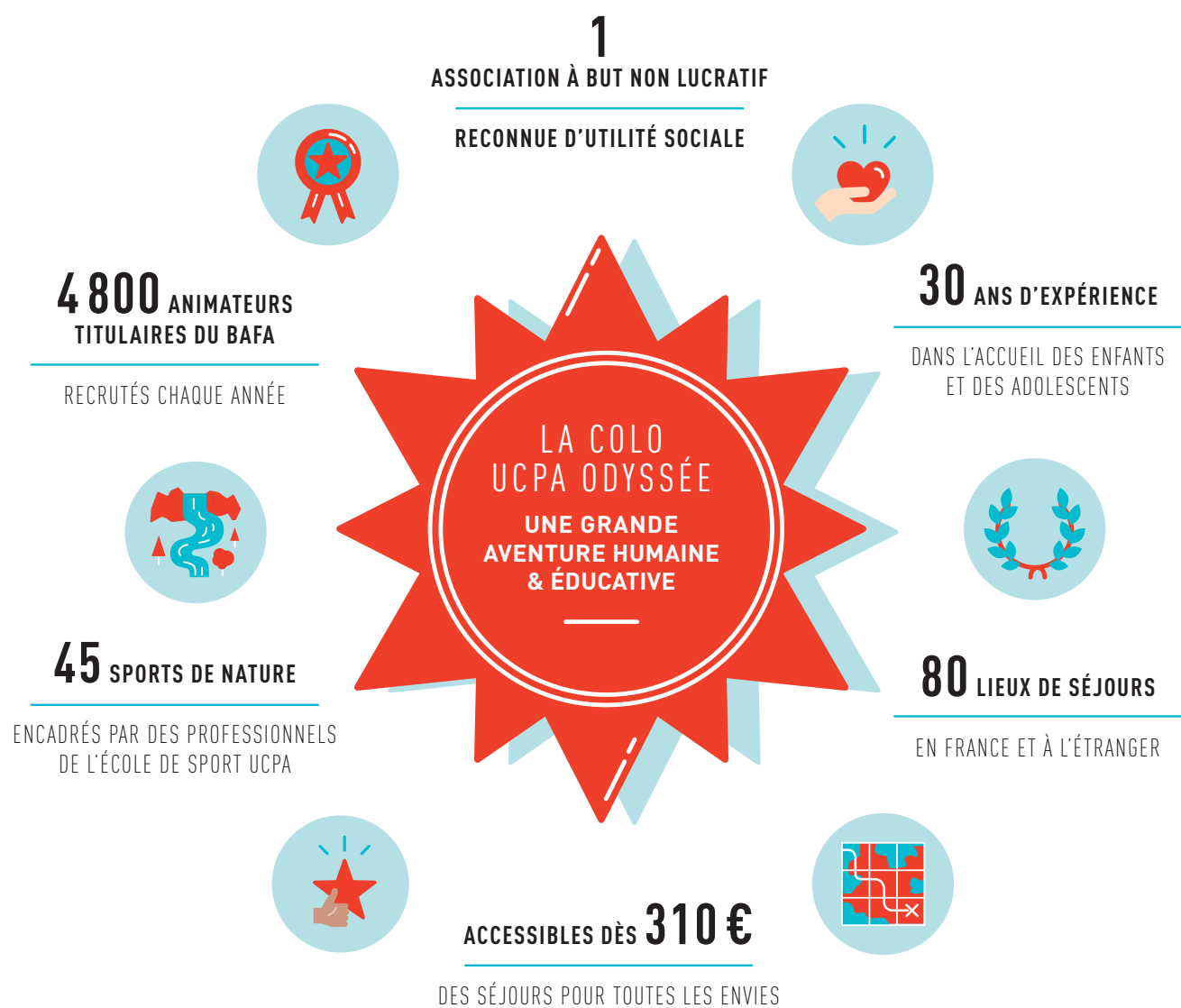


UCPa
odyssée

6-17 ans

Séjours sportifs - Printemps / Été / Automne 2024





INTRODUCTION

Le projet éducatif
L'école de sport UCPA
Une journée à l'UCPA
Ma 1^{re} colo
En route vers l'indépendance
Les nouveautés de l'été
Carte des destinations en France
Carte des destinations à l'étranger

04.
06.
10.
12.
13.
14.
16.
18.

LES SÉJOURS

Séjours SPORTIFS
Voyages À L'INTERNATIONAL

20.
50.

La formation BAFA

58.



UCPA est noté Excellent

Basé sur 12 005 avis



★ Trustpilot

UCPA SPORT VACANCES – Association loi 1901 à but non lucratif. L'UCPA est agréée par les pouvoirs publics, entreprise solidaire, association de jeunesse et d'éducation populaire, fédération sportive et partenaire de l'éducation nationale – Siret: 775 682 040 01964 – APE: 9319Z – N°AF: IM075110249 – Garantie financière: UNAT, 8 rue César Franck 75015 Paris – Garantie responsabilité civile professionnelle: MAIF, société d'assurances mutuelle à cotisations variables CS 90000 – 79038 Niort Cedex – Coordonnées bancaires: Crédit Coopératif 42559 0005 41020015382 68 – Siège Social: 21 rue de Stalingrad 94110 ARCUEIL – Tél.: 01 45 87 45 87 – Fax: 01 45 87 45 88 – Site web: www.ucpa.com. Crédits photos – Couverture: Vincent COLIN – 4^e couv: Fabien Thibault – Pages intérieures: Vincent Colin, Thomas Lodin, Fabien Thibault, Celso Urroz, Stéphane Cervos, J. Nedelec-Andrade, Paul Villecourt/ outdoor-reporter.com, Kamille Le Roc'h, Sébastien Jourdain, Bruno Longo, Guillaume Eymard, Julien Gazeau, Patrica Breton, Droits Réservés, Adobe Stock, Getty Images/iStockphoto. Pictogrammes: Arnaud Neubert. Graphisme & illustrations: Flo Pondevie, Pôle créations graphiques et digitales UCPA. Gravure: Compos-Juliot – Impression: Imprimerie Rotocobrh. Toute reproduction même partielle est interdite sans notre autorisation écrite.



La colo UCPA

une aventure éducative pour...

SE DÉCOUVRIR ET S’AFFIRMER

- ▶ Pendant ma colo, je vis une palette d’émotions que j’apprivoise un peu mieux chaque jour.
- ▶ Loin de la maison, je m’adapte à un autre quotidien dans mon nouvel environnement.
- ▶ Grâce à l’équipe d’animation, j’ose, je teste et vis de petites victoires.



“ Arthur est très content d’avoir découvert le surf avec un moniteur attentionné et pédagogue, et d’avoir progressé. Il est rentré avec une meilleure confiance en lui. ”



71% DES PARENTS DÉCLARENT QUE LEUR ENFANT S’EST DÉCONNECTÉ DE SON QUOTIDIEN ET A APPRÉCIÉ CHANGER D’ENVIRONNEMENT.

Retrouvez le projet éducatif enfants-adolescents sur [UCPA.asso.fr](https://ucpa.asso.fr)



“ Les animateurs ont toujours plus d’un tour dans leur sac. Ils sont capables d’improviser pour que le groupe profite au maximum d’une journée ou d’une veillée. ”

EXPLORER ET AGIR

- ▶ J’ai l’opportunité de partir à l’aventure et de développer ma créativité.
- ▶ Je retrouve la satisfaction d’accomplir par moi-même et d’être au cœur de l’action.
- ▶ En bref, je vis mes expériences et reviens avec des souvenirs inoubliables plein la tête...



POUR PLUS DE 2 ENFANTS SUR 3, LE SÉJOUR A RENFORCÉ OU FAIT NAÎTRE UNE PASSION.

SE LIER ET S’ENTRAIDER

- ▶ En quelques jours, je découvre mon groupe et j’apprends à vivre avec les autres.
- ▶ Mes animateurs créent un espace collectif de liberté où j’échange, j’écoute, je m’exprime et je débats.
- ▶ Tous ensemble, on forme une équipe et on s’entraide pour relever des défis.

94% DES PARENTS AFFIRMENT QUE LEUR ENFANT A TISSÉ DE NOUVELLES AMITIÉS ET A TROUVÉ SA PLACE DANS LE GROUPE.



“ Nos filles ont adoré la journée de rafting. Maya s’est découverte une passion pour l’alpinisme et rêve de l’approfondir lors d’un prochain séjour. ”

Dans tous les sports, il y a un UCPA

PLUS DE 50 ANS D'ENSEIGNEMENT DU SPORT

- 350 moniteurs diplômés d'état pour assurer l'encadrement des séjours sportifs.
- La majorité de nos séjours sont "ouverts à tous": les moniteurs forment des groupes de niveaux les plus homogènes possible pour que votre enfant trouve sa place et évolue à son rythme. Toute la semaine, pendant et après les cours, ils encouragent votre enfant, restent à son écoute et valorisent ses progrès, quel que soit son niveau (débutant, initié, maîtrise, confirmé ou expert).
- Un matériel sportif de qualité: nous proposons les meilleures marques de sport comme Indio pour les planches de surf, F One pour le Kitesurf, Lapierre pour le VTT...
- Une pédagogie dédiée au plaisir et à la progression des enfants et ados.

1. VTT - 2. Trek/Randonnée - 3. Kitesurf - 4. Plongée - 5. Parkour
6. Catamaran - 7. Canyoning - 8. Alpinisme - 9. Eaux vives
10. Sports urbains - 11. Cirque - 12. Tennis - 13. Surf - 14. Escalade
15. Croisière - 16. Équitation - 17. Parapente - 18. Wingsurf/Windsurf
19. Danse - 20. Sports collectifs - 21. Wakeboard.

