

Fiche de stage



Bienvenue sur l'Île d'Arz



Pierre Eliet
Chef de base

*Chère adhérente,
cher adhérent...*

*Vous trouverez
dans cette fiche*

toutes les informations 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 Vannes ou à l'île d'Arz, vous allez découvrir un très beau bassin de navigation qui réunit des conditions exceptionnelles pour l'apprentissage de la croisière et de la voile légère, entre vents, marées et courants du golfe du Morbihan et de la Bretagne sud. Ici, tout est réuni 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 CORIOLIS

- CROISIÈRE (navigation sur site)
- Niveau : 3 voiles
- Type : stage à thème manœuvres
- Public : Adultes
- Parcours prévu : golfe du Morbihan

- Hébergement : à Kéroland (île d'Arz)
- Durée : 3 ou 4 ou 5 ou 6,5 jours
- Flotte : Surprise biquille

INFORMATIONS PRATIQUES

NOUS VOUS DONNONS RENDEZ-VOUS : Le 1er jour de votre stage (voir mémoire de frais) **au centre des Glénans de Kéroland sur l'île d'Arz** (voir verso pour les lieux et horaires d'embarquement) :

- À 14h30 pour les stages de 6,5 jours.
- À 9h30 pour les stages de 3 ou 4 ou 5 jours.

Votre stage se terminera à l'île d'Arz le dernier jour à 17 heures.

LE PROGRAMME DE VOTRE STAGE : L'objectif du stage est d'atteindre un niveau de maîtrise en conduite et manœuvres aux différents postes dans le but d'améliorer la performance. Les premières heures sont destinées à l'inventaire, la prise en main du bateau en prenant en compte les compétences des stagiaires, puis à la révision des manœuvres de base et de sécurité dans un souci de coordination d'équipage, puis vous travaillerez la conduite fine aux différentes allures, l'optimisation des réglages de voile, l'approfondissement technique des manœuvres (chronologies, effectif réduit, prise en compte des éléments extérieurs...). Vous travaillerez également les techniques de pilotage dans le cadre de vos navigations. Le programme 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), 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 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, un petit cadenas et une pharmacie individuelle de premiers soins comprenant un anti-moustiques (il n'y a pas de pharmacie à l'île d'Arz). Pour les papiers, documents et argent à emporter, reportez-vous au Guide du stagiaire ci-joint (attention, il n'y a pas de distributeur automatique de billets à l'île d'Arz).

HÉBERGEMENT : Durant toute la durée de votre stage, vous serez hébergé(e) au centre des Glénans de Kéroland sur l'île d'Arz, soit dans les Maisons en chambre de 3 à 6 lits, soit au Forum en chambre de 2 à 4 lits. Les Maisons et le Forum sont équipés de sanitaires avec douches chaudes et wc. Chacune des Maisons possède également sa propre cuisine et salle à manger. Les animations hors voile : volley-ball, ping-pong, boules, jeux de société, bibliothèque, sono. Pour les stages du mois d'août, le site dispose également d'un foyer avec buvette associative. La nourriture est comprise dans le prix de votre stage.

