

RECETTE

Classe de mer - Multisports & Sports nautiques 16H - 5 jours

Saint-Cyprien - Occitanie - Méditerranée

Un cocktail sportif entre terre et mer!



VOTRE SÉJOUR EN BREF

Idéalement situé sur le littoral catalan et au cœur d'un vaste espace arboré privatif, le centre de Saint-Cyprien bénéficie d'un environnement naturel et culturel d'exception. Entre terre et mer, il est une destination privilégiée pour l'organisation des classes de découverte.

5 jours / 4 nuits

> 3 séances de sports nautiques : snorkeling, kayak de mer, stand-up-paddle

> 5 séances de multisports (à définir avec le centre) parmi : beach sports type sandball ou rugby flag, sports collectifs type tchouk ball ou baseball, tir à l'arc, golf, vtc

LES + DU SÉJOUR

- ◆ Village sportif de grand confort situé dans un parc de 3 ha à la végétation luxuriante
- ◆ Proche des activités et à 10 min à pied de la mer
- ◆ Piscine chauffée
- ◆ LE PROJET PÉDAGOGIQUE UCPA : Développer l'autonomie / Être acteur de lien social / Accroître son bien être / Habiter l'espace de manière responsable

INFORMATIONS PRATIQUES

VOTRE CONTACT

Saint-Cyprien
Centre UCPA
Rue Verdi
Saint-Cyprien Plage
00 (33) 4 68 21 90 95
stcyprien@ucpa.asso.fr

0468219095

LES FORMALITÉS

ADMINISTRATIVES

APIS

DE SANTÉ

VOTRE SÉJOUR

DESCRIPTIF

Idéalement situé sur le littoral catalan et au coeur d'un vaste espace arboré privatif, le centre de Saint-Cyprien bénéficie d'un environnement naturel et culturel d'exception. Entre terre et mer, il est une destination privilégiée pour l'organisation des classes de découverte.

5 jours / 4 nuits

> 3 séances de sports nautiques : snorkeling, kayak de mer, stand-up-paddle

> 5 séances de multisports (à définir avec le centre) parmi : beach sports type sandball ou rugby flag, sports collectifs type tchouk ball ou baseball, tir à l'arc, golf, vtc

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 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 temps de pratique, de trajets)

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

13h-14h Temps calme

14h-16h Activités (selon 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 proposer)

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

Multisports enfants

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

Chambres de 4 (lits superposés) avec placards, salle de bains et wc privés.

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.

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 donc choisir les produits qui leur conviennent.

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 diner sur site le dernier jour, prévoir une restauration pour votre trajet.

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

- ◆ Repas pour votre départ
- ◆ Option possible : repas chaud sur le centre
- ◆ Arrivée la veille (diner + nuit)
- ◆ Transport
- ◆ Assurances complémentaires

À PROPOS DU SÉJOUR

L'ACCÈS AU SITE

Vous venez en voiture

Autoroute A9 la Catalane (Perpignan Barcelone), sortie Perpignan nord, direction Canet, puis Saint-Cyprien. Dans Saint-Cyprien Plage, prendre la direction "Zone Technique du port" puis "Les Capellans" puis "Centre UCPA".

Coordonnées GPS : Lat 42°36'17.27"N / Lon 3°1'56.23"E

Vous venez en train

Gare de SNCF Perpignan puis transfert au centre avec notamment les TAXI LOPES (Tarif forfaitaire négocié.

Réservation obligatoire au 04 68 37 19 79).

Autre moyen de transfert : Bus Région Occitanie n° 542.

Horaires et tarifs 0806 80 80 90 ou

<https://www.lio-occitanie.fr/horaires-et-plans/>

Vous venez en avion

Aéroport International de Perpignan Rivesaltes puis transfert au centre avec notamment les TAXI LOPES (Tarif forfaitaire négocié. Réservation obligatoire au 04 68 37 19 79).

LES INFOS PRATIQUES

Ce programme est accessible à tous les élèves disposant du pass nautique. S'il n'a pas pu être réalisé en amont du séjour, merci de vous rapprocher de notre équipe.