l'environnement du parc marin de la côte bleue !



VOTRE SÉJOUR EN BREF

La calanque de Niolon bénéficie d'une implantation privilégiée à l'abri du mistral. Le centre est situé dans la calanque, au bord de l'eau, au cœur du parc marin de la côte Bleue qui poursuit des objectifs d'étude, de sensibilisation du public, de protection du milieu marin, de gestion des ressources de pêche...

5 jours / 4 nuits

> 5 séances de plongée en scaphandre
> 1 randonnée palmée
> 1 séance de Kayak
> 1 séance milieu marin autour du parc de la côte bleue.

LES + DU SÉJOUR

- Un programme 100% mer
- Une belle introduction à la plongée accessible à tous les niveaux grâce au départ du bord
- Centre de plongée de renommée : 1er centre créé en France
- Au cœur des calanques avec une vue époustouflante sur Marseille et la mer Méditerranée. 3 terrasses ouvertes sur la Calanque
- 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

Niolon
18, chemin de la Batterie

04 91 46 99 85

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

LES FORMALITÉS

ADMINISTRATIVES

APIS

DE SANTÉ

VOTRE SÉJOUR

DESCRIPTIF

La calanque de Niolon bénéficie d'une implantation privilégiée à l'abri du mistral. Le centre est situé dans la calanque, au bord de l'eau, au cœur du parc marin de la côte Bleue qui poursuit des objectifs d'étude, de sensibilisation du public, de protection du milieu marin, de gestion des ressources de pêche...

5 jours / 4 nuits

> 5 séances de plongée en scaphandre
> 1 randonnée palmée
> 1 séance de Kayak
> 1 séance milieu marin autour du parc de la côte bleue.

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. Le détail de votre planning (activité, horaires des repas, animations) vous sera communiqué par nos équipes sur site avant votre arrivée. Ce document constituera le planning définitif et prévaudra sur toute information préalablement transmise.

INFORMATION PLONGEE :

Accessible à tous les niveaux grâce à un départ sécurisé depuis le bord de la calanque abritée du mistral.
Le séjour est construit de manière à établir une progression dans la pratique de la plongée.

Dans un premier temps, nos moniteurs proposent une première mise à l'eau en scaphandre, puis le lendemain un baptême de plongée est prévu pour la première immersion.
Enfin, le reste du séjour est dédié à l'acquisition des bases de la plongée et à l'exploration sous-marine, et la découverte environnementale par le biais de la randonnées palmée, le kayak et l'intervention d'une association locale pour mieux comprendre les enjeux écologiques et climatiques.

MATIN
> Arrivée pour 8h
> Petit déjeuner
> Accueil et réunion d'information (présentation des lieux, de l'équipe, du planning de la semaine)
> Installation dans les chambres (kit de draps fournis sur chaque lit)
> 1ère séance d'activités (environ 2H30 : durée variable selon l'activité, la mise en place, le temps de pratique et le temps de trajet)

MIDI
> Déjeuner

APRÈS-MIDI
> Séance d'activités (environ 2H30 : durée variable selon l'activité, la mise en place, le temps de pratique et le temps de trajet)

SOIRÉE
> Soirée Libre

AU JOUR LE JOUR

Planning type de la journée durant la semaine.

MATIN
> Petit déjeuner
> Temps libre ou préparation
> Activités (environ 2H30 : durée variable selon l'activité, la mise en place, le temps de pratique et le temps de trajet)

MIDI
> Déjeuner (selon le site et le nombre de participants, 2 services peuvent être proposés)

APRÈS-MIDI
> Activités (environ 2H30 : durée variable selon l'activité, la mise en place, le temps de pratique et le temps de trajet)
> Temps libre + douches

SOIRÉE
> Dîner (selon le site et le nombre de participants, 2 services peuvent être proposés)
> Soirée libre (mise à disposition de matériel possible selon disponibilité) ou animations organisées par notre équipe selon planning (2 par séjour).

