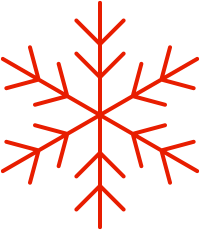
|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |
|  |  |
| **7-11 ANS 11-13 ANS I 14-17 ANS** |  |
| **Du dimanche 20 avril 2025 au samedi 26 avril 2025** |  |
| **DURÉE I 7 JOURS** |  |



LA PLAGNE 1800

SAVOIE – MONT-BLANC

**Situé face au massif du Mont-Blanc, le village sportif de La Plagne 1800, récemment rénové et très confortable offre un accès direct aux pistes pour profiter au maximum des sessions de ski et de snowboard.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **HÉBERGEMENT**   * 412 places * Village sportif composé de 3 grands chalets. * Chambres-cabines de 3 ou 4, avec lavabo. Douches à l’étage.   **RESTAURATION**   * Espace de restauration avec terrasse plein sud. * Sous forme de buffets   **DOMAINE SKIABLE de PARADISKI**   * 1 250 m / 3 250 m * 225 km de pistes. * 10 pistes vertes, 70 bleues, 34 rouges, 16 noires. * Snowpark. * 80 remontées mécaniques. * Toutes les liaisons stations sont équipées d’enneigeurs.   **ENCADREMENT**  **—** 1 animateur pour 10 à 12 jeunes en continu  **—** Double encadrement (moniteurs/animateurs)  **—** Moniteurs formés par l’Ecole de ski UCPA |  | **MATÉRIEL FOURNI PAR L’UCPA**  **—** Matériel collectif et sportif dont skis, snowboards, chaussures de ski, boots de snow, bâtons et casques.  **ACTIVITÉS POSSIBLES SUR PLACE (en complément des activités comprises dans les séjours)**  **—** Sorties sur les différents village de la station : Plagne Centre, Plagne 1800, Plagne Bellecôte  **—** Biathlon (tir à carabine laser + parcours en trottinette à neige).  **—** Yooner  **—** Luge sur grandes bouées.  **—** Stretching.  **—** Foot de neige. |

**NOS SÉJOURS**

****

|  |
| --- |
| **APPRENDRE LE SKI EN 7 JOURS - 7-11 ANS I 11-17 ANS *- DÉBUTANT\****  9 séances de ski.  Selon le niveau, des séances au snowpark de la Plagne seront proposées.  **Jour 1** : Accueil le dimanche entre 8h30 et 12h. Installation dans les chambres, distribution du matériel, constitution des groupes... L'après-midi, première séance d’initiation (selon l’heure d’arrivée) : apprivoiser le matériel, premières sensations de glisse.  En soirée, réunion de présentation du séjour. Dîner servi de 19h30 à 20h30.  **Jour 2** : Le matin et l’après-midi, premières séances de ski. Rencontre avec le moniteur et l'ensemble du groupe, puis échauffement ludique et collectif. Au programme : glisser, freiner, s'arrêter dans l’espace débutant de la station. En fin d'après-midi, goûter et échange avec le moniteur sur le programme de la semaine. Veillée animée en soirée.  **Jour 3** : Le matin et l’après-midi, premières descentes de pistes vertes et découverte des remontées mécaniques (monter, descendre). En fin d’après-midi, goûter puis temps libre ou animations. Veillée animée en soirée.  **Jour 4** : Le matin, repos sur le centre. L'après-midi, séance de ski. Apprendre à maîtriser sa vitesse et ses trajectoires sur piste verte. Retour sur le centre en fin d’après-midi. Goûter, temps libre ou animations. Veillée animée en soirée.  **Jour 5 et 6** : Le matin et l’après-midi, séances de ski à la découverte des pistes vertes et potentiellement bleues selon le niveau du groupe. En fin d’après-midi, goûter puis temps libre ou animations. Veillée animée en soirée.  **Jour 7** : Préparation des bagages et rangement des chambres, puis déjeuner au village sportif. Départ.  **FULL SKI - 7-11 ANS - *TOUS NIVEAUX SAUF DÉBUTANT***  9 séances de ski + jeux de neige + construction de bonhomme de neige.  **Jour 1** : Accueil le dimanche - Installation dans les chambres, distribution du matériel, constitution des groupes... L'après-midi, construction d'un bonhomme de neige. En soirée, réunion de présentation du séjour.  **Jour 2** : Le matin et l'après-midi, séances de ski. Rencontre avec le moniteur et l'ensemble du groupe. Echauffement collectif ludique. Vérification des niveaux, exercices et conseils. En fin d'après-midi, goûter et échange avec le moniteur sur le programme de la semaine. Le soir, veillée animée.  **Jour 3** : Le matin et l'après-midi, séances de ski. Exercices d'amélioration de l'équilibre et des sensations. Observation des traces des animaux. Le soir, veillée animée.  **Jour 4** : Le matin, repos. L'après-midi, séance de ski ludique et dynamique en fonction du niveau et des conditions : slalom géant, ski synchronisé, ski en binôme, snowpark sur bosses vertes, vidéo... Le soir, veillée animée.  **Jour 5** : Le matin et l'après-midi, séances de ski. Apprentissage des gestes techniques : virages chasse-neige pour les débutants, virages skis parallèles pour les initiés et virages carving pour les confirmés et les experts. Le soir, veillée animée. Jour 6 : Sortie ski à la journée. En fin d'après-midi, remise du carnet de niveau et bilan de la semaine. Le soir, veillée animée.  **Jour 7** : Préparation des bagages et rangement des chambres, puis déjeuner. Fin du séjour le samedi au plus tard à 14h.  **FULL SKI OU SNOWBOARD 11-13 ANS I 14-17 ANS - *TOUS NIVEAUX SAUF DÉBUTANT***  Grâce à cette formule, vous choisissez votre support (ski ou snowboard) à votre arrivée, et pour la durée du séjour.  10 séances de ski ou snowboard dont 1 facultative le mercredi matin (en autonomie pour les 14-17 ans, accompagnée par des animateurs pour les 11-13 ans). Selon le niveau, des séances au snowpark de la Plagne seront proposées.  **Jour 1** : Accueil le dimanche Installation dans les chambres, distribution du matériel, constitution des groupes.  L'après-midi, première séance de glisse. En soirée, réunion de présentation du séjour.  **Jour 2** : Le matin et l'après-midi, séances de ski ou de snowboard. Echauffement collectif ludique, puis vérification des niveaux. En fin d'après-midi, goûter et temps d'échange avec le moniteur sur le programme de la semaine. Le soir, veillée animée.  **Jour 3** : Le matin et l'après-midi, séances de ski ou de snowboard. Enseignement de l'équilibre. Observation de traces d'animaux (chamois, bouquetins, marmottes...). Le soir, veillée animée.  **Jour 4** : Le matin, au choix : repos ou séance de glisse en autonomie. L'après-midi, séance de ski ou de snowboard. Le soir, veillée animée.  **Jour 5** : Le matin et l'après-midi, séances de ski ou de snowboard. Rappel des gestes techniques pour réaliser des virages et des ollies pour les débutants, des godilles et des virages en switch pour les initiés, et des slaloms et des 360 ou 540 pour les experts. Le soir, veillée animée.  **Jour 6** : Sortie en ski ou snowboard à la journée avec pique-nique le midi. En fin d'après-midi, goûter et bilan de la semaine avec le moniteur. Le soir, veillée animée.  **Jour 7** : Préparation des bagages et rangement des chambres, puis déjeuner. Départ. |