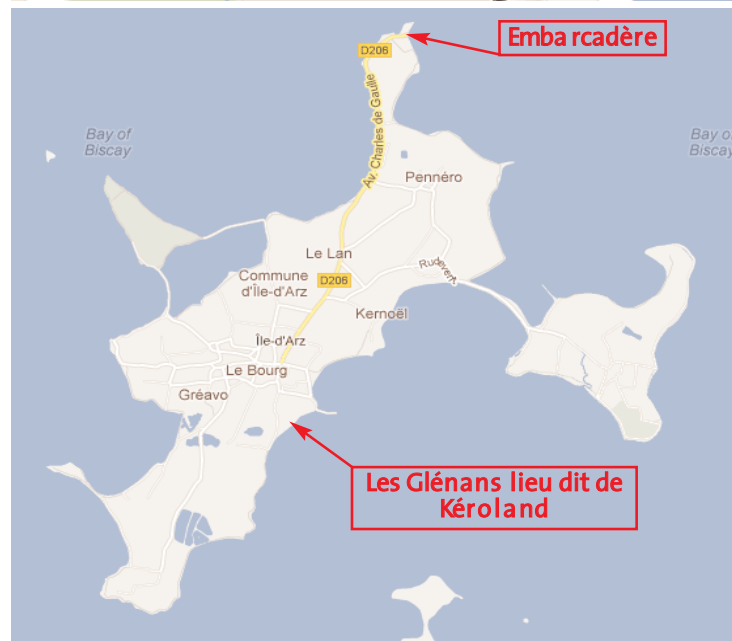
Vannes - île d'Arz

Les Glénans - Face à la plage de Kéroland - 56840 Île d'Arz - Tél. 02 97 44 31 16 - Fax 02 97 44 33 69 - E-mail : arz@glenans.asso.fr

NOUS REJOINDRE SUR L'ÎLE D'ARZ A KÉROLAND POUR LES STAGES DE VOILE LÉGÈRE (catamaran ou dériveur) OU DE CROISIÈRE EN NAVIGATION SUR SITE (Glénans 5,7 ou Surprise).

		DU 01 AVRIL AU 30 SEPTEMBRE	DU 01 OCTOBRE AU 31 MARS
LIEU ET HORAIRE D'EMBARQUEMENT		EMBARCADERE DU PARC DU GOLFE (GARE MARITIME) Compagnie Maritime : Finist Mer bateau à 13 h 40 (pour les stages de 6,5 jours et plus) bateau de 8 h 40 (pour les stages de 3, 4, et 5 jours)	EMBARCADERE DE CONLEAU Compagnie Maritime : Finist Mer bateau à 13 h 43 (pour les stages de 6,5 jours et plus) bateau de 8 h 43 (pour les stages de 3, 4, et 5 jours)
ACCES POUR REJOINDRE LE LIEU D'EMBARQUEMENT VERS L'ÎLE D'ARZ	TRAIN	Votre gare SNCF d'arrivée est Vannes (déservie par le TGV) A la gare, prendre le bus n°3 en direction de Conleau jusqu'à la station "Raker" puis marcher 500 m jusqu'à l'embarcadère du Parc du Golfe (prévoir 30 à 40 mn de trajet). Vous pouvez prendre un taxi depuis la gare : environ 12 euros.	
	VOITURE / AVION	Aéroport de Lorient, puis Vannes en train, ou taxi (environ 90 euros)	
		Rendez-vous à la gare maritime de Vannes (Parc du Golfe) proche de l'aquarium / Parc des expositions. Parking gratuit à proximité de l'embarcadère.	Rendez-vous à l'embarcadère de Conleau (quartier sud de Vannes). Parking gratuit à proximité de l'embarcadère.
Une fois à l'île d'Arz, un minibus est présent à la correspondance du bateau et vous achemine sur la base des Glénans (Kéroland). Coût du bateau + minibus = 14 euros A/R environ.			

Numéros utiles -Finist Mer : tél 02 97 44 44 40 - horaires sur <http://www.finist-mer.fr>
-Info bus vannetais : Tél 02 97 01 22 23 - horaires sur www.tpv.fr / Taxi sur Vannes: 02 97 54 34 34



HÉBERGEMENT AVANT / APRÈS STAGE

ATTENTION : Les Glénans n'assurent pas l'hébergement avant et après le stage. Pour toute recherche d'hébergement, contactez l'office de Tourisme : Tél. 02 97 47 24 34 - www.tourisme-vannes.com ou l'Auberge de Jeunesse de Vannes : Tél 02 97 68 15 68 - www.mont-calm-vannes.org

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. Dans ce cas, il n'y a pas de restauration prévue la veille du démarrage.