www.cnpva.com

CENTRE NAUTIQUE PLÉNEUF-VAL-ANDRÉ By LMD

FICHE DE PRÉSENTATION DU SÉJOUR

A L'ABORDAGE MATELOT

Organisateur	LOISIRS MER DECOUVERTE
Dates de séjour	9 jours – 8 nuits
Moyen de Transport	Par train
Public concerné	Enfants 7-11 ans (tranche d'âge Ville de Paris)

Séjour idéal pour des vacances au bord de la mer. Ce séjour alterne la pratique d'activités nautiques et la découverte du milieu maritime à travers une multitude d'activités éducatives et ludiques.

LA VOILE

Pratiquée sur catamarans
3 séances par enfant
1 Raid nautique (journée complète) avec pique-nique sur une île

Les séances se déroulent généralement de 14h à 17h30

Pas de transport, les enfants se rendent à pied à la base nautique « Murs Blancs » situé à entre 5 et 10 minutes par le chemin côtier ou la plage.

LA DÉCOUVERTE DU MILIEU MARITIME

Pratiquée à travers des pêches à pieds, des poses de filets, de casiers à crustacés ou de grands jeux sur les îles ou sur l'eau.

De 10 heures à 12 heures ou 14h à 17h30
Pas de transport, activité se réalisant devant le centre

Partageons nos Passions

LE CHAR À VOILE

Pratiqué avec nos moniteurs
et nos chars à voile
2 séances de 2h par enfant

Transport avec autocar de 63 places.
Activité à 4km du centre d'hébergement sur la commune de Pléneuf.

LE KAYAK DE MER

Pratiqué avec nos moniteurs et nos kayaks.
1 séance de 2h30 par enfant

Pas de transport, les enfants se rendent à pied à la base nautique « Murs Blancs » situé à entre 5 et 10 minutes par le chemin côtier ou la plage.

LE BODY-BOARD

Activité ludique par excellence

Pratiqué dès que la météo nous fournit des vagues, plusieurs fois dans le séjour.

Pas de transport, activité se réalisant près du centre

LA PLAGE ET LES JEUX DE PLEIN AIR

Le centre étant situé les pieds dans l'eau, notre terrain de jeux est bien évidemment la plage.
Au programme donc :
- chasse au trésor
- châteaux de sable
- bataille contre la mer
- sans oublier les baignades

LE FIL ROUGE

Un fil rouge est créé par l'équipe. Il s'agit d'une histoire qui permet de lier toutes les activités entre elles.

Planning Type indicatif

(Varie bien sûr en fonction des marées, de la météo et des attentes des enfants en termes d'animations, de jeux)

Lever et petit déjeuner échelonné entre 7h30 et 9h15
Rangement des chambres entre 9h30 et 10 heures.
Début des activités 10 heures

	1er jour	2e jour	3e jour	4e jour	5e jour
Matin	Convoyage	Pêche à pied Aquarium	Kayak de mer	Douaniers Contrebandiers	Excursion Cap Erquy
Après-midi	Arrivée Installation		Pêche en mer (casiers, filets, mitraillettes)		
Veillée	Veillée de connaissance	Petite Veillée	Veillée Contes et légendes	Tableaux de nœuds	Boum « Fluo »

	6e jour	7e jour	8e jour	9e jour
Matin	Grand Jeu « Olympiades Nautiques »	Séance Milieu marin	Raid Nautique Avec Pic-nic sur 1 île	Rangement Valises + Balade littorale Jeux évaluation connaissances milieu marin
Après-midi				Convoyage
Veillée	Petite Veillée Ou Veillée Bataille navale géante	Casino des pirates	Bal des matelots	

Activités mises en place et acquisition des connaissances supplémentaires

• La découverte du milieu marin est assurée par des éducateurs milieu marin (diplômés) et qui interviennent notamment sur les classes de mer. Les séances se font par petits groupes de 8 à 10 enfants. Une qualité en termes de savoir et savoir-faire.
• La voile, les enfants sont répartis en deux groupes : débutants et initiés.
• Leur pratique est récompensée par un raid nautique en catamaran > Objectif aller pique-niquer sur une île à 2 miles du centre. (descriptif ci-après)

ACTIVITÉS DE SUBSTITUTION

Notre structure étant spécialisée à la fois en séjours de vacances et en école de voile traditionnelle, nous possédons une multitude de supports nautiques permettant de pallier aux aléas météo, état de la mer dégradée ou autre évènement tout en maintenant une réelle pratique nautique aux enfants présents.

