



## Destination LES SABLES D'OLONNE

Référence PF40U

09/07/2023 - 21/07/2023



### Objectifs

Pratiquez votre sport préféré mêlant des cours d'anglais  
 Progrès garantis en anglais dans un cadre sublime, tout près de chez vous

### Activités

- **LES COURS : 20 heures de cours d'anglais** (8 sessions en matinée, de 2h30) dispensées par des professeurs qualifiés. Les cours se déroulent sur le centre et sont axés essentiellement sur la participation orale.
- **LES ACTIVITES** : Programme complet d'activités variées, animées et encadrées par des professionnels. L'animation est également assurée ponctuellement en anglais par les professeurs d'anglais pour donner une dimension linguistique encore supérieure à ce séjour.
- **SURF : 5 Séances de 1h30 par jour**, encadrées par des moniteurs locaux, diplômés d'état et expérimentés. Tout le matériel est fourni (planche et combinaison). L'école de surf est idéalement située à la plage des Granges - La Gachère

Vous y découvrirez ou retrouverez les sensations de la glisse et du surf :

- les connaissances fondamentales sur les vagues, la mer, ses courants et ses dangers,
- les règles de sécurité,
- les 1ères techniques de glisse,
- le redressement (se mettre debout sur la planche dans la mousse),
- glisser, freiner et accélérer dans la mousse,
- prendre une direction,
- gérer un *take off* (redressement avant déferlement de la vague),

- le *bottom turn* (virage en bas de vagues)

- La visite des salines et des activités de détente comme le paddle (1 séance, le groupe est divisé en deux), la bouée tractée (chaque participant aura 1 tour, le groupe est divisé en 3), des Olympiades et une journée à la piscine
  - Des **animations en soirées** viendront compléter le programme.
- 
- Les journées et les horaires pourront être inversés en fonction des marées.

### N'oubliez pas

- **N'oubliez pas votre maillot de bain et de la crème solaire.**

- **N'oubliez pas de prendre avec vous, des cahiers, des stylos etc... pour les cours.**

- **Votre gourde pour le voyage et pour les visites.**

- **De l'argent liquide pour les repas des voyages aller et retour (minimum 10€ par repas) car ils ne sont pas inclus dans le prix du séjour**

### Important

#### L'HÉBERGEMENT :

**12 nuits / 13 jours en pension complète**, au Lycée Valère Mathé, 26 Rue Châteaubriand, 85340 Les Sables-d'Olonne, en chambres de 5 à 6 lits équipées d'armoires et de bureaux par étage et sur 2 niveaux. Sanitaires et douches à l'étage.

Le centre dispose d'infrastructures adaptées à l'accueil de groupes de jeunes avec notamment des salles de cours.

#### LA RESTAURATION :

La pension complète comprend le petit déjeuner, le déjeuner et le dîner pris sous forme de self sur le centre (sauf le jour d'excursion : panier repas le midi).