Et d'autres sports encore: aviron, pentathlon moderne...





3 secrets d'animateurs pour un séjour réussi



Votre enfant revient de colo, et il ne vous parle que de Fanny et Pierre ! Mais comment font-ils pour marquer autant l'esprit et le séjour de votre enfant ? Nous avons enquêté auprès de ces fidèles animateurs qui vous dévoilent trois de leurs secrets.



LE JEU

Que ce soit pour briser la glace entre les enfants en début de séjour ou pour les motiver au quotidien, le jeu est l'outil idéal. Il aide aussi à canaliser les jeunes lorsqu'il faut attendre le bus.

« Pour les faire patienter, on fait un jeu sans matériel en lançant des défis, en racontant des histoires. Pendant ces jeux, nous briefons les plus grands en leur demandant d'aider les plus petits ou d'intervenir s'ils ont des difficultés. Cela les responsabilise d'encadrer et les plus jeunes sont fiers d'avoir le soutien des grands. Cette dynamique aide à créer de la cohésion au sein du groupe », souligne Marie. « À la clé, les enfants apprennent à se connaître, à se découvrir et nous voyons immédiatement les bénéfices pédagogiques », ajoute Pierre.



L'ÉCOUTE & LE DIALOGUE

« Dès leur arrivée, les enfants sont invités à une première réunion pour parler des règles à suivre. Plutôt que d'imposer des consignes, nous les interrogeons sur ce qu'ils peuvent faire ou non et encadrons la discussion. Chacun donne son avis pour construire, au fur et à mesure des échanges, les règles à suivre pendant la semaine. Ce moment de partage permet aux enfants de mieux comprendre et retenir ces règles et de prendre conscience des raisons pour lesquelles elles existent.

L'écoute et le dialogue se retrouvent aussi tout au long du séjour, notamment pendant le créneau de 17h à 19h. Lors de ce rendez-vous quotidien, nous proposons des activités pour jouer ou se dépenser mais aussi des activités propices à la communication, la réflexion et l'expression de chacun. Ce n'est pas parce qu'on met en place des activités qu'on ne peut pas les changer si les enfants ont d'autres idées. On les encourage à être force de proposition. »



LA MUSIQUE

« Obtenir l'attention d'une kyrielle d'enfants tout en douceur et dans la bonne humeur est un sacré challenge, mais nous avons une astuce secrète pour donner le signal et indiquer que c'est l'heure de se réunir : la musique !

Pour que le morceau les interpelle, on fait choisir aux enfants la musique de la semaine. Dès qu'ils l'entendent, ils se rassemblent au point de rendez-vous. Cela permet de réveiller les jeunes tout doucement. Ils sont ainsi autonomes et responsables et se préparent seuls pour le petit-déjeuner dès ce signal.

La musique aide à la convivialité entre les jeunes, permet de créer des souvenirs et ajoute de l'enchantement au quotidien », souligne Fanny.

Jeu, dialogue, musique... Nos animateurs ont à leur répertoire toute une gamme d'outils qu'ils utilisent pour parvenir à une seule fin : aider vos enfants à grandir !

Une journée à l'UCPA!



Chaque jour, on découvre, on progresse, on rencontre... Les journées et les soirées sont un parfait équilibre entre activités et détente, moments partagés entre copains, activités sportives ou ludiques. Jour après jour, pas d'ennui : plaisir, partage et épanouissement sont au menu !



7h-9h30 LEVER ÉCHELONNÉ ET PETIT-DÉJEUNER

Dès 7h, les enfants peuvent se retrouver dans un endroit calme et se réveiller en douceur avant de prendre leur petit-déjeuner.



17h-19h LE 5-7

Après le goûter, les enfants disposent de deux heures de temps libre. La "cool zone" est l'endroit idéal pour retrouver ses amis ou participer à des activités proposées par les animateurs. Un créneau d'appel est aussi organisé pour que les plus jeunes puissent raconter leur journée aux parents. Des sorties en autonomie sont proposées aux plus âgés.



JOURNÉE TYPE

7h-9h30	Lever échelonné et petit-déjeuner
9h30-12h	Activités sportives ou ludiques
12h-13h	Déjeuner
13h-14h	Temps calme
14h-16h30	Activités sportives ou ludiques
16h30-17h	Goûter
17h-19h	Temps libre, douches et rangement des chambres
19h-20h	Dîner
20h30-21h30	Veillée
21h30-22h30	Retour au calme et coucher échelonné selon l'âge et la fatigue



9h30-12h / 14h-16h30 ACTIVITÉS SPORTIVES OU LUDIQUES

Deux fois par jour, les enfants participent à une activité encadrée par les animateurs ou les moniteurs sportifs. Ce sont des moments forts pour vivre une aventure inédite, découvrir de nouvelles sensations et progresser de façon ludique.



21h30-22h30 VEILLÉE

Le partage, la collaboration et l'amitié sont favorisés pendant les veillées. Que ce soit pour gagner un jeu ou une course, les activités ludiques en soirée sont une façon amusante pour les enfants de se réunir pour atteindre un objectif commun. Plus important encore, le soir, c'est le moment où tous les enfants se retrouvent pour partager leurs aventures de la journée.

Les activités mises en place et le fonctionnement peuvent légèrement varier en fonction du projet pédagogique que vous pourrez consulter à votre arrivée.



Faites partir vos enfants ensemble, sur le même village sportif.

De nombreuses destinations accueillent des enfants d'âges différents sur la même semaine. Chaque enfant pratique une activité adaptée à son âge, tout en bénéficiant des avantages d'être ensemble : transport commun, moments quotidiens propices aux retrouvailles et aux échanges.



Retrouvez les nombreux sites qui accueillent les frères et sœurs de 6 à 17 ans sur [UCPA.com](https://www.ucpa.com)

Ma 1^{re} colo



Découvrez nos séjours pensés spécialement pour une première expérience réussie en colonie de vacances. Adaptés aux 6-11 ans, ces séjours offrent une transition tout en douceur, autant pour les enfants que pour les parents.



VOTRE ENFANT PART POUR LA TOUTE 1^{RE} FOIS ?

Ma 1^{re} colo, un label pensé pour réussir la première expérience de départ :

- Des séjours réservés aux 6-11 ans.
- Des sites particulièrement adaptés à l'accueil des enfants, avec un accès facilité aux lieux d'activité et l'aménagement de Cool Zones : lieux de détente et de jeux.
- Des séjours avec une activité sportive "mi-temps" pour respecter le rythme des enfants.
- Un programme d'animations pensé pour les enfants, en petits groupes.
- Un échange renforcé avec les parents et l'enfant avant le départ pour une meilleure préparation du séjour (échange avec l'équipe en visio avant le départ).
- Un suivi de l'enfant par une personne référente tout au long du séjour grâce à un ratio d'encadrement adapté (1 encadrant pour 6 enfants) pour un lien privilégié avec les encadrants.

Retrouvez tous nos séjours "Ma 1^{re} Colo" sur [UCPA.com](https://www.ucpa.com)



En route vers... l'indépendance



Les ados cherchent plus de liberté tout en ayant besoin d'être accompagnés. Les équipes pédagogiques de l'UCPA les responsabilisent pendant leur séjour.

AUTONOMIE ET SORTIES

À partir de 14 ans, les jeunes ont la possibilité de sortir pendant le temps libre de 17h à 19h. Ils s'inscrivent auprès d'un animateur-référent, vérifient avec lui qu'ils sont bien joignables et s'engagent à respecter les consignes de sortie. Pour les 11-13 ans, des sorties sont aussi possibles avec la présence d'un animateur sur le périmètre défini.

AUTONOMIE ET INDÉPENDANCE

Nous avons imaginé des séjours "PURE ACTION" pour tous les grands ados qui aspirent à plus de liberté et se sentent prêts à partager des vacances sportives avec des jeunes adultes. Un premier pas vers l'âge adulte dans un cadre sécurisé et convivial qui les responsabilise et les fait gagner en autonomie.

À PARTIR DE 18 ANS

Et pour continuer l'aventure UCPA, nous proposons des séjours tout compris avec un tarif spécial "happy summer" pour les 18-25 ans et des séjours exclusivement dédiés aux 18-30 ans.



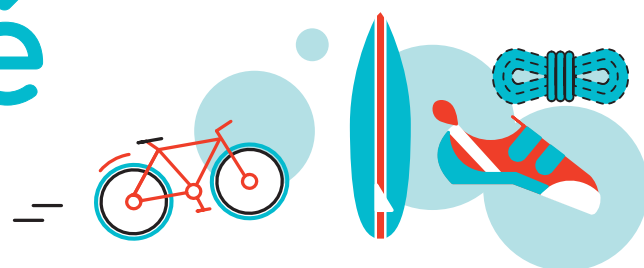
ONE LIFE : UN LABEL POUR LES JEUNES



Si tu as entre 18 et 30 ans, ce nouveau label créé par l'UCPA est fait pour toi. Tu trouveras ici toutes les infos sur les séjours, le sport à côté de chez toi ou encore les jobs et formations que propose l'UCPA. Rejoins-nous et viens vivre ta (best) One Life !



Les nouveautés de l'été



NOS NOUVEAUX SITES

// Domaine de Grosbois / Île-de-France

DÉDIÉ AU 6-15 ANS

Activités : équitation, moto-cross électrique, cirque, apprendre à nager.

Hébergement : sur site au cœur du centre national de formation des chevaux trotteurs français.

// Clécy / Normandie

DÉDIÉ AUX 8-15 ANS

Activités : escalade en falaise école, raid aventure, full multisports.