Le tableau ci-dessous vous donnera un aperçu de nos nombreuses possibilités.

Activité prévue	Situations possibles	Solutions de substitution
Voile	Vent fort supérieur à force 3 Public + de 9 ans Marée haute ou basse	Utilisation des voiles adaptées à 2 prises de ris Focs sur enrouleur → Permet de naviguer en sous puissance même par vent fort
Voile	Vent fort supérieur à force 3 Public - de 9 ans Marée haute ou basse	Utilisation d'un autre type de bateau. Voilier collectif de type goélette « SKOLL » → Permet au jeune public de naviguer avec moniteur à bord et animateur
Voile	Vent fort supérieur à force 3 Public - de 9 ans Marée haute ou basse	Utilisation d'un autre plan d'eau Etang du port de Dahouet → Permet au jeune public de naviguer en toute sécurité sur bassin fermé, sans vague, ni vent fort. → Nous l'utilisons également avec notre « jardin des mers » et les 4 – 5 ans.
Voile	Pétolle (absence de vent) Tout public Marée haute ou basse	Autre support – STAND UP PADDLE - Paddle de 7 et 8' pour les 7 – 8 ans - Paddle de 9' à 10,5' pour les 9 – 11 ans
Voile	Pétolle (absence de vent) Tout public Marée haute ou basse	Autre support – KAYAK SIT ON TOP (Non ponté) - kayak double pour les 7 – 8 ans - kayak simple pour les 9 – 11 ans
Voile	Houle de + de 1m50 Vagues déferlantes Marée descendante ou basse	Autre support – KAYAK DE VAGUES (Non ponté) - kayak simple sans pagaie pour les 7 – 8 ans - kayak simple pour les 9 – 11 ans
Voile	Houle de + de 1m50 Vagues déferlantes Marée descendante ou basse	Autre support – BODYBOARD - body double ou simple pour les 7 – 8 ans - body simple pour les 9 – 11 ans
Voile	Houle de + de 1m50 Vagues déferlantes Marée descendante ou basse	Autre support – CHAR A VOILE - char simple pour les 9 – 11 ans - char double avec moniteur pour le 7 – 8 ans
Kayak de mer	Houle de + de 1m50 Vagues déferlantes Marée descendante ou basse	Autre support – KAYAK DE VAGUES (Non ponté) - kayak simple sans pagaie pour les 7 – 8 ans - kayak simple pour les 9 – 11 ans

Kayak de mer	Vent fort supérieur à force 3 Tout public Marée haute ou basse	Utilisation d'un autre plan d'eau Etang du port de Dahouet → Permet au jeune public de naviguer en toute sécurité sur bassin fermé, sans vague, ni vent fort.
Char à voile	Pétolle (absence de vent) Tout public Marée basse	Autre support – STAND UP PADDLE - Paddle de 7 et 8' pour les 7 – 8 ans - Paddle de 9' à 10,5' pour les 9 – 11 ans
Char à voile	Pétolle (absence de vent) Tout public Marée basse	Autre support – KAYAK SIT ON TOP (Non ponté) - kayak double pour les 7 – 8 ans - kayak simple pour les 9 – 11 ans
Char à voile	Vent fort supérieur à force 5 Tout public Marée basse	Autre support – POWERKITE Utilisation de cerf volants en forme d'aile de KITESURF.
Voile	Pétolle (absence de vent) Tout public Marée haute ou basse	Autre support – PADDLE GÉANT - AVEC MONITEUR EMBARQUÉ pour les 7 – 8 ans - SANS MONITEUR EMBARQUÉ pour les 9 – 11 ans

PERMETTRE A TOUS LES ENFANTS DE PARTICIPER

Si la conjoncture COVID 19 justifiait la fermeture des piscines, et donc l'absence d'apprentissage de la natation ; nous constatons que depuis la réouverture de ces piscines, de plus en plus d'enfants sont inscrits aux activités nautiques sans que les familles ne fournissent le test « savoir nager » ou le « test antipanique ».

