

# Fiche de stage



LANGUEDOC ROUSSILLON - Hérault

## Bienvenue à Marseillan (Sète)



### HERVÉ COLAS

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 Marseillan, vous allez découvrir  
un très beau bassin de navigation  
qui réunit des conditions excep-  
tionnelles pour l'apprentissage de  
la croisière et de la voile légère : le  
vent, toujours variable, vous obli-  
gera à travailler particulièrement  
réglages et manœuvres des voiles,  
et le climat méditerranéen vous  
promet de 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 EMBRUNS INTENSIF

- CROISIÈRE (navigation côtière)
  - NIVEAU 3 voiles
  - Type : stage intensif
  - Public : Adultes
  - Périmètre : de Marseille à la frontière espagnole (de Barcelone aux îles d'Hyères pour les 13,5 jours)
- Hébergement : à bord
  - Durée : 6,5 ou 8,5 ou 13,5 jours
  - Flotte : Pogo 8.50

### INFORMATIONS PRATIQUES

#### NOUS VOUS DONNONS RENDEZ-VOUS :

**Attention nouveau lieu de départ (port de plaisance de Sète).**

Le 1er jour de votre stage (voir mémoire de frais) à 13h30 **au port de plaisance de Sète, Môle Saint Louis (voir verso) au mobil home "Glénans"**.

Votre stage se terminera dans tous les cas le dernier jour à 17 heures à l'endroit où il a débuté\*.

#### LE PROGRAMME DE VOTRE STAGE :

L'objectif de ce stage intensif est d'acquérir sur un rythme soutenu les compétences en vue de devenir équipier polyvalent dans le cadre de navigations côtières de jour comme de nuit. Le début du stage est consacré à l'accueil des stagiaires, à l'avitaillement et à l'inventaire du bateau. Les premiers bords sont consacrés à la prise en main du voilier sur l'eau, à l'évaluation des compétences des stagiaires, et à la révision des manœuvres de base et de sécurité dans un souci de coordination d'équipage. Par la suite, vous approfondissez la conduite du bateau, les différentes manœuvres (d'arrêt, de route et de sécurité) et les techniques de navigation (pilotage, tracé de routes, initiation à l'estime et à la navigation par quarts, navigations et atterrissages de nuit...). Vous prenez tour à tour la responsabilité des manœuvres et de la navigation. Le programme du stage s'affinera cependant en fonction de l'équipage, des attentes du groupe et de la météo. Les dernières heures du stage sont consacrées à la restitution du bateau (inventaire de fin, rangement, nettoyage) 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 ou 25 euros selon la durée), des bottes de bateau (sauf l'été) et chaussures de bateau, une paire de gants de mer, une lampe de poche étanche, une lampe "Flash Light", un couteau de poche et une pharmacie individuelle de premiers soins. Pour les papiers, documents et argent à emporter (prévoir 11€/jour pour la caisse de bord plus dépenses personnelles), reportez-vous au Guide du stagiaire ci-joint (rubrique "Infos pratiques").

**HÉBERGEMENT :** Durant toute la durée de votre stage, vous serez hébergé(e) à bord du bateau. La nourriture n'est pas comprise dans le prix de votre stage. Une caisse de bord sera constituée pour faire face aux dépenses de nourriture, de frais de port, de gazoil... (voir ci-dessus).

\*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).

# Marseillan

LANGUEDOC ROUSSILLON - HÉRAULT

Les Glénans - Port des Onglous  
34340 Marseillan

Tél. 04 67 77 22 73 - Fax 04 67 77 39 25  
E-mail : marseillan@glenans.asso.fr



## POUR LES CROISIÈRES DÉBUTANT AU PORT DE PLAISANCE DE SÈTE:

Le mobil home Glénans se situe à l'extrémité du Môle St Louis.

En train: gare SNCF de Sète puis prendre la ligne de bus n° 2 jusqu'à l'arrêt "Le Môle" (un bus toutes les 20' de 7h à 19h hors dimanche) ou à pied (environ 2 km) ou en taxi.