Hébergement : sur site.

// Olmeto / Corse

DÉDIÉ AUX 14-17 ANS

Activité proposée : plongée.

Hébergement : camp sous toile.

// Ax-les-Thermes / Pyrénées Ariégeoise

DÉDIÉ AUX 13-17 ANS

Activités proposées : escalade et multiactivités de montagne.

Hébergement : camping 4* en mobile-Home.

// Les 2 Alpes / Alpes

DÉDIÉ AUX 14-17 ANS

Activités : VTT, tennis, eaux vives, multiactivités de montagne.



NOS NOUVEAUX PROGRAMMES EN FRANCE

// Full Équitation CCE

Saint-Médard en Jalles

11-13 ANS 14-17 ANS

À partir du Niveau galop 4 : 9 séances d'équitation (dressage, saut d'obstacle, cross) + 4 topos d'hippologie + 1 journée à Lacanau avec la sortie en ville et l'entrée à l'Aqua Park + 1 entrée piscine de Saint-Médard.

► 7 jours à partir de **760 €**
hors transport

// Pentathlon moderne

Étampes

11-13 ANS

1 séance d'équitation + 1 de natation + 1 d'escrime + 1 de course d'orientation + 1 carabine laser.

► 7 jours à partir de **635 €**
hors transport

// Multisensations

Les 2 Alpes

14-17 ANS

1 journée d'escalade (2 séances) + 1 randonnée à la journée avec pique-nique + 1 journée de VTT + 1 via ferrata + 1 randonnée glacière + 1 sortie piscine ou plan d'eau + animations, grands jeux et veillées.

► 7 jours à partir de **855 €**
hors transport

// Full Multisports

Séné

11-13 ANS

2 séances de VTT + 2 séances d'escalade indoor + 2 de tir à l'arc + 2 de volley-ball sur herbe + 1 de catamaran.

► 7 jours à partir de **580 €**
hors transport

// Escalade

Clécy

11-15 ANS

4 séances d'escalade outdoor en falaise école + 1 séance de parcours aventure + 1 sortie Accrobranche + 1 sortie piscine + 2 séances de sports collectifs (Hockey-sur-gazon, volley-ball ou basket).

► 7 jours à partir de **645 €**
hors transport

// Plongée niveau 1

Olmeto

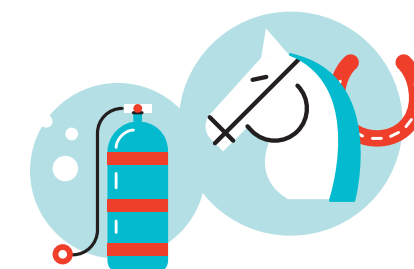
14-17 ANS

8 plongées + passage du niveau 1.

► 7 jours à partir de **1040 €**
hors transport

Good news!

Retrouvez toutes "les nouveautés de l'été" sur UCPa.com



aux Antilles & à l'étranger



Séjours sportifs



Surf

DÉCOUVRIR LES JOIES DE LA GLISSE ET SURFER LES VAGUES COMME DES PROS AVEC LA 1^{RE} ÉCOLE DE SURF.

LES + UCPA

- Des moniteurs expérimentés qui partagent leur passion du surf dans un esprit de convivialité tout en assurant un maximum de sécurité.
- Du matériel de qualité qui est renouvelé chaque année.
- Des séjours adaptés aux envies des jeunes : souples pour ceux qui veulent profiter de temps libre sur la plage et plus intenses pour les mordus du surf.
- Des stages proposés dès 7 ans.
- 11 surf camps dédiés aux 11-17 ans installés au plus près de l'océan et pensés comme des lieux de vie identitaires autour du surf et de ses valeurs.

NOS FORMULES

Full surf

8 séances avec un moniteur : du surf toute la journée pour apprendre ou progresser rapidement, quel que soit son niveau technique.

Surf

5 séances de surf complétées par des animations sportives ou culturelles.

Surf Coaching

9 séances de surf pour les plus accros en quête de progression optimum.



Nos villages sportifs et nos surf camps sont installés au plus près de l'océan. Les moniteurs passionnés de l'école de Surf UCPA accompagnent vos enfants dans leur progression et leur apprennent à surfer dans les meilleures conditions. Une vraie immersion dans la culture surf!

NOS COUPS DE CŒUR

// Surf

Surf Camp à Santec

13-17 ANS

5 séances de surf encadrées + 1 de slackline + 1 de beach sports + 1 de Land'Art + Olympiades + baignades à la mer + veillée sunset.

Les séances de surf et de sauvetage côtier s'effectuent sur la plage du Dossen, située à 5 minutes à pied du camp.

- 7 jours à partir de **610 €** hors transport

// Surf coaching

Surf Camp à Naujac-sur-Mer

15-17 ANS

9 séances de surf dont 1 session sunset + sessions surf filmées par le moniteur. En fin de semaine, repartez avec le montage vidéo de vos sessions surf filmées durant la semaine. Un parc de planches test vous permet de choisir votre planche avec votre moniteur. Accès à la plage à 5 minutes à pied du Surf Camp

- 7 jours à partir de **785 €** hors transport

// Full surf

Surf Camp à Hourtin Plage

11-13 ANS

8 séances de surf.

- 7 jours à partir de **785 €** hors transport

À vos planches, prêts, surfez!

Retrouvez tous nos séjours "Surf" & nos offres transport sur [UCPA.com](https://www.ucpa.com)



Multiglisses

UN COMBINÉ DE SPORTS ET D'ACTIVITÉS NAUTIQUES VARIÉES POUR FAIRE VIVRE À VOTRE ENFANT DES VACANCES RICHES EN SENSATIONS.

LES + UCPA

- Des spots de qualité et sécurisés pour s'initier ou progresser.
- Des villages sportifs au bord de l'eau pour faciliter la pratique.
- L'opportunité de découvrir plusieurs sports nautiques et de trouver celui ou ceux qui font le plus vibrer.



Une équipe de moniteurs passionnés qui seront toujours partants pour maximiser les envies de découverte, de liberté et de glisse de vos enfants :

- Catamaran, Paddle, Windsurf, Wake-board... des nouvelles sensations tous les jours.
- Des conseils collectifs ou individuels grâce à l'expertise et au savoir-faire des moniteurs UCPA.
- Des supports nautiques adaptés aux différentes tranches d'âges pour profiter pleinement des conseils des moniteurs.

NOS COUPS DE CŒUR

// Voile / Découverte de l'escalade Séné

6-11 ANS 11-13 ANS

4 séances de voile (réparties selon la progression du groupe entre optimist, funboat et catamaran) dont 1 sortie à la journée sur une île du golfe du Morbihan avec pique-nique + 3 séances d'escalade indoor dans une salle rénovée + 1 slackline + 1 Course d'Oriente + baignade à l'océan l'été.

- 7 jours à partir de **625 €** hors transport

// Multiglisses Saint-Cyr-sur-Mer

7-11 ANS 11-15 ANS

4 séances d'activités nautiques parmi Optimist (pour les 7-11 ans) ou Catamaran (pour les 11-15 ans) / voilier / kayak + 1 journée Aqualand + 1 séance de snorkeling + 1 de beach sports (beach soccer, rugby flag ou beach basket...) ou glisse urbaine + 1 olympiade + baignade à la mer.

- 7 jours à partir de **649 €** hors transport

// Multiglisses Lac De Serre Ponçon

11-13 ANS

5 séances de voile (Optimist et catamaran) + 2 de stand up paddle + 1 de goélette + 1 parcours accrobranche.

- 7 jours à partir de **685 €** hors transport

Multiglisses au box-office! GO!

Retrouvez tous nos séjours "Multiglisses" & nos offres transport sur [UCPA.com](https://www.ucpa.com)



Full glisse

CATAMARAN, WINDSURF OU KITESURF... UNE SEMAINE POUR DÉCOUVRIR UN SPORT NAUTIQUE OU SE PERFECTIONNER.

LES + UCPA

- La pratique immédiate et rapide de l'activité sportive reste au cœur de notre pédagogie.
- Des zones de navigation à couper le souffle.
- Du matériel sportif récent et évolutif pour progresser rapidement.
- Des sensations garanties pour les débutants ou les initiés grâce aux moniteurs UCPA.

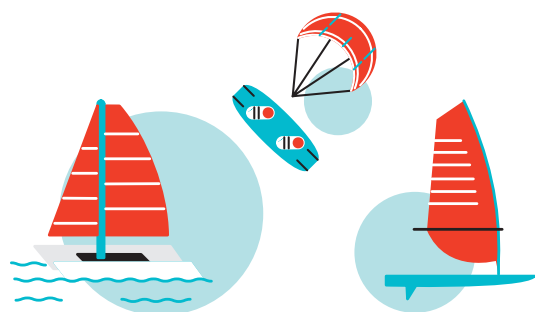
NOS FORMULES

Catamaran, Windsurf, Kitesurf

5 séances sportives encadrées par un professionnel sur le support nautique choisi et des activités en complément pour un maximum de plaisir.

Full Catamaran, Full Kitesurf, Full Windsurf / Wingsurf

8 à 9 séances sportives sur le support nautique choisi. Une démarche progressive et complète pour accéder rapidement à l'autonomie.



*Bienvenue dans la plus grande école de voile en France !
Notre recherche de la qualité garantit à votre enfant un apprentissage efficace basé sur le plaisir de pratiquer.
Accessibles et faciles, tous nos supports nautiques sont conçus pour permettre à vos enfants de glisser et profiter en toute sécurité.*

NOS COUPS DE CŒUR

// Full kitesurf

Bénodet

13-17 ANS

9 séances de kitesurf.

