

Fiche de stage



Bienvenue à Paimpol



OLIVIER DAURES
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 Paimpol, vous allez découvrir un
très beau bassin de navigation qui
réunit des conditions exceptionnelles
pour acquérir l'art de la navigation.
Passionnant de technicité, le
périmètre est idéal pour progresser
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 EMBRUNS INTENSIF

- CROISIÈRE (navigation côtière)
 - NIVEAU 3 voiles
 - Type : stage intensif
 - Public : Adultes
 - Périmètre : entre Roscoff, Saint-Malo et les îles Anglo-Normandes
- Hébergement : à bord
 - Durée : 6,5 jours ou 13,5 jours
 - Flotte : Sun Fast 32i sur les 13,5 jours, Bongo 8,7 ou Pogo 8,5 sur les 6,5 jours.

INFORMATIONS PRATIQUES

NOUS VOUS DONNONS RENDEZ-VOUS :

Le 1er jour de votre stage (voir mémoire de frais) à 15h30, au centre des Glénans de Paimpol, quai Pierre Loti (voir verso). Votre stage se terminera à Paimpol le dernier jour à 17 heures*.

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 horaires de l'écluse déterminent le moment de retour du bateau au port de Paimpol. 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 chaussures et bottes 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).



Paimpol

BRETAGNE - CÔTES D'ARMOR

Les Glénans - Quai Pierre Loti
22504 Paimpol Cedex

Tél. 02 96 20 84 33 - Fax 02 96 20 42 49

E-mail : paimpol@glenans.asso.fr

Autres N° de tél en cas d'urgence après 20h

Coz Castel : 02 96 20 84 89

L'île Verte : 02 96 20 03 24



COMMENT NOUS REJOINDRE

EN TRAIN :

TGV jusqu'à Guingamp (direction Brest), puis TER pour Paimpol. De la gare, se rendre à pied à la base (10 à 15 mn) : prendre l'avenue du Général de Gaulle, direction rond point du Goélo, puis prendre à gauche vers la place de la République. Suivre le quai Morand qui longe le bassin n°1 jusqu'au bassin n°2. Puis prendre à droite quai Pierre Loti jusqu'à la base (voir plan ci-contre).

EN AVION :

Aéroport de Lannion puis bus ou taxi (contactez le centre de Paimpol pour en savoir plus : 02 96 20 84 33).

EN VOITURE :

Par l'autoroute Océane Paris/Rennes puis prendre direction St-Brieuc par la N12, puis direction Lanvollon par la D6 puis la D7 jusqu'à Paimpol (37 km). Une fois à Paimpol, prendre la direction du port de plaisance, bassin n°2. La base est située près de l'écluse (possibilité de parking).

EN CAR :

Les Glénans organisent en période estivale un service de cars (dont le prix n'est pas inclus dans le prix des stages) entre Paris et Paimpol. (voir ci-dessous)

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 : Tél. 02 96 20 83 16 - www.paimpol-goelo.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 prévoient la base une semaine avant leur arrivée.

SERVICE DE CARS AVEC LES GLÉNANS

ENTRE PARIS ET PAIMPOL :

Les samedis du 27/06/09 au 25/07/09.

Trajet de jour en car avec sièges inclinables.

Le rendez-vous est fixé à 6h sur le parking du RER C Kennedy / Maison de Radio France.

Horaire de départ : 6h20

Horaire d'arrivée : 14h30

ENTRE PAIMPOL ET PARIS :

Les mercredis du 08/07/09 au 05/08/09.

Trajet de nuit en car couchettes.

Horaire de départ : 18h15

Horaire d'arrivée : le car arrive à Paris le lendemain matin à 6h00 sur le parking du RER C Kennedy / Maison de Radio France.

TARIFS :

> Aller/retour : 96 euros

> Aller ou retour simple : 56 euros

ÊTRE ACCOMPAGNATEUR (transport gratuit) :

Si vous avez plus de 18 ans et que vous avez déjà fait un stage avec les Glénans avant celui-ci, contactez le Service Relations Adhérents au 01 53 92 86 00.

ROUTE DE LOGUIVY
VERS COZ CASTEL

RUE DE POULEGOIC

RUE JEAN LE DEUT

RUE A. DE COURCY

Av. du GÉNÉRAL DE GAULLE

les **GLÉNANS**

ECLUSES

QUAI PIERRE LOTI

BASSIN 2

QUAI MORAND

QUAI NEUF

BASSIN 1

QUAI DUGUAY - TROUIN

Hôtel Le Terre Neuvas

Distri - Banque

POSTE

GARE SNCF

ROND POINT
DU GOELO

IMPORTANT

■ La réglementation en vigueur interdit le transport d'enfants le samedi 01 août 2009 de 0h00 à 24h00 (sont considérés comme enfants les mineurs jusqu'à 16 ans inclus).

En conséquence, les deux cars suivants ne pourront être empruntés que par des stagiaires de 17 ans révolus minimum :

- car au départ de Paimpol le 31 juillet 2009 au soir.

- car au départ de Paris le 01 août 2009.

■ Les Glénans se réservent le droit d'annuler un trajet aller ou retour qui ne comporterait pas un nombre suffisant de participants. Cette annulation entraîne pour le stagiaire un droit au remboursement du prix du transport, mais pas de tout ou partie du prix de son stage.

■ Aucun changement ou annulation de votre part d'un transport en car ne pourra donner lieu à un remboursement, sauf dans le cas où vous avez souscrit une assurance annulation.

■ Frais à prévoir : repas matin et midi.

■ Les Glénans n'assument les responsabilités qui leur incombent en tant qu'organisateur de centre de vacances, que pendant le stage qui débute et se termine sur le centre nautique. Les Glénans ne sauraient voir leur responsabilité substituée à celle du transporteur. Les transports ne font pas partie intégrante du stage en centre de vacances.

Pour réserver, contactez-nous au 01 53 92 86 00