

Fiche de stage



Bienvenue à Bonifacio



OLIVIER COUSIN
CHEF DE BASE

*Chère adhérente,
cher adhérent...*

*Vous trouverez
dans cette fiche
toutes les informa-*

*tions nécessaires 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 Bonifacio, vous allez découvrir
un très beau bassin de navigation,
venté et ensoleillé, idéal pour pro-
gresser et passer des moments
inoubliables. 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 : bouches de Bonifacio

- Hébergement : au Fazzino ou à Bonifacio selon la date
- Durée : 6,5 jours
- Flotte : Glénans 5-7

INFORMATIONS PRATIQUES

NOUS VOUS DONNONS RENDEZ-VOUS : Le 1er jour de votre stage (voir mémoire de frais) à 14h30, au centre des Glénans de Bonifacio - Maison de la Mer, route de Santa Manza (voir verso). Vous rejoindrez ensuite le site du Fazzino. Votre stage se terminera 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 manœuvre 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 manœuvres de base (virement de bord, virement lof pour lof, prise de coffre, mouillage...), les manœuvres 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, 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 sur place pour 15 euros), des chaussures 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 la marche entre la Maison de la Mer et le Fazzino (45 mn), nous vous conseillons de prendre une paire de chaussures de marche ou de "basket". Pour les papiers, documents et argent à emporter, reportez-vous au Guide du stagiaire ci-joint (rubrique "Infos pratiques").

HÉBERGEMENT : Du 05 juin 2010 au 11 septembre 2010 inclus, vous serez hébergé(e) au Fazzino sous tentes de deux places. Le site est équipé de sanitaires avec douches, eau tiède et wc. Le foyer est équipé d'un baby-foot, de jeux collectifs, d'une bibliothèque, d'une sono et d'une buvette.

Jusqu'au 04 juin 2010 et à partir du 18 septembre 2010, vous serez hébergé(e) à la maison de mer à Bonifacio en chambre de 4 personnes.

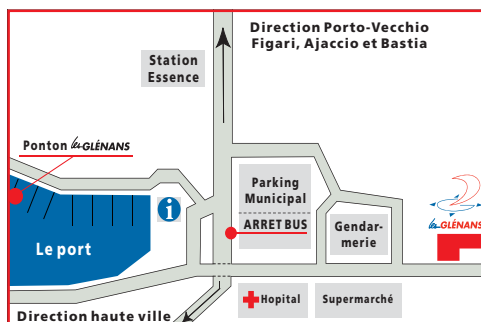
La nourriture est comprise dans le prix de votre stage.

*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).

Bonifacio

CORSE DU SUD

Les Glénans - Maison de la Mer
Route de Santa Manza - 29169 Bonifacio
Tél. 04 95 73 03 85 - Fax 04 95 73 18 84
E-mail : bonifacio@glenans.asso.fr



COMMENT NOUS REJOINDRE

Nos conseils :

- Réservez votre transport le plus tôt possible.
- Depuis Paris, prenez l'avion à Orly pour Figari ou le train jusqu'à Marseille (transfert gare-aéroport assuré toutes les 30 mn), puis l'avion pour Figari.
- Depuis Marseille et Nice, prenez l'avion pour Figari.
- Une solution plus économique : prenez le ferry à Marseille pour Porto-Vecchio.

EN AVION :

Aéroports de Figari (conseillé), Ajaccio ou Bastia :

- **Air France** : www.airfrance.fr ou tél. 36 54 (0,34€/mn)
- **CCM Airlines** : www.aircorsica.com ou tél. 36 54 (0,34€/mn)

EN FERRY :

- **SNCM** : réservation et informations : www.sncm.fr ou tél. 32 60 (0,15€/mn) puis dites "sncm"

Lignes : de Marseille à Bastia ou Ajaccio - de Marseille à Porto-Vecchio - de Nice à Bastia ou Ajaccio - de Toulon à Propriano

- **MobyLines** : www.mobyLines.com ou tél. +39 0276028132
- De Gènes et Livourne à Bastia - de Santa Térésa (Sardaigne) à Bonifacio
- **Corsica Ferries** : www.corsicaferries.com ou tél. 0 825 095 095
- De Livourne, Nice, Toulon et Savone à Bastia et Ajaccio

● **Liaisons intérieures : pour les transports en car, nous vous conseillons de contacter les transporteurs pour connaître les horaires exacts et vérifier la compatibilité avec votre arrivée en Corse (ou votre départ).**

- **Porto-Vecchio - Bonifacio : car Euro Corse (04 95 21 06 30)**
Période : toute l'année (unique départ à 12h de septembre à juin)
Durée du trajet : 35 minutes environ - Prix : 7,50 euros
ou taxi : 20 minutes - Prix : 31 euros environ

- **Ajaccio - Bonifacio : car Euro Corse (04 95 21 06 30)**
Période : toute l'année
Durée du trajet : 3 heures 30 - Prix : 21 euros environ

- **Propriano - Bonifacio : car Euro Corse (04 95 21 06 30)**
Période : toute l'année
Durée du trajet : 2 heures - Prix : 11,50 euros environ

- **Bastia - Porto-Vecchio : car Corsicatours (04 95 70 96 59)**
Période : toute l'année
Durée du trajet : 3 heures - Prix : 20 euros

- **Taxis : Bonifacio (04 95 73 19 08), Porto-Vecchio (04 95 72 10 34)**

HÉBERGEMENT AVANT / APRÈS LE STAGE

Les Glénans n'assurent qu'exceptionnellement l'hébergement avant et après le stage. Pour toute recherche d'hébergement, contactez l'office de Tourisme :
Tél. 04 95 73 11 88, www.bonifacio.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 sur les bateaux ou sous tentes (selon les places disponibles) la veille du début de leur stage, s'ils préviennent la base une semaine avant leur arrivée.