**Ce programme est susceptible de subir quelques modifications**

<b>Dimanche 09/07/2023</b>	<p>Voyage accompagné en train au départ de nombreuses villes, jusqu'aux Sables d'Olonne, puis transfert en véhicule privé jusqu'au centre.</p> <p>Veillez vous référer à votre convocation pour les horaires, qui se trouve dans votre e-dossier.</p> <p><i>Installation au centre à 17h et repas, puis soirée animée dans le centre</i></p>				
<b>Lundi 10/07/2023</b>	<b>09h30 - 12h00</b> Cours d'anglais	<b>12h00 - 14h30</b> Pause déjeuner	<b>14h00 - 17h00</b> Visite des Salines de l'Aubraie : Les sauniers vous accueilleront sur ce site protégé, pour vous offrir une promenade commentée, en bateau, au cœur du marais et vous faire découvrir l'histoire du commerce du sel à travers les âges	<b>17h00 - 19h00</b> Temps calme et douche	<b>19h00 - 22h00</b> Dîner Soirée animée
<b>Mardi 11/07/2023</b>	<b>09h30 - 12h00</b> Cours d'anglais	<b>12h00 - 14h00</b> Pause déjeuner	<b>14h00 - 17h00</b> Cours de surf puis baignade et détente	<b>17h00 - 19h00</b> Temps calme et douche	<b>19h00 - 22h00</b> Dîner Soirée animée
<b>Mercredi 12/07/2023</b>	<b>09h30 - 12h00</b> Cours d'anglais	<b>12h00 - 14h30</b> Pause déjeuner	<b>14h30 - 17h30</b> Cours de surf puis baignade et détente	<b>17h30 - 19h00</b> Temps calme et douche	<b>19h00 - 22h00</b> Dîner Soirée animée
<b>Jeudi 13/07/2023</b>	<b>09h30 - 12h00</b> Cours d'anglais	<b>12h00 - 14h30</b> Pause déjeuner	<b>14h30 - 16h00</b> Cours de surf puis baignade et détente	<b>16h00 - 19h00</b> Temps calme et douche	<b>19h00 - 22h00</b> Dîner Soirée animée
<b>Vendredi 14/07/2023</b>	<b>09h30 - 12h00</b> Cours d'anglais	<b>12h00 - 14h30</b> Pause déjeuner	<b>14h30 - 16h00</b> Cours de surf puis baignade et détente	<b>16h30 - 19h00</b> Temps calme et douche	<b>19h00 - 22h00</b> Dîner Soirée animée
<b>Samedi 15/07/2023</b>	<b>09h30 - 12h00</b> Activité sur le centre	<b>12h00 - 14h15</b> Pause déjeuner	<b>14h15 - 17h00</b> Activité	<b>17h00 - 19h00</b> Temps calme et douche	<b>19h00 - 22h00</b> Dîner Soirée animée
<b>Dimanche 16/07/2023</b>	<b>09h30 - 12h00</b> Activité sur le centre	<b>12h00 - 14h00</b> Pause déjeuner	<b>14h00 - 17h00</b> Activité sur le centre	<b>17h00 - 19h00</b> Temps calme et douche	<b>19h00 - 22h00</b> Dîner et soirée animée

<b>Lundi</b> <b>17/07/2023</b>	<b>10h00 - 12h00</b> Olympiades	<b>12h00 - 13h30</b> Pause déjeuner	<b>13h30 - 16h00</b> Activité	<b>16h00 - 17h30</b> Cours de surf puis baignade et détente	<b>17h30 - 19h00</b> Douche et temps calme	<b>19h00 - 22h00</b> Dîner et soirée animée
<b>Mardi</b> <b>18/07/2023</b>	<b>09h30 - 12h00</b> Cours d'anglais	<b>12h00 - 14h30</b> Pause déjeuner	<b>14h30 - 16h30</b> Piscine	<b>16h30 - 19h00</b> Temps calme et douche	<b>19h00 - 22h00</b> Dîner Soirée animée	
<b>Mercredi</b> <b>19/07/2023</b>	<b>09h30 - 12h00</b> Cours d'anglais	<b>12h00 - 14h00</b> Pause déjeuner	<b>13h30 - 16h30</b> Paddle	<b>16h30 - 19h00</b> Temps calme et douche	<b>19h00 - 22h00</b> Dîner Soirée animée	
<b>Jeudi</b> <b>20/07/2023</b>	<b>09h30 - 12h00</b> Cours d'anglais	<b>12h00 - 14h00</b> Pause déjeuner	<b>14h00 - 17h00</b> Activités sur le centre	<b>17h00 - 19h00</b> Temps calme et douche	<b>19h00 - 22h00</b> Dîner Soirée animée	
<b>Vendredi</b> <b>21/07/2023</b>	Départ du centre pour la gare des Sables d'Olonne puis trajet en train jusqu'à Paris et/ou en province.					