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

Dimanche 09/07/2023	Voyage accompagné en train au départ de nombreuse villes, jusqu'aux Sables d'Olonne, puis transfert en véhicule privé jusqu'au centre. Veuillez vous référer à votre convocation pour les horaires, qui se trouve dans votre e-dossier. *Installation au centre à 17h et repas, puis soirée animée dans le centre*				
Lundi 10/07/2023	**09h30 - 12h00** Cours d'anglais	**12h00 - 14h30** Pause déjeuner	**14h00 - 17h00** 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	**17h00 - 19h00** Temps calme et douche	**19h00 - 22h00** Dîner Soirée animée
Mardi 11/07/2023	**09h30 - 12h00** Cours d'anglais	**12h00 - 14h00** Pause déjeuner	**14h00 - 17h00** Cours de surf puis baignade et détente	**17h00 - 19h00** Temps calme et douche	**19h00 - 22h00** Dîner Soirée animée
Mercredi 12/07/2023	**09h30 - 12h00** Cours d'anglais	**12h00 - 14h30** Pause déjeuner	**14h30 - 17h30** Cours de surf puis baignade et détente	**17h30 - 19h00** Temps calme et douche	**19h00 - 22h00** Dîner Soirée animée
Jeudi 13/07/2023	**09h30 - 12h00** Cours d'anglais	**12h00 - 14h30** Pause déjeuner	**14h30 - 16h00** Cours de surf puis baignade et détente	**16h00 - 19h00** Temps calme et douche	**19h00 - 22h00** Dîner Soirée animée
Vendredi 14/07/2023	**09h30 - 12h00** Cours d'anglais	**12h00 - 14h30** Pause déjeuner	**14h30 - 16h00** Cours de surf puis baignade et détente	**16h30 - 19h00** Temps calme et douche	**19h00 - 22h00** Dîner Soirée animée
Samedi 15/07/2023	**09h30 - 12h00** Activité sur le centre	**12h00 - 14h15** Pause déjeuner	**14h15 - 17h00** Activité	**17h00 - 19h00** Temps calme et douche	**19h00 - 22h00** Dîner Soirée animée

Dimanche 16/07/2023	**09h30 - 12h00** Activité sur le centre	**12h00 - 14h00** Pause déjeuner	**14h00 - 17h00** Activité sur le centre	**17h00 - 19h00** Temps calme et douche	**19h00 - 22h00** Dîner et soirée animée

Lundi 17/07/2023	**10h00 - 12h00** Olympiades	**12h00 - 13h30** Pause déjeuner	**13h30 - 16h00** Activité	**16h00 - 17h30** Cours de surf puis baignade et détente	**17h30 - 19h00** Douche et temps calme	**19h00 - 22h00** Dîner et soirée animée

Mardi 18/07/2023	**09h30 - 12h00** Cours d'anglais	**12h00 - 14h30** Pause déjeuner	**14h30 - 16h30** Piscine	**16h30 - 19h00** Temps calme et douche	**19h00 - 22h00** Dîner Soirée animée

Mercredi 19/07/2023	**09h30 - 12h00** Cours d'anglais	**12h00 - 14h00** Pause déjeuner	**13h30 - 16h30** Paddle	**16h30 - 19h00** Temps calme et douche	**19h00 - 22h00** Dîner Soirée animée

Jeudi 20/07/2023	**09h30 - 12h00** Cours d'anglais	**12h00 - 14h00** Pause déjeuner	**14h00 - 17h00** Activités sur le centre	**17h00 - 19h00** Temps calme et douche	**19h00 - 22h00** Diner Soirée animée

Vendredi 21/07/2023	Départ du centre pour la gare des Sables d'Olonne puis trajet en train jusqu'à Paris et/où en province.