► 7 jours à partir de **1015 €** hors transport

// Catamaran / Windsurf

Port Camargue l'Espiguette

9-11 ANS 11-13 ANS

4 séances de catamaran + 4 de windsurf.

► 7 jours à partir de **755 €** hors transport

// Nautik's

Bombannes

13-17 ANS

8 séances d'activités nautiques parmi les supports suivants : Catamaran, windsurf, dériveur, voilier, Wakeboard (maximum 1 séance), surf électrique (maximum 1 séance), stand up paddle...

Sur les conseils de votre moniteur, glissez au jour le jour au meilleur moment de la journée en fonction des conditions météo et des envies de glisse du groupe.

► 7 jours à partir de **840 €** hors transport

Qu'importe pourvu qu'on ait la glisse!

Retrouvez tous nos séjours "Full glisse" & nos offres transport sur [UCPA.com](https://www.ucpa.com)



Multisports

UN COCKTAIL D'ACTIVITÉS SPORTIVES POUR PASSER DES VACANCES INOUBLIABLES EN FRANCE OU À L'ÉTRANGER.

LES + UCPA

- Une pédagogie différenciée selon l'intensité du séjour.
- Du matériel sportif de qualité mis à disposition des enfants pour toutes les activités.
- Des séances encadrées par des moniteurs ou animateurs spécialistes de l'activité.

NOS FORMULES

Multisports

5 à 10 séances sportives encadrées par un professionnel du sport.

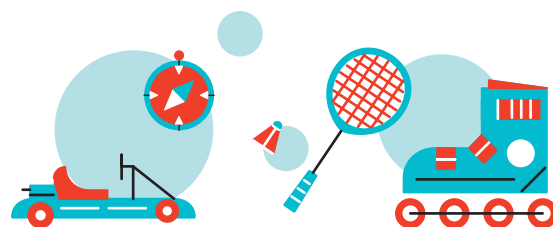
Multisports sensations

5 à 10 séances sportives dont deux de sports sensations, encadrées par un professionnel du sport.

Pour les 6-11 ans, nos séjours multisports sont construits autour d'une thématique qui servira de fil rouge tout au long du séjour.

Les 11-17 ans auront le choix entre :

- Des séjours avec un maximum d'activités sportives.
- Des séjours combinant sports et visites culturelles.
- Et des séjours alliant sports et multi-activités ludiques.



Les séjours multisports permettent à chaque enfant de trouver une combinaison d'activités sportives à son goût en fonction de son âge et de sa pratique sportive au quotidien.

Les moniteurs et animateurs construisent les séjours multisports selon plusieurs objectifs pédagogiques :

- La découverte d'un milieu naturel par différentes activités sportives.
- Le développement d'aptitudes physiques, de gestes techniques et d'une connaissance de matériels spécifiques pour renforcer sa culture sportive.
- L'opportunité de s'initier à plusieurs sports pour se tester et trouver la ou les activités qui procurent le plus de plaisir.

NOS COUPS DE CŒUR

// Multisensations

La Plagne

9-11 ANS

1 séance de trottinette freestyle + 1 initiation kayak au lac Vert + 1 de roller + 1 de slackline + 1 initiation escalade + 1 séance de parcours accrobranche + 1 de sports de raquette + 1 rando proche de Mio + 1 de Piscine + 1 olympiade.

- 7 jours à partir de **590 €** hors transport

// Multi'Azur

Hyères Badine

11-13 ANS

13-15 ANS

1 journée à Porquerolles + 1 journée de kayak de mer avec pique-nique + 1 séance de karting + 1 de giant stand up paddle + 1 de tir à l'arc + 1 de beach sports (beach soccer, beach-volley, beach rugby...) + baignade à la mer.

- 7 jours à partir de **680 €** hors transport

// Multi'Montalivet

Montalivet

13-15 ANS

15-17 ANS

2 séances de surf + 2 séances de karting + 1 séance de glisse urbaine + 1 de beach-volley + 1 parcours accrobranche + event sunset + baignade à l'océan + barbecue + visite du marché de Montalivet.

- 7 jours à partir de **640 €** hors transport

C'est bon d'avoir plusieurs cordes à son arc...

Retrouvez tous nos séjours "Multisports" & nos offres transport sur [UCPA.com](https://www.ucpa.com)



Plongée & apnée

INITIATION, PERFECTIONNEMENT, EXPLORATION OU PASSAGE DE NIVEAUX.

LES + UCPA

- La garantie d'un encadrement de qualité avec des moniteurs qualifiés et la possibilité de passer son niveau.
- PE12, 1 ou 2 en fonction de l'âge de votre enfant. Un matériel de plongée performant et adapté à toutes les tailles des jeunes plongeurs.
- Les meilleurs sites de plongée en France et en Europe dont le centre de Niolon avec ses installations de pointe.

NOS FORMULES

Plongée

4 à 5 séances de plongée, encadrées par un moniteur et complétées par 4 à 5 activités sportives variées.

Full Plongée

9 séances de plongée, que votre enfant soit débutant ou initié.

Plongée exploration

À partir de 16 ans et du niveau 1. Neuf séances de plongée pour réaliser ses 1^{res} explorations.



L'école de plongée de l'UCPA fait vivre à votre enfant une aventure sous-marine pour débiter ou acquérir de plus en plus d'autonomie avec l'expertise d'un moniteur.

NOS COUPS DE CŒUR

// Plongée Saint-Cyprien

11-15 ANS

4 plongées bouteille + 1 séance de snorkeling + tir à l'arc + olympiades + beach sports.

- 7 jours à partir de **875 €** hors transport

// Plongée Exploration Côte Bleue Niolon

16-17 ANS

9 plongées. À partir du niveau 1.

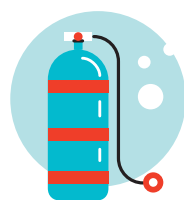
- 7 jours à partir de **745 €** hors transport

// Plongée Sète

12-14 ANS

4 séances de plongée + 1 de beach sports + 1 de voile collectif + grands jeux. Possibilité de passer la qualification plongeur PE-12 (plongeur encadré 12 m).

- 7 jours à partir de **735 €** hors transport



Plongez dans le grand bain!

Retrouvez tous nos séjours "Plongée & Apnée" & nos offres transport sur UCPA.com



Apprendre à nager

DES SÉJOURS POUR DEVENIR PLUS AUTONOME DANS L'EAU TOUT EN S'AMUSANT.

LES + UCPA

- Encadrement par des moniteurs professionnels, passionnés, à l'écoute de votre enfant.
- Des maîtres nageurs formés aux premiers apprentissages.
- Une pédagogie accessible, collective et ludique, orientée autour de la progression et la réussite de chaque enfant.

NOS FORMULES

Apprendre à nager

5 à 6 séances de natation complétées par des activités encadrées par notre équipe d'animation.

LE SAVIEZ-VOUS ?

L'UCPA, c'est aussi un acteur majeur engagé pour encourager la pratique sportive régulière au cœur des villes :

- 70 équipements sportifs gérés par l'UCPA dans toute la France dont 25 équipements aquatiques.
- L'école de Natation UCPA propose des activités adaptées à toutes les tranches d'âges.
- Bébé nageur, initiation, évolution, performance natation, aquaphobie... chacun peut trouver l'activité qui lui correspond, enfants comme adultes.



L'école de natation UCPA propose à votre enfant des activités permettant d'appréhender l'apprentissage de la natation, de l'initiation à l'autonomie complète. Au programme : techniques de nage, équilibre dans l'eau et nage en profondeur.

NOS COUPS DE CŒUR

// Apprendre à nager Le Chesnoy

6-9 ANS

5 séances de natation + 1 de corde à sauter + 1 de slackline + 1 de double dutch + 1 grande chasse aux trésors.

- 7 jours à partir de **625 €** hors transport

// Apprendre à nager Pralognan

6-9 ANS

5 séances de natation + 1 de tir à l'arc + 1 de patin à glace + 1 de trampoline + 1 de carabine laser + 1 balade nature avec construction de cabane.

- 7 jours à partir de **545 €** hors transport

// Apprendre à nager Étampes

7-11 ANS

5 séances de natation + 1 de BMX + 1 de trottinette sur pumptrack + 1 de luge sur rail + 1 parcours accrobranche.

- 7 jours à partir de **625 €** hors transport



Splash & plouf à l'eau!

Retrouvez tous nos séjours "Apprendre à nager" & nos offres transport sur UCPA.com

Eaux vives



DES SÉJOURS POUR APPRENDRE À NAVIGUER SUR LES PLUS BELLES RIVIÈRES DE FRANCE.

LES + UCPA

- ▶ Des moniteurs passionnés et qualifiés assurant découverte, progression, plaisir.
- ▶ Un matériel spécifique de qualité pour naviguer dans les meilleures conditions.
- ▶ Des supports différenciés pour pratiquer plusieurs sports d'eaux vives.

NOS FORMULES

Eaux vives

5 séances d'eaux vives (rafting, canoat, kayak, airboat, nage en eaux vives) encadrées par un moniteur, complétées par des animations sportives ou culturelles.

Full eaux vives

8 à 9 séances de sport d'eaux vives pour découvrir tous les plaisirs des sports de rivière.

Séjour Multi'

4 à 5 séances d'eaux vives dans un séjour multisports pour découvrir cette activité.



L'UCPA propose à votre enfant des séjours sur site ou en itinérance pour partir à l'assaut des plus beaux rapides et des plus belles rivières sur différentes embarcations collectives ou individuelles.

