

Classe de mer - Sports nautiques 12H - 11/18 ans - 5 jours

Port Camargue Ecole de Mer - Occitanie - Méditerranée

Un séjour 100% voile pour faire le plein de sensations !



VOTRE SÉJOUR EN BREF

Entre Camargue traditionnelle et plaisir de la glisse, la baie d'Aigues-Mortes et l'immense plage de l'Espiguette sont une invitation aux plaisirs de la glisse sous toutes ses formes. Port-Camargue, 1er port de plaisance d'Europe est au cœur de tous les spots les plus réputés, l'idéal pour les activités de voile !

5 jours / 4 nuits

> 5 séances de voile (planche à voile, optimist, paddle et catamaran)

LES + DU SÉJOUR

- ♦ Village sportif UCPA entièrement reconstruit en 2017 ouvert sur la mer et la base nautique
- ♦ Spots de glisse accessibles à tous les niveaux et praticables sous toutes les orientations du vent
- ♦ 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

Port Camargue Ecole de Mer
Village sportif UCPA Port Camargue Ecole de Mer
Avenue du centurion
Le Grau du Roi
04 66 51 47 92
camargue@ucpa.asso.fr

Accueil secrétariat : 04 66 51 47 92 - Directeur de séjour :
06 79 94 98 80

LES FORMALITÉS

ADMINISTRATIVES

APIS

DE SANTÉ

VOTRE SÉJOUR

DESCRIPTIF

Entre Camargue traditionnelle et plaisir de la glisse, la baie d'Aigues-Mortes et l'immense plage de l'Espiguette sont une invitation aux plaisirs de la glisse sous toutes ses formes. Port-Camargue, 1er port de plaisance d'Europe est au cœur de tous les spots les plus réputés, l'idéal pour les activités de voile !

5 jours / 4 nuits

> 5 séances de voile (planche à voile, optimist, paddle et catamaran)

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.

PROGRAMME MI TEMPS

L'organisation du planning en mi temps se déroule en demi groupe.

Par exemple : Matin Groupe 1 en activités / Groupe 2 temps libre avec les professeurs - Après midi Groupe 1 temps libre avec les professeurs / Groupe 2 en activités.

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 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) ou temps libre

12h-13h Déjeuner (selon le site et le nombre de participants, 2 services peuvent être proposés)

13h-14h Temps calme

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

16h30 Goûter

17h-18h Temps libre + douches

19h-20h Diner (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

MATIN

- > Activités
- > Debrief fin de stage
- > Restitution des chambres

MIDI

- > Déjeuner
- > Départ 14h + collation à emporter

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

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 des produits frais et locaux.

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 donc répondre à certains régimes alimentaires. Les élèves peuvent choisir les produits qui conviennent à leur régime.

Pension complète pendant toute la durée de votre séjour.
Du petit déjeuner du 1er 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 consommé sur le village sportif.

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

L'HÉBERGEMENT

Toutes les chambres sont situées à l'étage.

Chambres lumineuses de 4 à 5 personnes, avec ou sans salle de bain, toutes équipées d'un point d'eau et de rangements.

Chambres de 2 personnes avec salle de bain et wc en option auprès du secrétariat du village sportif pour les séjours adultes

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.

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

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

Depuis Nîmes, auroroute sortie Gallargues, direction Le Grau du Roi/ Port-Camargue (rive gauche) par la D979, puis suivre l'indication "Capitainerie"

Depuis Montpellier, autoroute A709 sortie Montpellier Est, direction Les Plages par la D66, puis La Grande Motte/Le Grau du roi par la D62 "Route de la petite Camargue", puis suivre l'indication "Capitainerie".

Vous venez en train

Le plus rapide : arrivée en TGV à la gare de Nîmes pour prendre le TER jusqu'au Grau du Roi (la circulation des TER est restreinte le dimanche, compter une heure de trajet).<https://www.ter.sncf.com/occitanie>

Si vous arrivez à Montpellier Saint Roch : prendre le tramway 1 direction Odysseum jusqu'à Station Place de France, puis prendre la ligne de bus 606 arrêt les Ecoles au Grau du Roi. Attention, le dimanche seuls 4 bus desservent le Grau du roi : départs à 09h30, 11h30, 16h30 et 18h30, compter une heure de bus.

<http://www.herault-transport.fr/http://www.tam-voyages.com/index.asp>

Lorsque vous arrivez au Grau du Roi vous pouvez aller jusqu'au village sportif UCPA à pied en longeant le bord de mer (environ 30 minutes) ou prendre un taxi (environ 10 minutes). Taxi du Boucanet : 04 66 53 08 08

Lors des vacances scolaires : une navette car est affrétée par l'UCPA le dimanche entre la gare de Nîmes et le centre et le samedi pour le retour à la gare. Contactez le village sportif pour connaître l'horaire et les modalités de réservation (10 euros aller, 10 euros le retour).

Pour les séjours adultes, contactez directement le village sportif pour savoir si une navette est mise en place.

Contact du centre: camargue@ucpa.asso.fr

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.

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.