**\**DÉBUTANT = n’a JAMAIS skié ou snowboardé***

****

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |

***LA PLAGNE FOREVER !***

|  |
| --- |
| **// DATES ET TARIFS**  **Du dimanche 20 avril 2025 au samedi 26 avril 2025 soit 7 jours / 6 nuits** |
| **Tarifs séjours : 665 € par enfant** (hors assurances annulation et rapatriement et transport)  **Tarifs assurance** multirisque avec garantie annulation **: 29 € par enfant**  **Tarif transport = 160 € par enfant** et sur la base de 50 enfants inscrits  Si moins de 50 inscrits, le tarif sera modifié à la hausse (le tarif du car est fixe)  Le transport Aller retour avec accompagnateur, au départ de Besançon, Dijon jusqu’au centre UCPA de LA PLAGNE 1800.  Transport AR en Autocar Grand Tourisme confortable (couchettes ou en sièges inclinables)  **// TROUSSEAU**  Prévoir deux bagages :  - 1 grand sac à dos (50 à 60 L) ou 1 grande valise  - 1 petit sac à dos  **Equipement personnel conseillé :**  - 1 veste de ski - 1 pantalon de ski - 1 ou 2 pulls ou polaires - 1 collant chaud - des sous-vêtements en suffisance - 1 bonne paire de gants ou de moufles - 1 bonnet de ski ou 1 casque - 1 paire de lunettes de soleil filtrant les U.V. - 1 masque de ski - 1 crème solaire haute protection - 1 stick pour les lèvres - 1 gourde isotherme - 1 serviette de toilette - 1 trousse de toilette complète - environ 30 euros d'argent de poche - éventuellement : 1 petit cadenas pour fermer le placard dans la chambre  **// FORMALITES ADMINISTRATIVES**  **A ENVOYER IMPÉRATIVEMENT AU MINIMUM 2 SEMAINES AVANT LE DÉBUT DU SÉJOUR à l’UCPA Plagne 1800**  Centre UCPA Plagne 1800 - BP 59 - AIME la PLAGNE 73210 Macôt La Plagne - 04 79 09 11 76 plagne-1800@ucpa.asso.fr  - La fiche sanitaire de liaison, entièrement complétée et signée  - Une photocopie de l'attestation de droit CMU détaillant les bénéficiaires (si vous bénéficiez de la Couverture Maladie Universelle)  - La photocopie des vaccins du carnet de santé  En l'absence de ces documents, votre enfant ne pourra pas être accueilli sur le séjour.  Si votre enfant est concerné par une allergie ou une intolérance alimentaire, immédiatement après l'inscription, vous devez remplir le questionnaire en ligne détaillant son(ses) allergie(s). Le lien du questionnaire allergie est disponible dans le premier chapitre de la pièce jointe "Fiche Sanitaire de Liaison". Rendez-vous sur le site UCPA.com ou directement sur la page santé. https://www.ucpa.com/ucpa-et-vous/sante |

Crédits photos UCPA : D.R.