NOS COUPS DE CŒUR

// Découverte de l'eau vive Spécial Débutant

Gorges du Haut-Allier

8-11 ANS

1 séance de raft + 1 d'open kayak + 1 de paddle + 1 de randonnée nature + 1 d'escalade outdoor + 1 soirée bivouac.

- ▶ 7 jours à partir de **615 €** hors transport

// Full Eaux vives

Les Orres

13-17 ANS

8 séances d'eaux vives (rafting, canoat, airboat, nage en eaux vives, kayak) + 1 de piscine + 1 d'activités de plage (beach-volley ou autre sand sport).

- ▶ 7 jours à partir de **675 €** hors transport

// Eaux vives

Saint-Lary Soulan

16-17 ANS

PURE ACTION

5 séances d'eaux vives (rafting, paddle, hydrospeed, airboat, ruisseling) + 1 parcours accrobranche dans un milieu aquatique + 1 randonnée pédestre au milieu des lacs du massif du Néouvielle + un tour dans le parc aquatique et ses jeux gonflables.

- ▶ 7 jours à partir de **630 €** hors transport



Ça coule de source...

Retrouvez tous nos séjours "Eaux vives" & nos offres transport sur UCPa.com



Canyoning

NAGER, SAUTER, MARCHER, EMPRUNTER DES TOBOGGANS NATURELS ET DESCENDRE EN RAPPEL... FAITES VIVRE À VOTRE ENFANT UNE AVENTURE RAFRAÎCHISSANTE & FUN !

LES + UCPA

- ▶ Les plus beaux sites de canyoning : Pyrénées espagnoles, gorges du Tarn et du Haut-Allier, Alpes du Sud...
- ▶ Des moniteurs spécialisés qui ont une expérience dans l'organisation et le choix des canyons.
- ▶ Du matériel adapté et de qualité.
- ▶ Des moments forts garantis entre jeunes.

NOS FORMULES

Mes premiers Canyons

4 journées de canyoning complétées par des activités ludiques.

Full Canyons

5 journées de canyoning. S'amuser, progresser et apprendre tout au long de la semaine.

Séjour Multi'

1 à 4 séances de canyoning complétées de séances d'activités sportives.



Guidé par un moniteur expérimenté, votre enfant accède à des lieux secrets, découvre des gorges aux eaux turquoise qui semblent inaccessibles, partage avec son groupe les plaisirs du rappel et du saut dans un environnement préservé et magique.

NOS COUPS DE CŒUR

// Grande Escapade Canoë / Canyon

Gorges du Tarn

11-13 ANS

4 séances de canoë itinérant + 4 de canyoning + des randonnées pédestres et d'orientation + nuits en bivouac.

- ▶ 14 jours à partir de **1135 €** hors transport

// Full Canyons

Mont Perdu Puyarruego

14-17 ANS

5 journées de canyoning.

- ▶ 7 jours à partir de **770 €** hors transport

// Multi'Aqua

Mont Perdu Puyarruego

12-14 ANS

4 séances de canyon + 1 séance de rafting + 1 séance de stand up paddle + 1 journée en rivière et 1 journée de rallye découverte de la cité médiévale d'Ainsa.

- ▶ 7 jours à partir de **720 €** hors transport

Jetez-vous à l'eau!

Retrouvez tous nos séjours "Canyoning" & nos offres transport sur UCPa.com



Croisière voilier

EMBARQUEZ VOTRE ENFANT AVEC L'ÉCOLE DE VOILE UCPA POUR VIVRE UNE AVENTURE HUMAINE ÉPANOUISSANTE.

LES + UCPA

- ▶ 1 moniteur qualifié par l'école de Croisière UCPA après une formation complète et approfondie, tant sur les plans techniques que pédagogiques.
- ▶ La découverte et la sensibilisation à la préservation du milieu marin.
- ▶ L'ambiance de la vie à bord en équipage.
- ▶ Des escales dans des petits ports ou des mouillages dans des criques sauvages.

NOS FORMULES

Aventure nautique

Pour les 11-15 ans, nous proposons des séjours de 3 à 5 heures de navigation par jour environ, rythmées par des excursions.

Séjours formation voilier

Pour les 11-17 ans, la navigation s'étend de 3 à 8 heures par jour également rythmées par des excursions. Une nouvelle offre de séjours qui permet aux ados d'intégrer un vrai parcours de formation pour devenir moniteur.



Nos chefs de bord ont sélectionné des sites d'exception et des zones de navigation sécurisées pour que les jeunes puissent aborder à leur rythme cette activité en toute liberté. Votre enfant apprend à naviguer, améliore sa technique et partage des moments forts avec son équipage à bord d'un voilier habitable.



NOS COUPS DE CŒUR

// Objectif voilier niveau 1 Formation voilier

Lorient Bretagne sud
ou Toulon

11-13 ANS 14-17 ANS

Navigation de 3 à 8h par jour environ en fonction de l'âge des enfants. Programme pour découvrir et expérimenter les manœuvres courantes :

- Découvrir les allures principales près/travers/grand large et leurs repères.
- Expérimenter les actions : je loffe / je borde - j'abats / je choque.
- Régler la voile à toutes les allures.
- Participer à l'amarrage, et expérimenter avec le moniteur.
- Tester la manœuvre : trajectoire ou propulsion.

▶ 7 jours à partir de **760 €**
hors transport

// Objectif voilier niveau 2 Formation voilier

Lorient Bretagne sud
ou Toulon

14-17 ANS

Navigation de 6 à 8h environ par jour, rythmées par des excursions pour préparer les manœuvres et construire les repères aux vents :

- Reconnaître le balisage courant.
- Maîtriser des gestes techniques et réaliser en situation les nœuds indispensables.
- Construire ses repères d'allures et devenir équipier sur les différentes manœuvres.
- Arrêter le bateau et mettre en marche le moteur.
- S'initier aux techniques de récupération d'objets flottants.

▶ 7 jours à partir de **760 €**
hors transport

// Croisière voilier îles et cap de la Côte d'Azur - aventure nautique

Toulon

11-15 ANS

Navigation de 3 à 5h par jour environ, rythmées par des excursions :

- Explorer les calanques et les criques et observer les étoiles le soir au mouillage.
- Découvrir le milieu marin en toute sécurité pour aller à la rencontre des dauphins.
- Profiter de la côte méditerranéenne qui offre une quantité de mouillages idylliques entre le Golfe de Saint-Tropez, les îles de Porquerolles et de Port-Cros.

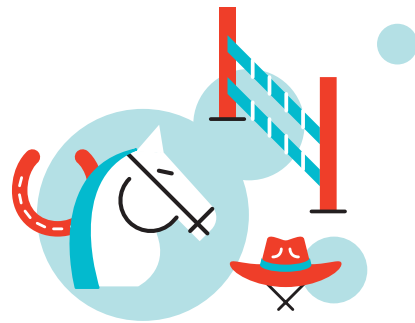
▶ 7 jours à partir de **855 €**
hors transport

Mettez les voiles, ça se passe à tribord!

Retrouvez tous nos séjours "Croisière" & nos offres transport sur UCPA.com



Équitation



DES SÉJOURS ADAPTÉS À TOUS LES NIVEAUX POUR FAIRE SES PREMIERS PAS À PONEY OU VIVRE PLEINEMENT SA PASSION.

LES + UCPA

- ▶ Une cavalerie choisie et en phase avec le niveau et les ambitions de l'enfant.
- ▶ Des centres équestres et du matériel de qualité, situés sur des spots d'exception.
- ▶ Une pédagogie individualisée, adaptée à la progression et au rythme de l'enfant.
- ▶ La possibilité de passer des galops selon les sites.

NOS FORMULES

Équitation

5 séances d'équitation encadrées par un moniteur d'équitation, complétées par des activités ludiques variées.

Full Équitation

8 à 9 séances d'équitation complétées par des séances d'hippologie. Pour les 11-17 ans, cette formule se décline en Full Équitation CSO ou Équitation performance et intègre une initiation à la compétition à dominante "concours de saut d'obstacles".

Aventure équestre

Alternance de cours en manège et balades autour du centre équestre avant le départ pour une randonnée de deux ou plusieurs jours en fonction de la tranche d'âge de votre enfant.

NOUVEAUTÉ



VIVEZ UNE SEMAINE D'IMMERSION ÉQUESTRE !

Au cœur d'un centre équestre UCPA, nos séjours Caval'Camp permettent aux cavaliers confirmés ou débutants de passer une semaine au plus près des chevaux et poneys. Au programme: 9 séances d'équitation dont 1 d'hippologie, topos moniteurs, veillées et animations à thème.



Du niveau débutant jusqu'à la compétition, les moniteurs passionnés de l'école d'équitation de l'UCPA accompagnent vos enfants dans leur progression.

Nos séjours sont construits pour leur permettre de s'épanouir à cheval dans une bonne ambiance grâce à une pédagogie qui fait le lien entre l'apprentissage en manège et les balades ou randonnées mais également grâce à la participation à la vie du centre équestre.

NOS COUPS DE CŒUR

// Full équitation Avignon

11-14 ANS

9 séances d'équitation + hippologie + baignade + 1 sortie au festival d'Avignon (uniquement au mois de juillet). Participation aux soins du cheval et approche ludique de l'activité.

▶ 7 jours à partir de **775 €**
hors transport



// Full équitation poney Quimper

9-11 ANS

9 séances d'équitation + hippologie + découverte de la cité balnéaire de Bénodet avec baignade en mer.

▶ 7 jours à partir de **715 €**
hors transport

// Full équitation CSO Saint-Médard en Jalles

11-13 ANS 14-17 ANS

À partir du Niveau galop 4
9 séances d'équitation orientées CSO (saut d'obstacles) dont 4 topos d'hippologie + 1 journée à Lacanau avec la sortie en ville et l'entrée à l'Aqua Park + 1 entrée piscine de Saint-Médard.