En voiture: par l'autoroute, prendre sortie Sète. Parking possible sur le Môle (place limitées) ou en ville (payant).

En avion : Aéroport de Montpellier ou Béziers puis prendre la correspondance train jusqu'à Sète.



## COMMENT NOUS REJOINDRE

### EN TRAIN :

TGV direct jusqu'à Agde. Pour le trajet Agde - Marseillan, regroupez-vous pour prendre un taxi (env. 20 euros aller simple).

### EN AVION :

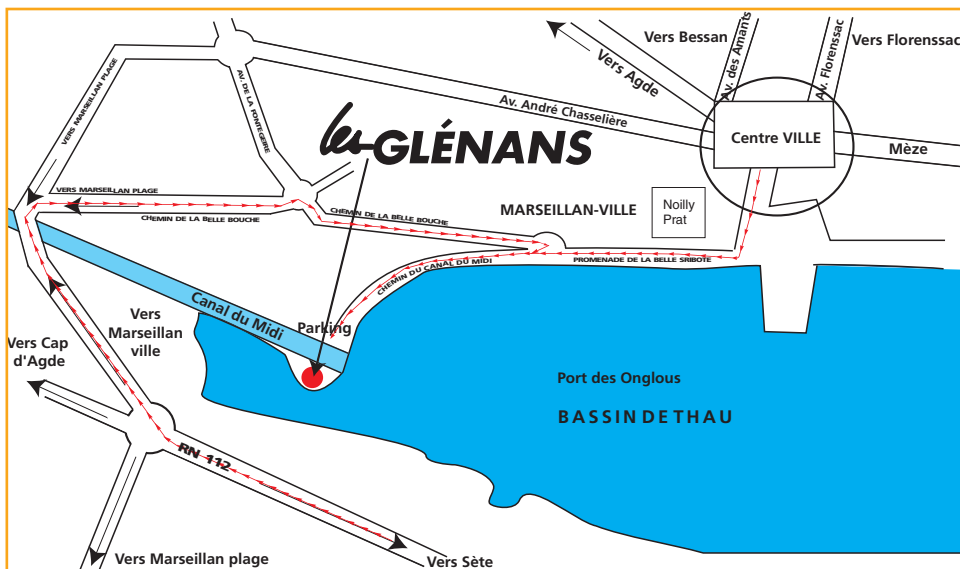
Aéroport de Montpellier ou Béziers puis prendre la correspondance train jusqu'à Agde. Pour le trajet Agde - Marseillan, regroupez-vous pour prendre un taxi (env. 20 euros aller simple).

### EN VOITURE :

- **Si vous arrivez de Montpellier par l'autoroute Ag** : prendre sortie Sète, puis direction Mèze. À la sortie de Mèze (route de Béziers), prendre direction Marseillan, puis consultez le plan ci-dessous.

- **Si vous arrivez de Béziers par l'autoroute Ag** : prendre sortie Agde, vous avez le choix entre 2 directions. Soit prendre direction Bessan, puis Marseillan via Florensac (itinéraire conseillé en période estivale), puis consultez le plan ci-dessous. Soit prendre direction Cap d'Agde puis Marseillan Plage (itinéraire conseillé hors saison).

- **Si vous arrivez par Marseillan Plage**, prendre direction Marseillan Ville, puis après être passé au-dessus du canal du Midi, prendre à la 1ère à droite après le pont. Allez jusqu'à l'étang de Thau, puis prendre la 1ère à droite au 2ème rond point vers le parking du centre Glénans (gratuit).



## HÉBERGEMENT AVANT / APRÈS STAGE

Les Glénans n'assurent pas l'hébergement avant et après le stage. Pour toute recherche d'hébergement, contactez l'office de Tourisme : tél. 04 67 21 82 43, [www.marseillan.com](http://www.marseillan.com)

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.