VOTRE DÉPART

MATIN
> Petit déjeuner
> Séance d'activités (environ 2H30 : durée variable selon l'activité, la mise en place, le temps de pratique et le temps de trajet)
> Libération des chambres (chacun rafraîchit sa chambre et vient déposer les draps dans les bacs prévus à cet effet)

MIDI
> Déjeuner

APRÈS-MIDI
> Séance d'activités (environ 2H30 : durée variable selon l'activité, la mise en place, le temps de pratique et le temps de trajet)
> Débrief
> Départ 18H - Collation à emporter (qui ne fait pas office de repas)

À PROPOS DU SÉJOUR

LE NIVEAU

Multi-activités Mer

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

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

Nous fournissons tout le matériel nécessaire aux activités.

L'ENCADREMENT

IMPORTANT :
> Pour tous les programmes contenant des activités aquatiques, les élèves doivent disposer à minima du pass nautique.
S'il n'a pas pu être réalisé en amont du séjour, merci de vous rapprocher de notre équipe.

ENCADREMENT :
Durant les temps hors activité les enfants sont sous la responsabilité des professeurs. Cela implique une surveillance de leur part durant les temps d'attente sur le quai et sur le bateau. Pour rappel, lors des plongées, les moniteurs partent sous l'eau.
Un personnel de l'UCPA est présent sur le quai ou depuis le bateau pour assurer la sécurité en surface; ils ne peut pas se substituer aux professeurs pour la surveillance des enfants.

Toutes nos séances d'activités sont encadrées par des moniteurs sportifs qualifiés conformément à la réglementation en vigueur avec un ratio d' 1 moniteur pour 8 à 12 élèves en moyenne selon l'activité pratiquée. Les professeurs accompagnants ne sont pas intégrés dans notre ratio d'encadrement seul les élèves bénéficient de l'enseignement sportif.

ROLE 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 d'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.

L'HÉBERGEMENT

L'ensemble des hébergements a été rénové entre 2025 et 2027. Les chambres possèdent des liseuses et prises électriques (standard & USB-C) avec filet de rangement pour chaque lit, des placards de rangement, le Wi-Fi, un ventilateur, moustiquaire à la fenêtre, une salle d'eau et d'un WC. Les draps et les couettes sont également fournis.

CONDITIONS DE STAGE

Inclus

- HÉBERGEMENT : en chambres collectives élèves et chambres collectives accompagnateurs (libération des chambres le dernier jour dans la matinée)
- PENSION COMPLÈTE : du petit déjeuner Jour 1 au déjeuner du dernier jour + collation
- ENCADREMENT SPORTIF : selon programme
- PRÊT DU MATÉRIEL SPORTIF
- ANIMATIONS : Nous mettons à votre disposition des espaces collectifs et/ou du matériel pour réaliser vos animations. Apprentissage de notions transverses environnementales dans la pratique sportive par nos moniteurs.
- ASSURANCE RESPONSABILITÉ CIVILE

Non inclus

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

Le centre dispose de 41 bungalows, la grande majorité avec vue sur la mer, répartis de la manière suivante :

- 11 bungalows 2 places
- 24 bungalows 4 places
- 2 bungalows 6 places
- 4 bungalows 8 places

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 choix de vinaigrettes et d'assaisonnements à composer soi-même.
Buffet chaud : poisson, viande, légumes, féculents et alternative végétale.
Buffet de desserts & fromages : 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
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

PLANNING
Les horaires indiqués sur votre contrat sont ceux déterminés par le programme sportif.
Vous ne pouvez prétendre à un remboursement des activités si vos horaires d'arrivée et de départ ne respectent pas ces indications.

IMPORTANT :
Pour tous les programmes contenant des activités aquatiques, les élèves doivent disposer du pass nautique.
S'il n'a pas pu être réalisé en amont du séjour, merci de vous rapprocher de notre équipe.
CERTIFICAT DE NON CONTRE INDICATION A LA PLONGEE obligatoire. Il peut être délivré par le médecin de famille.

A DISPOSITION
Le village sportif dispose d'espaces conviviaux et propose également des activités sur place pour que vos élèves se retrouvent après le sport : volley ball, ping pong, pétanque.