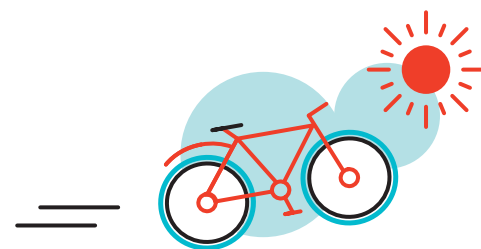
▶ 7 jours à partir de **760 €**
hors transport

Mettez le pied à l'étrier et hop au galop!

Retrouvez tous nos séjours "Équitation" & nos offres transport sur [UCPA.com](https://www.ucpa.com)



VTT



UN SÉJOUR POUR DÉVELOPPER SES QUALITÉS TECHNIQUES DE PILOTAGE ET DÉCOUVRIR DES SITES INCONTOURNABLES, QUE CE SOIT EN VTT DE DESCENTE, D'ENDURO OU FREERIDE.

LES + UCPA

- ▶ Des vélos choisis pour le type de pratique et de terrain et un équipement de protection complet.
- ▶ Les plus beaux singles choisis par nos moniteurs experts.
- ▶ Des pratiques et des apprentissages en groupes de niveau.
- ▶ Une pédagogie basée sur la réussite, le plaisir et le partage des émotions.
- ▶ Des apports de connaissances sur l'environnement des pratiques : cartographie, mécanique, environnement naturel...

NOS FORMULES

Full VTT descente ou enduro

9 à 10 séances de VTT pour débutant ou initié.

VTT descente ou enduro / Multisports

5 à 6 séances de VTT complétées par 4 à 5 séances d'activités sportives variées.



Grâce aux moniteurs de l'école de pilotage, votre enfant vit des sensations fortes sur des pistes adaptées et sécurisées, s'aventure sur des terrains variés, joue avec les reliefs et les modules.



NOS COUPS DE CŒUR

// VTT Freeride École de Pilotage / Multisports Embrun

9-11 ANS 11-13 ANS

5 séances de VTT + 1 parcours accrobranche + 1 course d'orientation + 1 minigolf + 1 sortie à l'aquaparc.

▶ 7 jours à partir de **749 €**
hors transport

// Full VTT Descente Tignes

13-17 ANS

9 séances de VTT + 1 sortie au Water Jump.

▶ 7 jours à partir de **815 €**
hors transport

// Full VTT All Mountain Les Arcs

14-17 ANS

10 séances de VTT sous forme de 2 sorties à la journée et 3 journées en itinérance.

▶ 7 jours à partir de **740 €**
hors transport

Vous êtes sur la bonne piste!

Retrouvez tous nos séjours "VTT" & nos offres transport sur [UCPA.com](https://www.ucpa.com)



Escalade



GRIMPER EN PLEINE NATURE, PARTAGER DE BELLES ÉMOTIONS, TROUVER LA MEILLEURE VOIE ET ATTEINDRE AVEC FIERTÉ LE SOMMET DE LA FALAISE.

LES + UCPA

- Un matériel spécifique de qualité pour grimper en toute sécurité (chaussons, baudrier, dégaines, casque, corde).
- Une pédagogie qui conjugue plaisir, progrès et sécurité. Des émotions partagées avec ses compagnons de cordée.
- Des salles d'escalade dans certains villages sportifs et des sites naturels d'exception. Des falaises adaptées au niveau des enfants.

NOS FORMULES

Full escalade

Selon le niveau de votre enfant, ce séjour intègre 10 séances ou 5 journées d'escalade pour en apprendre toutes les subtilités.

Escalade

5 séances d'escalade complétées par des activités sportives et ludiques selon la destination.

Multi escalade

Escalade, via ferrata, accrobranche. Ces séjours intègrent 4 à 5 séances de grimpe complétées par des activités ludiques.



Nos moniteurs passionnés transmettent à votre enfant toutes les clés pour débiter et bien progresser : manie- ment du matériel, manips de sécurité, gestuelle, capa- cité de concentration, équi- libre, confiance en soi.



NOS COUPS DE CŒUR

// Escalade

Orpierre

9-11 ANS 11-13 ANS 14-17 ANS

5 séances d'escalade + 1 parcours accrobranche avec tyrolienne géante + jeux de pistes et d'équilibre + laser game en forêt + baignades à la piscine ou au lac du Rioux + aquaparc.

- 7 jours à partir de **625 €** hors transport

// Escalade/Multisports

Les Contamines

11-15 ANS

5 séances d'escalade en falaise école + 5 de multisports.

- 7 jours à partir de **845 €** hors transport

NOUVEAUTÉ



L'UCPA est partenaire du réseau solidaire de salles d'escalade "The Roof".

Vivez une expérience unique avec de l'escalade de bloc, des événements sportifs, culturels et un bar-restaurant en circuit court. Déjà 5 salles à Rennes, Brest, Poitiers, Le Havre, Bayonne. Et 3 autres à venir : Toulouse, Albi, Valence.



Vous êtes dans les cordes!

Retrouvez tous nos séjours "Escalade" & nos offres transports sur [UCPA.com](https://www.ucpa.com)

Alpinisme



UNE EXPÉRIENCE UNIQUE DE DÉPASSEMENT DE SOI ET D'ENTRAIDE DANS L'UNIVERS UNIQUE DE LA HAUTE MONTAGNE.

LES + UCPA

- L'école d'alpinisme UCPA : un encadrement professionnel assuré par des guides et aspirants guides de haute montagne, experts de leur région.
- Matériel haut de gamme et récent.
- Acteur, votre enfant évolue en « cordée autonome » sous la conduite et les conseils du guide.
- Des séjours au cœur du massif du Mont-Blanc.

NOS FORMULES

Alpinisme spécial débutant ou évolution

5 journées d'alpinisme au programme adapté au niveau de votre enfant.

Multi alpinisme

5 journées de découverte de la haute montagne par différentes approches (alpinisme, escalade, randonnée glaciaire).



Nos guides de haute montagne transmettent aux enfants les bases de l'alpinisme pour évoluer en toute sécurité. Au programme : neige, rocher et glace, nuit en refuge et ascension en haute montagne. Une belle expérience collective!



NOS COUPS DE CŒUR

// Alpinisme spécial débutant

Argentière

14-17 ANS

5 journées d'alpinisme.

- 7 jours à partir de **845 €** hors transport

// Alpinisme évolution

Argentière

14-17 ANS

Niveau 2

5 journées d'alpinisme.

- 7 jours à partir de **910 €** hors transport

// Alpinisme spécial débutant Massif des Écrins

Serre Chevalier

16-17 ANS

5 journées d'alpinisme.

- 7 jours à partir de **845 €** hors transport



Cap sur les plus beaux sommets!

Retrouvez tous nos séjours "Alpinisme" & nos offres transport sur [UCPA.com](https://www.ucpa.com)

Randonnée

PARTAGER LES PLAISIRS DE L'ITINÉRANCE, DES BIVOUACS, DE L'AVENTURE EN PETIT GROUPE. DES SURPRISES EN PERSPECTIVE, AVEC PEUT-ÊTRE LE CHAMOIS AU RENDEZ-VOUS...

LES + UCPA

- Pour les circuits en France, tout le matériel est fourni : chaussures de randonnée, sac à dos et autre matériel technique.
- Des séjours itinérants et des bivouacs en pleine nature.
- Une logistique rodée et sécurisée.
- Des moments partagés de retour à l'essentiel.

NOS FORMULES

Nos séjours "aventure pédestre" allient journées de randonnée et bivouac. Selon les programmes, la semaine est organisée pour faire découvrir à votre enfant de grands espaces en vivant ses premières expériences en refuge.



UNE ITINÉRANCE

Lever le camp, atteindre un panorama et rester sans voix devant la beauté du paysage

S'encourager les uns les autres pour atteindre un objectif commun

Se découvrir des ressources physiques et mentales insoupçonnées



Marcher avec l'UCPA, c'est partager une aventure "Grandeur Nature" avec d'autres jeunes, découvrir la faune et la flore et tous les secrets de la montagne grâce à un accompagnateur ou guide passionné, et vivre une incroyable aventure humaine en petit groupe.

NOS COUPS DE CŒUR

// Mon premier trek au pays du Mont-Blanc Les Contamines

11-15 ANS

Au cœur d'un massif prestigieux, ce trek initiatique et facile vous permettra la découverte en douceur de la randonnée. Randonnez dans un cadre grandiose en alternant nuit au village sportif ou en refuge et bivouac.

- 7 jours à partir de **760 €** hors transport

// Easy trek au pays des lacs Les Orres

14-17 ANS

La vallée de la Clarée, est un joyau sauvage au cœur des Alpes du Sud : La réputation de ses nombreux lacs de montagne, de ses torrents cristallins et de ses sommets qui tutoient les 3000 mètres d'altitude n'est plus à faire. La proximité de confortables refuges en fait un terrain idéal pour une première expérience de randonnée en itinérance, ou pour venir apprécier un nouveau massif en douceur pour les habitués.

- 7 jours à partir de **655 €** hors transport

// Grand tour de la Vanoise Les Arcs

15-17 ANS

Le Parc de la Vanoise (1^{er} parc national de France) est le massif rêvé pour la pratique du trek : une faune et une flore préservées, entre marmottes et plaines d'alpages.

Après 2 journées de randonnée autour des Arcs, départ pour un raid itinérant de refuge en refuge de 10 jours. LA vraie aventure !

