

# Cap voile et glisse

Séjour Voile en bord de Mer



## PRÉSENTATION

“ Si tu aimes la mer, jouer avec les vagues, te faire des copains et pratiquer pleins d'activités, tiens bon la barre et viens nous rejoindre en Bretagne. Et en cette année Olympique notre séjour va prendre la dimension d'une compétition « coopérative » Tu intégreras une équipe et participeras à des Olympiades de la mer géantes ! ”



*Des activités nautiques encadrées par les moniteurs qualifiés et un programme riche en découvertes pour respirer l'air du grand large !*

## ACTIVITÉS

### Côté Voile

> **3 séances de bateau à bord d'un Optimist** (dériveur d'initiation à la voile) Manier ton bateau, hisser la voile, virer de bord et anticiper les changements de vent.

### Côté Glisse

> **1 séance de kayak de mer** pour longer le bord de côte et partir à l'aventure. Découverte de ton embarcation, travail sur l'équilibre, suivre une trajectoire, arrêter son embarcation...

> Des grands Jeux et découvertes de sports collectifs dans le cadres des Jeux Olympiques 2024 !

## DÉCOUVERTES

### Côté découverte :

- **Baignades** sur la plage des Sables Blancs > Pêche à pied : exploration du bord de mer, recherche de crabes, anémones, étoiles de mer... et création d'un aquarium sur le centre > Visite du port de pêche de Douarnenez
- **L'Aquashow d'Audierne** : Découverte des fonds marins bretons, avec plus de 50 aquariums et 150 espèces... et grand spectacle d'oiseaux marins
- **Sortie en bateau** collectif sur la mer d'Iroise
- **Visite du Port-musée** : monter à bord d'anciens bateaux et découvrir la vie de matelot
- **Soirées bretonnes** : danses, contes de korrigans et dégustation de crêpes...

## LA MAISON

Accueil au centre du « Steredenn » fonctionnant à l'année, situé à 100 mètres de la plage et du port de plaisance, et à 400 mètres du Port-Musée.

Les repas sont confectionnés sur place par notre cuisinier : spécialités locales, soirée crêpes, paniers repas pour les jours de sortie et au retour.

Chambres de 3, 4 ou 5 lits avec sanitaires intégrés.



6 - 11 ans



Douarnenez (29)



Histoire et patrimoine, Sports, Activités nautiques et aquatiques



Le Steredenn