Croisière en Méditerranée
Formules de 2 jours à 7 jours

La Méditerranée, ses petits ports, et ses mouillages à l'accent chantant !
Faire de la voile en Méditerranée, c'est naviguer la plupart du temps au soleil, mais c'est aussi découvrir une mer changeante, des côtes rocheuses, des criques isolées, l'ambiance du midi et des ports très fréquentés l'été.

Vous pouvez faire de nombreuses croisières sur la côte méditerranéenne sans épuiser tous les sites à découvrir et vous apprenez chaque jour à naviguer en fonction du Mistral ou des brises légères.

UCPA - Union nationale des Centres sportifs de Plein Air - Association loi 1901 à but non lucratif et à gestion désintéressée, agréée et cogérée par les ministères en charge de la Santé, des Sports, de la Jeunesse et de la Vie Associative - Crédits photos : UCPA D.R.

Zone de navigation

Vous naviguez dans un périmètre allant du Cap Croisette, en face de Marseille à Saint-Raphaël (Cassis, La Ciotat, Presqu'île de Giens, les îles d'Hyères, la Baie de Saint-Tropez).
La navigation et le choix des escales se font en fonction de la météo et des envies de l'équipage.

Exemple de parcours

Saint-Mandrier : Charmant petit port de pêche et de plaisance niché dans l'anse du creux Saint-Georges. Le village fait face à la rade et à Toulon. L'autre côté de cette jolie presqu'île préservée s'ouvre sur la Méditerranée et propose randonnées, plages et petites criques.

UCPA - Union nationale des Centres sportifs de Plein Air - Association loi 1901 à but non lucratif et à gestion désintéressée, agréée et cogérée par les ministères en charge de la Santé, des Sports, de la Jeunesse et de la Vie Associative - Crédits photos : UCPA D.R.

Porquerolles : L'île de Porquerolles est la plus grande des trois îles d'Or du golfe d'Hyères. Au Nord, 3 superbes plages offrent sables fins, rivages en pente douce et mer d'une pureté exceptionnelle. Au sud, les falaises tombent à pic dans la mer, c'est un relief escarpé où se succèdent calanques, pointes, gorges, caps et petits monts.

Port Cros : Situé entre Porquerolles et l'île du Levant, c'est la plus petite des trois îles d'Or du golfe de Hyères et le premier parc national marin méditerranéen.35 kms de sentiers, particulièrement le sentier botanique, permettent de découvrir ses paysages, sa forêt, ses forts et de bénéficier de son calme.

L'île du Levant : voisine de l'île de Port Cros, l'île est recouverte d'une superbe et généreuse végétation et ressemble à un véritable paradis terrestre.

Cavalaire sur Mer : Cavalaire est située sur la baie la plus au sud de la côte varoise. Sa magnifique plage, longue de 3 kms fait la réputation de cette station estivale, surplombée par la chaîne des Pradels.

Cap Taillat : Le Cap Taillat fait partie des joyaux naturels de la presqu'île de Saint-Tropez. Enclavé entre les caps Lardier et Camarat, il s'en différencie notamment par son remarquable isthme sableux. Il offre depuis son sommet des points de vue grandioses sur les deux autres caps, comme sur les îles d'Hyères.

UCPA - Union nationale des Centres sportifs de Plein Air - Association loi 1901 à but non lucratif et à gestion désintéressée, agréée et cogérée par les ministères en charge de la Santé, des Sports, de la Jeunesse et de la Vie Associative - Crédits photos : UCPA D.R.

Les temps forts

Les mouillages dans les calanques, les baignades dans les eaux tièdes de la Méditerranée, la découverte des îles de Porquerolles et Port-Cros, la rencontre avec les dauphins.

L'activité :

Le temps de navigation est de 4 à 6h par jour suivant les conditions météo et le choix de programme pour la journée. En navigation, chacun participe au bon fonctionnement du bateau. Le soir, vous dormez à bord dans un port ou au mouillage.
A l'escale, les activités s'organisent aux mieux afin de découvrir la vie locale en fonction du caractère du site : petit port de pêche ou balade à pied sur les nombreux chemins côtiers. L'encadrement est assuré par un moniteur diplômé croisière UCPA.