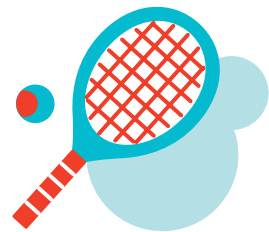
- 14 jours à partir de **1195 €** hors transport

Suivez le guide!

Retrouvez tous nos séjours "Randonnée" & nos offres transports sur [UCPA.com](https://www.ucpa.com)



Tennis



LE PLAISIR DU JEU POUR DÉBUTER, SE PERFECTIONNER ET PARTAGER SA PASSION DU SPORT AVEC D'AUTRES JEUNES DANS LES PLUS BEAUX ENDROITS.

LES + UCPA

- ▶ Des moniteurs diplômés d'État ou en cours de formation.
- ▶ Des équipements de qualité sur de belles destinations à la mer, à la montagne et à la campagne.
- ▶ Du matériel adapté au niveau de votre enfant.
- ▶ Un enseignement axé sur la progression de votre enfant avec des supports pédagogiques novateurs et des ateliers individualisés.

NOS FORMULES

Full Tennis

10 séances de tennis, de tournois et de jeu libre.

Tennis / Multisport

5 séances de tennis complétées par des activités sportives.

Full Tennis Matches Officiels FFT

5 séances de tennis (techniques et tactiques) et un minimum de 4 matchs officiels FFT pour améliorer son classement FFT.



Que votre enfant soit débutant ou compétiteur, nos moniteurs experts proposent des cours collectifs adaptés aux envies de chacun. Les jeunes prennent du plaisir à améliorer leur technique et se défient dans la bonne humeur.

NOS COUPS DE CŒUR

// Tennis/Multisports

Valloire

9-11 ANS 11-14 ANS

5 séances de tennis + 5 de multisports.

- ▶ 7 jours à partir de **560 €** hors transport

// Full Tennis

Bois-le-Roi

6-11 ANS 11-17 ANS

10 séances de tennis + tournois + jeu libre.

- ▶ 7 jours à partir de **740 €** hors transport

// Tennis -

Padel/Multisports

Lacanau Beach

11-14 ANS

2 séances de padel + 2 de tennis + 1 de beach tennis + ping-pong + beach sports + 2 entrées à l'espace aquatique + slackline + balance board + grands jeux dans la pinède.

- ▶ 7 jours à partir de **715 €** hors transport

La balle est dans votre camp...

Retrouvez tous nos séjours "Tennis" & nos offres transport sur [UCPA.com](https://www.ucpa.com)



Danse



ÉVEILLEZ LA PASSION DE LA DANSE AVEC NOS SÉJOURS : UN ÉTÉ EN RYTHME ET EN MOUVEMENT.

LES + UCPA

- ▶ Des moniteurs diplômés spécialistes.
- ▶ Des salles de danse adaptées.
- ▶ Création de la choré de la semaine.

NOS FORMULES

Hip-Hop

5 séances de danse hip-hop + multisports.

Modern'jazz

5 séances de danse Modern'jazz + multisports.

Breakdance

Entre 5 et 9 séances de breakdance.



Breakdance, Hip-Hop, et modern'jazz... Vos enfants vont découvrir comment bouger sur les musiques de leurs groupes préférés! Une vraie dépense énergétique en perspective.

NOS COUPS DE CŒUR

// Full Breakdance

Château des Vaux

8-11 ANS 11-15 ANS

9 séances de breakdance (forme d'expression artistique qui combine la danse, la musique et la culture hip-hop).

- ▶ 7 jours à partir de **625 €** hors transport

// Danse Hip-Hop /

Multisports

Valloire

9-11 ANS 11-14 ANS

5 séances de danse hip-hop + 5 de multisports. La culture hip-hop enrichit l'esprit aussi bien que le corps. Votre enfant va comprendre l'univers musical proposé, voire même faire de la musique avec ses mains et ses pieds!

- ▶ 7 jours à partir de **460 €** hors transport

// Grande escapade Danse

Street Jazz / Multisports

La Plagne

11-17 ANS

5 séances de Danse Modern'jazz + 1 de tir à l'arc + 1 de bowling + 1 de slackline ou 1 séance de stretching + 1 d'accro-benji + 1 baignade en plan d'eau ou piscine + 1 demi-journée de randonnée pédestre.

- ▶ 7 jours à partir de **425 €** hors transport

Entrez dans la danse!

Retrouvez tous nos séjours "Danse" & nos offres transport sur [UCPA.com](https://www.ucpa.com)

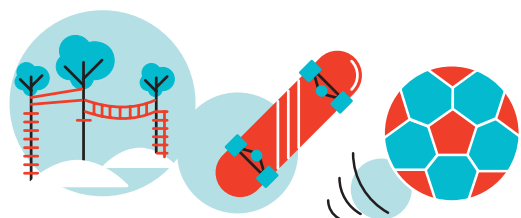


Sports urbains

TROTTINETTE, TROTTINETTE FREESTYLE, SKATEBOARD... UNE SEMAINE DE PURES SESSIONS POUR AMÉLIORER SA TECHNIQUE ET SON STYLE AVEC NOS MONITEURS RIDERS PASSIONNÉS !

LES + UCPA

- Une pratique accessible à tous.
- Un apprentissage axé autant sur la progression technique que sur le vivre-ensemble.
- Des installations originales et sécurisées et du matériel de grande qualité.
- Une pédagogie individualisée, adaptée à la progression de votre enfant et à son rythme.



De pures sessions attendent vos enfants ! Nos moniteurs ont plein de petits "tips" à leur partager pour les faire progresser !

NOS COUPS DE CŒUR

// Trottinette Freestyle Camp

Bois-le-Roi

9-13 ANS

10 séances de trottinette en Flowpark + bowl + street path.

- 7 jours à partir de **595 €** hors transport

// Multi'ride

La Plagne

11-13 ANS

6 séances de glisse urbaine : en trottinette + waveboard ou roller + RDV au pumptrack, au skatepark ou encore au bikepark de La Plagne + 4 séances de multisports (1 d'accrobranche + 1 de sport collectif + 1 de tir à l'arc + 1 baignade).

- 7 jours à partir de **610 €** hors transport

NOUVEAUTÉ

Nouveaux concepts de salles de sport au cœur des villes :

- Découvrez nos nouveaux complexes aquatiques et salles de sport en plein cœur des villes : Paris, Meudon, Nantes, Reims, Bordeaux...
- Des lieux de vie idéals pour tous : familles, enfants, ados, adultes.

UCPA
SPORT
STATION

UCPA AQUA
STADIUM

Suivez le flow...

Retrouvez tous nos séjours "Sports urbains" & nos offres transport sur [UCPA.com](https://www.ucpa.com)



Parkour



DES SÉJOURS POUR DÉCOUVRIR L'UNIVERS DU PARKOUR DANS UN CADRE NATUREL MAGNIFIQUE !



L'UCPA poursuit sa mission de rendre accessible tous les sports au plus grand nombre de jeunes. L'esprit original du Parkour permet aux jeunes de faire du monde un terrain de jeu grandeur nature. Nos moniteurs passionnés les accompagnent dans leur quête de liberté et leur enseignent l'art de se déplacer et de se dépasser !

NOS COUPS DE CŒUR

// Parkour/Multisports

Valloire

9-11 ANS 11-14 ANS

5 séances de parkour + 2 de hip-hop + 3 de multisports.

- 7 jours à partir de **640 €** hors transport

// Parkour/Multisports

Saint-Cyprien

11-15 ANS

5 séances de Parkour + 5 séances multisports dont 1 sortie au Water Jump d'Argelès-sur-Mer (uniquement l'été) ou 1 sortie accrobranche (uniquement pendant les vacances de Pâques ou de Toussaint).

- 7 jours à partir de **760 €** hors transport

// Parkour/Multisports

Bénodet

11-13 ANS 13-17 ANS

4 séances de parkour + 1 de Jump park (trampoline) 1 de stand up paddle + 1 de slackline + 1 de beach sports + 1 parcours accrobranche + 1 olympiade.

- 7 jours à partir de **745 €** hors transport

Le plus court pour le parkour, c'est par ici !

Retrouvez tous nos séjours "Parkour" & nos offres transport sur [UCPA.com](https://www.ucpa.com)



Multisports & anglais

DES SÉJOURS QUI COMBINENT APPRENTISSAGE DE L'ANGLAIS ET ACTIVITÉS DE PLEINE NATURE.

LES + UCPA

- ▶ Une pédagogie basée sur l'oralité et le ludique.
- ▶ Des formateurs certifiés et qualifiés dans la langue pour les séjours avec cours de langue.
- ▶ Des activités sportives encadrées par des moniteurs UCPA.
- ▶ Des petits groupes de 12 enfants.
- ▶ Des séjours sport et anglais en France.

NOTRE FORMULE DE SÉJOUR EN FRANCE

Des séjours élaborés en partenariat avec Berlitz, spécialiste de l'apprentissage linguistique :

English Camp

Ces séjours allient cours de langue dispensés par des formateurs Berlitz et activités sportives encadrées par des moniteurs UCPA. L'apprentissage de l'anglais passe par des cours ludiques en petits groupes dans un contexte de colo UCPA pour prendre confiance à l'oral.



L'UCPA propose des séjours sport et anglais en France afin que votre enfant prenne plaisir à parler dans une autre langue avec son groupe, ses professeurs, animateurs ou moniteurs tout en restant proche de chez vous.

L'apprentissage de la langue passe par la pédagogie Berlitz reconnue avec :

- ▶ Des formateurs certifiés.
- ▶ Une évaluation au début et à la fin du séjour.
- ▶ Des mises en situation ludiques pour améliorer son expression orale.