Nous avons donc mis en place le dispositif suivant :

Situation	Adaptations
Sait nager mais document non fourni dans le dossier de l'enfant	Mise en place dès le 2e jour du séjour d'une séance « test antipanique » en situation réelle. - en mer - en combinaison - avec le gilet de sauvetage - parcours séquencé comme en piscine Réalisé avec moniteur de voile BPJEPS ou BEES Voile comme le prévoit le code du sport.
Ne sait pas nager mais n'a pas peur de l'eau	Mise en place dès le 2e jour du séjour d'une séance « test antipanique » en situation réelle. - en mer - en combinaison - avec le gilet de sauvetage - parcours séquencé comme en piscine Réalisé avec moniteur de voile BPJEPS ou BEES Voile comme le prévoit le code du sport.

Ne sait pas nager mais a peur de l'eau	Mise en place dès le 2e jour du séjour d'une séance « test antipanique » en situation réelle. - en mer - en combinaison - avec le gilet de sauvetage - parcours séquencé comme en piscine Réalisé avec moniteur de voile BPJEPS ou BEES Voile comme le prévoit le code du sport.
Ne sait pas nager et n'a pas réussi le test en situation réelle	Activités ludiques autour de la natation - en mer - en combinaison - avec le gilet de sauvetage - agrès type plateforme, toboggan aquatique # séquences de jeux dans l'eau pour ôter l'appréhension Réalisé avec maitre-nageur ou BPJEPS AAN

CENTRE NAUTIQUE PLÉNEUF-VAL-ANDRÉ By LMD

TROUSSEAU « A l'abordage matelot »

Cette liste est destinée à vous aider à composer la valise de votre enfant. Elle n'est donnée qu'à titre indicatif ! Nous vous demandons un effort sur le fait d'ETIQUETER tous les vêtements (notamment les sous-vêtements) ! Nous sommes conscients que cela demande du travail, mais pensez qu'une chaussette ressemble toujours à une autre chaussette alors une centaine …

Quels articles mettre dans la valise ?

Tee-shirt	7		Gant de toilette	1	
Pantalon	3		Paire de chaussures	2	
Shorts	2		Paire de chaussures pour aller dans l'eau - voile	1	
Jupes ou Liggins (filles)	2		Paire de tongs / claquettes	1	
Sweat	3		Paire de bottes en caoutchouc	1	
Polaire ou gros pull	2		Sac pour le linge sale	1	
Slips / culottes / boxers	8		Pyjama / chemise de nuit	2	
Paire de chaussettes	8		Peignoir (douches)	1	
Casquette	1		Serviette de table	4	
Lunettes de soleil	1		Chaussons obligatoires	1	
Maillot de bain	1		Le doudou	Si Besoin	
Serviette de bain	1		Nécessaire courrier	1	
Coupe-vent	1		Tenue « Boum » Fluo	1	
Serviette de douches	1		Ou Tenue « Boum » Love	1	
Sac à dos	1				

* De préférence jetable

** **La trousse de toilette** devra comporter du savon (gel douche), shampoing, brosse ou peigne, brosse à dent, dentifrice, écran total, stick protecteur pour les lèvres, des cotons tiges. **Pour les filles qui ont des cheveux longs, nous leur conseillons d'avoir de quoi s'attacher les cheveux pour la voile !**

Merci de ne pas confier de médicaments (pour maux de ventre, maux de tête…) à votre enfant. Si le besoin s'en fait sentir, l'assistant(e) sanitaire s'occupera de lui. Les enfants ayant des traitements devront avoir une ordonnance (copie à nous donner) et les médicaments doivent être étiquetés à leur nom.

Pour les « Jeunes filles » merci aux mamans de prévoir le nécessaire pour le séjour.

Les téléphones mobiles sont interdits au sein de nos séjours pour les 6-12 ans. Des nouvelles quotidiennes sont transmises chaque jour sur le site internet du centre – Espace Parents.