L'objectif du programme :

L'objectif de la croisière à la voile est de découvrir ou performer dans cette activité tout en découvrant la région :

- S'organiser pour vivre à bord d'un bateau.
- Faire fonctionner un bateau en équipage, barrer, apprendre les réglages des voiles (se familiariser avec les cartes et documents nautiques et connaître les notions de sécurité élémentaires)
- Vivre une expérience humaine et unique, et découvrir une région du monde de façon originale tout en explorant des endroits que l'on n'a pas l'occasion de voir de la terre

Solidarité, convivialité, dépassement de soi, générosité, découverte, feront votre quotidien tout au long de votre croisière.

En navigation chacun participe activement à la marche du bateau en occupant régulièrement les différents postes (barre, réglage ou de manœuvre) et tout le monde assure avec le moniteur le suivi de la navigation à la table à cartes. Concernant la vie du bord, chacun participe aux tâches ménagères (cuisine, repas, vaisselle, rangement et entretien courant du bateau, …)
Aux escales, des activités sont toujours possibles (visites, balades, baignade,…). Elles s'organisent en fonction des envies de chacun et des opportunités du lieu.
Le programme de navigation se construit avec le moniteur en fonction du niveau général de l'équipage, des attentes de chacun et des conditions météo du moment.

Encadrement et équipage :

Le moniteur bénévole est qualifié par l'école de croisière UCPA après une formation complète et approfondie tant sur les plans techniques que pédagogiques pour vous accompagner au mieux dans votre expérience croisière-voilier à l'UCPA. L'équipage est composé de 7 stagiaires maximum et d'un chef de bord.

La sécurité et le niveau exigé :

Elle vous est enseignée dès les premiers pas à bord, elle est aussi l'affaire de chacun. Vous la mettez en pratique tout au long de votre croisière en apprenant les gestes sûrs, en utilisant les différents matériels (gilet, harnais, etc.) et en effectuant les manœuvres de base.
Le programme est accessible à tous les niveaux.
Savoir nager est indispensable !

UCPA - Union nationale des Centres sportifs de Plein Air - Association loi 1901 à but non lucratif et à gestion désintéressée, agréée et cogérée par les ministères en charge de la Santé, des Sports, de la Jeunesse et de la Vie Associative - Crédits photos : UCPA D.R.

Hébergement :

- A bord de voiliers récents de 10 à 11m, confortables et performants
- En cabine double
- Bon confort (prévoir un sac de couchage)
- Voiliers monocoques de 7 places maximum (+ une place moniteur).

Restauration :

- Participation active des équipiers à l'élaboration des repas avec le moniteur (courses, cuisine, vaisselles,…)
- Les repas se prennent la plupart du temps à bord des bateaux (cuisines équipées, carré centrale avec espace salon pour prendre les repas) ou à l'extérieur (sur le pont), mais les participants peuvent également manger à l'extérieur en préparant leur panier repas ou en allant manger au restaurant.

Horaires et accès :

Jour de départ et d'arrivée : départ du stage le samedi et retour le vendredi pour les stages de 7 jours, à la demande pour les formules courtes (2 à 5 jours)
Lieu de départ et d'arrivée : Port de Vieille Darse à Toulon.
Les bateaux UCPA sont visibles avec la flamme UCPA. Après l'accueil sur les pontons, un topo sécurité est effectué par le moniteur, puis l'équipage fait ensemble l'avitaillement pour la semaine.

Equipement UCPA à prévoir

Le bateau et son équipement de navigation sont fournis par UCPA.

Selon la saison
Mettre ses affaires dans des sacs souples que l'on peut facilement ranger à bord.

Ne pas prendre de valise et amener :

- un sac de couchage
- des chaussures antidérapantes ou une paire de bottes (en cas de pluie)
- une veste et un pantalon de quart
- un couteau de poche
- une lampe de poche
- des vêtements de rechange chauds et légers
- une casquette ou un chapeau et/ou bonnet
- une paire de lunettes de soleil
- de la crème solaire et après solaire
- un maillot de bain
- du linge et nécessaire de toilette

Contacts :

Centre de croisière UCPA
BSM de Kéroman – Bât. Glorieux II
56100 Lorient
Tél : 02 97 05 50 50 – Fax : 02 97 05 50 55
Mail : croisieres@ucpa.asso.fr

UCPA - Union nationale des Centres sportifs de Plein Air - Association loi 1901 à but non lucratif et à gestion désintéressée, agréée et cogérée par les ministères en charge de la Santé, des Sports, de la Jeunesse et de la Vie Associative - Crédits photos : UCPA D.R.