

Fiche de stage



Bienvenue à Concarneau / Archipel de Glénan



Yann Le Lay
Chef de base

*Chère adhérente,
cher adhérent...*

*Vous trouverez dans
cette fiche toutes les
informations néces-
saires pour préparer*

votre stage et votre transport. Nous vous remercions de la lire attentivement ainsi que le Guide du stagiaire et le mémoire de frais qui vous sont adressés. Tous les sites des Glénans ont été choisis pour leurs qualités nautiques et la beauté de leurs paysages.

À Concarneau ou à l'archipel de Glénan, vous allez découvrir un très beau plan d'eau qui réunit des conditions exceptionnelles pour l'apprentissage de la croisière et de la voile légère, entre vents, marées et courant de la Bretagne sud. Ici, tout est réuni pour un apprentissage technique en toute sécurité, et pour passer des moments inoubliables à bord des bateaux ou sur les îles de l'archipel. Toute l'équipe de la base vous souhaite un excellent stage et reste dans l'attente du plaisir de vous accueillir. À très bientôt...



Votre stage :

Stage AZUR

- CROISIÈRE (navigation sur site)
- NIVEAU 1 voile
- Public : Adultes
- Périmètre : avant le 15/06/2012 et à partir du 15/09/2012, baie de Concarneau :
- du 16/06 au 14/09/12, lagon de l'archipel de Glénan.

- Hébergement : à Fort Cigogne du 16/06/2012 au 14/09/2012, et à Concarneau en dehors de ces dates.
- Durée : de 3 à 7 jours selon les stages.
- Flotte :
- du 16 juin 2012 au 14 septembre 2012, Glénans 5,7 et Folavoalh ,
- avant et après ces dates, Glénans 7,6 ou Elan 31.

Informations pratiques

NOUS VOUS DONNONS RENDEZ-VOUS : Le 1er jour de votre stage (voir mémoire de frais) :

■ **À 15h00 pour les stages de 5,5, 6,5 et 7 jours :**

- Sur le port de pêche de Concarneau, à l'embarcadère des vedettes Glenn à destination de Saint-Nicolas (voir verso) pour les stages du **16/06/2012 au 14/09/2012**. Vous rejoindrez ensuite l'île de Fort Cigogne (ou Dréneq). Le dernier jours de votre stage, vous serez de retour à Concarneau aux environ de 13 heures*.

- À la salle d'accueil du centre des Glénans de Concarneau, place P. Viannay (voir verso) **pour les stages qui débutent avant le 15/06/2012 et à partir du 15/09/2012**. Votre stage se terminera à Concarneau le dernier jour à 17 heures*.

■ **À 9h00 pour les stages de 3, 4 ou 5 jours** à la salle d'accueil du centre des Glénans de Concarneau, place P. Viannay (voir verso). Ces stages se terminent à Concarneau le dernier jour à 17 heures*.

LE PROGRAMME DE VOTRE STAGE : L'objectif de ce stage est d'apprendre les bases de la navigation et de se familiariser avec la conduite et la manoeuvre d'un voilier. Après les premières heures consacrées à l'accueil des stagiaires, à l'inventaire, à la préparation du bateau et aux principales notions de sécurité, vous commencez à naviguer et verrez les manoeuvres de base (virement de bord, virement lof pour lof, prise de coffre, mouillage...), les manoeuvres de sécurité (prise de ris, changement de voile, homme à la mer...), la conduite à toutes les allures ainsi que les règles de priorité. En parallèle, des éléments essentiels du milieu marin et de la navigation seront abordés : vocabulaire maritime, nœuds marins, balisage, courants et calculs de marées, météorologie de base, bases de lecture d'une carte marine... Le programme de navigation de la journée est complété de retour à la base le soir par des topos théoriques. Les dernières heures du stage sont consacrées à la restitution du bateau (inventaire de fin, rangement, nettoyage), au rangement et nettoyage du site, et aux bilans individuels et collectifs.

