



Club Langues  
& Civilisations

## Destination LES SABLES D'OLONNE

Référence PF42U

04/08/2022 - 16/08/2022



### Objectifs

Pratiquez votre sport préféré tout en améliorant votre anglais 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 (bouée tractée, paddle...), 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.
1. **SURF : 5 Séances de 1h30 à 2h**, 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 1eres 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, la bouée tractée, 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.

## Contact sur place

Blog agrémenté quotidiennement par l'équipe d'encadrement

Notre directeur de centre, Mme Yvonne Debonne sera joignable pendant le séjour au 07.68.95.47.33

## N'oubliez pas

Votre maillot ainsi que de la crème solaire !

**Protocole sanitaire : un test antigénique de moins de 24 h vous sera demandé au départ.**

## 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>Jeudi</b><br><b>04/08/2022</b>    | <p>Préacheminements accompagnés de province et/ou voyage accompagné aller-retour en train TGV au départ de Paris jusqu'aux Sables d'Olonne, puis transfert en véhicule privé jusqu'au centre.</p> <p><i>A 17h, installation au centre et repas puis soirée animée</i></p>   |                                     |  |   |  |
| <b>Vendredi</b><br><b>05/08/2022</b> | <b>09h30 - 12h00</b><br>Cours d'anglais   | <b>12h00 - 14h30</b><br>Pause repas | <b>14h30 - 17h00</b><br>Cours de surf puis baignade et détente | <b>17h00 - 19h00</b><br>Temps calme et douche | <b>19h00 - 22h00</b><br>Diner<br>Soirée animée |
| <b>Samedi</b><br><b>06/08/2022</b>   | <p>Matinée au centre puis après-midi de visite des Salines de l'Aubraie.</p> <p>Les sauniers auront le plaisir de vous accueillir sur ce site protégé, de vous offrir une promenade commentée, en bateau, au cœur du marais et de vous faire découvrir l'histoire du commerce du sel à travers les âges.</p> <p>Le déjeuner et le dîner seront pris au centre et une soirée animée sera proposée.</p> |                                     |  |   |  |
| <b>Dimanche</b><br><b>07/08/2022</b> | <p>Journée Olympiades avec défis sportifs et challenge par équipe.</p> <p>Le déjeuner et le dîner seront pris au centre et une soirée animée sera proposée.</p>   |                                     |  |   |  |
| <b>Lundi</b><br><b>08/08/2022</b>    | <b>09h30 - 12h00</b><br>Cours d'anglais   | <b>12h00 - 14h30</b><br>Pause repas | <b>14h30 - 17h00</b><br>Cours de surf puis baignade et détente | <b>17h00 - 19h00</b><br>Temps calme et douche | <b>19h00 - 22h00</b><br>Diner<br>Soirée animée |
| <b>Mardi</b><br><b>09/08/2022</b>    | <b>09h30 - 12h00</b><br>Cours d'anglais   | <b>12h00 - 14h30</b><br>Pause repas | <b>14h30 - 17h00</b><br>Cours de surf puis baignade et détente | <b>17h00 - 19h00</b><br>Temps calme et douche | <b>19h00 - 22h00</b><br>Diner<br>Soirée animée |
| <b>Mercredi</b><br><b>10/08/2022</b> | <b>09h30 - 12h00</b><br>Cours d'anglais   | <b>12h00 - 14h30</b><br>Pause repas | <b>14h30 - 17h00</b><br>Cours de surf puis baignade et détente | <b>17h00 - 19h00</b><br>Temps calme et douche | <b>19h00 - 22h00</b><br>Diner et Soirée animée |
| <b>Jeudi</b><br><b>11/08/2022</b>    | <b>09h30 - 12h00</b><br>Cours d'anglais   | <b>12h00 - 14h30</b><br>Pause repas | <b>14h30 - 17h00</b><br>Cours de surf puis détente à la plage  | <b>17h00 - 19h00</b><br>Temps calme et douche | <b>19h00 - 22h00</b><br>Diner Soirée animée    |
| <b>Vendredi</b><br><b>12/08/2022</b> | <b>09h30 - 12h00</b><br>Cours d'anglais   | <b>12h00 - 14h30</b><br>Pause repas | <b>14h30 - 17h00</b><br>Activité détente                       | <b>17h00 - 19h00</b><br>Temps calme et douche | <b>19h00 - 22h00</b><br>Diner<br>Soirée animée |
| <b>Samedi</b><br><b>13/08/2022</b>   | <b>09h30 - 12h00</b><br>Cours d'anglais   | <b>12h00 - 14h30</b><br>Pause repas | <b>14h30 - 17h00</b><br>Paddle et baignade                     | <b>17h00 - 19h00</b><br>Temps calme et douche | <b>19h00 - 22h00</b><br>Diner<br>Soirée animée |

Dimanche  
14/08/2022

Journée entière à la piscine

Lundi  
15/08/2022

**09h30 - 12h00**

Cours d'anglais

**12h00 - 14h30**

Pause repas

**14h30 - 17h00**

Bouée et baignade

**17h00 - 19h00**

Temps calme et  
douche

**19h00 - 22h00**

Diner  
Soirée animée

Mardi  
16/08/2022

A 10h, départ du centre pour la gare des Sables d'Olonne puis trajet en train jusqu'à Paris et/où en province.