N'OUBLIEZ PAS D'EMPORTER : Un sac de couchage (sauf pour les stages à Concarneau), des vêtements de rechange, le nécessaire pour vous protéger du soleil (des lunettes de soleil avec attache, une casquette, tee-shirt à manche longue, un pantalon, une crème solaire), un ciré complet (pantalon et veste - La location d'un ciré est possible 8 ou 15 euros selon la durée), des chaussures et bottes de bateau, une paire de gants de mer, une lampe de poche (étanche conseillée), un couteau de poche et une pharmacie individuelle de premiers soins. Pour les papiers, documents et argent à emporter, reportez-vous au Guide du stagiaire ci-joint (rubrique "Infos pratiques").

HÉBERGEMENT : Pour les stages du 16/06/2012 au 14/09/2012, vous serez hébergé(e) à Fort Cigogne dans un ancien fort du 18^{ème} siècle (dortoir collectif sans électricité, sanitaires avec douches et point d'eau chaude, wc et électricité dans les parties communes). Les animations hors voile : foyer avec buvette associative, volley-ball, baby-foot en été, jeux de société, sono.

Pour les autres stages vous serez hébergé(e) à Concarneau en dortoir collectif de 4, 6 et 8 lits dans un bâtiment confortable et moderne près du port, comprenant une salle commune (bar, billard américain, baby-foot (sauf été), bibliothèque, piano, sono) et des sanitaires avec douches chaudes et wc. Le site dispose également d'une borne Internet haut- débit. La nourriture est comprise dans le prix de votre stage.

*LES CONDITIONS MÉTÉO ÉTANT TRÈS VARIABLES, LES HORAIRES DE FIN DE STAGE SONT COMMUNIQUÉS À TITRE INDICATIF. PENSEZ-Y LORS DE LA RÉSERVATION DE VOTRE TRANSPORT (ATTENTION AUX BILLETS NON REMBOURSABLES).

Archipel de Glénan

Concarneau Bretagne - Finistère

Les Glénans - Place Philippe Viannay BP 504
29185 Concarneau Cedex
Tél. 02 98 97 14 84 - Fax 02 98 50 63 89
E-mail : concarneau@glenans.asso.fr

En cas d'urgence seulement :
Île de Penfret : 02 98 97 12 29
Île de Dréneq : 02 98 50 02 20
Île de Cigogne : 02 98 97 12 30
Île de Bananec : 02 98 50 06 41



COMMENT NOUS REJOINDRE

EN TRAIN : - La gare SNCF d'arrivée est Rosporden, située à 13 km de Concarneau. Puis, à la gare, prendre la liaison pour Concarneau en car (Prix : 2 euros aller simple) et descendre à l'arrêt "Le port" à Concarneau, ou par taxi (environ 25 euros en journée et 35 euros de 19h00 à 7h00 et le dimanche) - tél. : 06 80 75 36 26.

- Il est aussi possible de descendre à la gare SNCF de Quimper. A la gare routière SNCF prendre la ligne 43 direction Trégunc (1 car toutes les heures environ - Durée du trajet 35 minutes environ - Prix : 2 euros aller simple) et descendre à l'arrêt "Le port" à Concarneau.

Horaires des liaisons Gare SNCF de Rosporden ou Quimper -> Concarneau sur : www.viaoo29.fr/

EN AVION : Aéroport de Quimper ou de Lorient puis taxi (Quimper-Concarneau environ 50 euros en journée / Lorient-Concarneau environ 70 euros en journée).

EN VOITURE : Par l'autoroute Océane Paris/Rennes, puis prendre la N24 direction Quimper jusqu'à Lorient. Enfin, prendre la N165 direction Quimper sortie Concarneau. À Concarneau, prendre la direction centre ville (parking payant).

POUR REJOINDRE LES ÎLES : Liaison par les vedettes "Glenn" au départ du port de pêche de Concarneau face à l'Office de tourisme (prix 19 euros aller-retour).

HÉBERGEMENT AVANT / APRÈS LE STAGE

Les Glénans n'assurent pas l'hébergement avant et après le stage. Pour toute recherche d'hébergement, contactez l'office de Tourisme : Quai Aiguillon, tél. 02 98 97 01 44 - www.tourismeconcarneau.fr

Cas particulier : les stagiaires qui effectuent un stage week-end ou enchaînent deux stages ainsi que tous les moniteurs ont la possibilité d'être hébergés gratuitement (selon les places disponibles) la veille du début de leur stage, s'ils préviennent la base une semaine avant leur arrivée.