English Camp

Des colos sportives, ludiques et enrichissantes proposées sur des villages sportifs UCPA en France. 3 destinations sont proposées en pleine nature : proche de Paris et en bord de mer.

8-11 ANS 11-15 ANS

Vacances scolaires de printemps, d'été et d'automne - 7 jours
Une formule de séjour idéale pour combiner une colo sportive UCPA et des cours de langue par des formateurs experts de l'école de langues Berlitz. Votre enfant développe ses compétences linguistiques tout en pratiquant plein d'activités sportives avec d'autres jeunes de la même tranche d'âge.

Votre enfant bénéficie de 15h de cours d'anglais en petit groupe dispensés par des formateurs Berlitz et de 4 à 5 séances d'activités sportives, encadrées par des moniteurs ou animateurs UCPA.

- ▶ 7 jours à partir de **725 €** hors transport



Speak up and get fit!

Retrouvez tous nos séjours "English Camp" & nos offres transport sur [UCPA.com](https://www.ucpa.com)



Séjours à l'inter- national



Un monde à explorer



LA DÉCOUVERTE D'UN PAYS À TRAVERS DES ACTIVITÉS SPORTIVES ET CULTURELLES.

Un séjour à l'étranger avec l'UCPA sera l'occasion pour votre adolescent d'allier les bénéfices d'une colonie de vacances à la découverte d'un pays et d'une culture.

Explorer le monde, s'immerger dans la culture d'un pays, pratiquer du sport sur des spots réputés, découvrir des lieux touristiques, nouer des liens avec les autres adolescents... Autant de raisons pour que votre ado revienne enrichi de son voyage.



Les + des voyages UCPA

- ▶ Des équipes expérimentées et formées qui connaissent les destinations.
- ▶ Des petits effectifs avec un adulte pour 8 jeunes, un accueil des enfants et des parents au départ de Paris.
- ▶ Une appli pour suivre les aventures du groupe.

Découvrez nos 3 thématiques de voyages

- ▶ Voyages Sport et découverte
- ▶ Voyages Full Sport
- ▶ Voyages Immersion Nature



Sport & découverte

DES VOYAGES INOUBLIABLES QUI COMBINENT DÉCOUVERTE D'UN PAYS ET PRATIQUE D'ACTIVITÉS SPORTIVES POUR DÉCOUVRIR LE MONDE AUTREMENT.



LES + UCPA

- ▶ Tous les bénéfices d'une colonie de vacances et la découverte d'un pays et d'une culture.
- ▶ Plusieurs activités sportives pour s'initier et prendre du plaisir.
- ▶ Un programme conçu pour s'immerger dans la culture du pays.

NOS COUPS DE CŒUR SPORT & DÉCOUVERTE

// Les Cyclades d'île en île Grèce

14-17 ANS

Juillet & Août

Des activités sportives variées entre randonnée, baignade et sports nautiques dans des eaux cristallines.

Hébergement : camping, auberge de jeunesse ou hôtel de confort simple.

Repas : préparés par le groupe et petits restaurants occasionnels.

- ▶ 15 jours à partir de **1960 €** au départ de Paris

// Almirida la douce Crète

14-17 ANS

Juillet

Un cocktail d'activités sportives et de découvertes entre terre et mer, sur l'île de Crète.

Hébergement : hôtel confortable avec piscine.

Repas : à l'hôtel et petits restaurants occasionnels.

- ▶ 8 jours à partir de **1660 €** au départ de Paris

// Sardaigne - Corse: belles îles de Méditerranée Italie - France

14-17 ANS

Juillet & Août

Un circuit sur deux îles incontournables de la Méditerranée.

Hébergement : camping

Repas : préparés par le groupe et petits restaurants occasionnels.

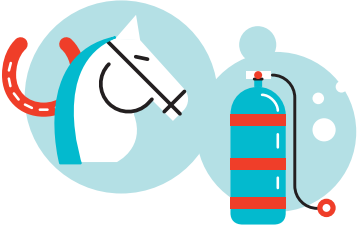
- ▶ 15 jours à partir de **1890 €** au départ de Paris

Le monde est votre plus beau terrain de jeu

Retrouvez ces séjours "Sport & découverte" & nos offres transport sur [UCPA.com](https://www.ucpa.com)



Full Sport



VIVRE SA PASSION SPORTIVE, PRATIQUER SON ACTIVITÉ PRÉFÉRÉE SUR DES SPOTS DE GRANDE RENOMMÉE ET PROFITER DE CONDITIONS DE PRATIQUE IDÉALES !



NOS COUPS DE CŒUR FULL SPORT

// Chevauchée berbère Maroc

14-17 ANS

Juillet
Une itinérance équestre sur les contreforts du Haut-Atlas marocain, dans un cadre unique pour une expérience inoubliable.
Hébergement : bivouac et éco-lodge
Repas : sur place.

- ▶ 10 jours à partir de **1910 €** au départ de Paris

// Full Skate à Berlin Allemagne

14-17 ANS

Août
Un séjour pour progresser sur les plus beaux skate-parks de Berlin en s'immergeant dans la culture urbaine de cette capitale qui respire le skate.
Hébergement : auberge de jeunesse.
Repas : préparés par le groupe et petits restaurants occasionnels.

- ▶ 7 jours à partir de **1195 €** au départ de Paris

// Plongée et découverte Malte

14-17 ANS

Juillet et août
Un séjour plongée à Malte, 5 séances encadrées et une journée d'excursion sur l'île de Comino.
Hébergement : hôtel de confort simple.
Repas : préparés par le groupe et petits restaurants occasionnels.

- ▶ 8 jours à partir de **1660 €** au départ de Paris



LES + UCPA DU FULL SURF

- ▶ 9 à 10 séances de surf sur la semaine.
- ▶ Pour tous les niveaux.
- ▶ Moniteurs qualifiés et passionnés.
- ▶ Des spots et des conditions idéales pour progresser.

NOS COUPS DE CŒUR FULL SURF

// Full Surf en Espagne 14-17 ANS

Juillet et août
9 séances de surf et visite d'un shaper local pour connaître les étapes de fabrication d'une planche, visite de Bilbao.
Hébergement : hôtel de confort simple.
Repas : à l'hôtel et petits restaurants occasionnels.

- ▶ 7 jours à partir de **1440 €** au départ de Paris

// Full Surf au Portugal 14-17 ANS

Juillet
10 séances de surf sur les spots de la région de Peniche et 1 journée à la découverte de Lisbonne.
Hébergement : hôtel de confort simple.
Repas : préparés par le groupe et petits restaurants occasionnels.

- ▶ 8 jours à partir de **1540 €** au départ de Paris

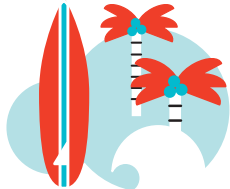
// Full Surf au Maroc 14-17 ANS

Juillet
10 séances de surf, visite du souk d'Agadir et du village de pêcheur de Taghazout.
Hébergement : hôtel de confort simple.
Repas : à l'hôtel et petits restaurants occasionnels.

- ▶ 8 jours à partir de **1300 €** au départ de Paris

Vivez à 100 % votre passion!

Retrouvez tous nos séjours "Full Sport" & nos offres transport sur [UCPA.com](https://www.ucpa.com)



Immersion nature

VIVRE UNE IMMERSION DANS UN CADRE NATUREL UNIQUE ET PARTAGER UNE AVENTURE COLLECTIVE RESSOURÇANTE.



LES + UCPA

- ▶ Des destinations sélectionnées pour leurs espaces naturels.
- ▶ Des activités sportives pour s'immerger dans la nature.
- ▶ Des programmes conçus pour se faire du bien et respirer.

NOS COUPS DE CŒUR IMMERSION NATURE

// Immersion sport et nature Canada

14-17 ANS

Juillet et août

Un séjour alliant activités sportives, immersion dans les sites naturels du Canada et découverte de Montréal et Québec.

Hébergement : camping, auberge de jeunesse et chalet.

Repas : préparés par le groupe et petits restaurants occasionnels.

- ▶ 12 jours à partir de **2300 €** au départ de Paris

// Aventure suédoise Suède

14-17 ANS

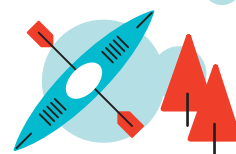
Juillet et août

Un programme multisports au cœur de la Laponie pour découvrir la nature scandinave loin des hauts lieux touristiques.

Hébergement : camping, refuge et auberge de jeunesse.

Repas : préparés par le groupe et petits restaurants occasionnels.

- ▶ 12 jours à partir de **2070 €** au départ de Paris



RECOMMANDÉ PAR
PHOSPHORE
LA MAGIE DU TELLUR

DES VOYAGES INOUBLIABLES & RESPONSABLES

// Le train du cercle polaire Suède

14-17 ANS

Juillet et août

À travers ce voyage exclusivement en train, de jour comme de nuit, ce circuit propose une aventure unique jusqu'au cercle polaire, là où le soleil ne se couche pas. Depuis Paris, en passant par Stockholm, ce séjour traverse la Suède à bord du train historique du cercle polaire, pour vivre une immersion unique dans la nature préservée suédoise, rencontrer le peuple des Samis ou pratiquer une activité sous le soleil de minuit.

- ▶ 14 jours à partir de **2349 €** au départ de Paris



// La Hollande à vélo Pays-Bas

14-17 ANS

Juillet et août

Découvrez la Hollande à vélo en partant d'Amsterdam. L'itinéraire du séjour propose de faire le tour de l'IJsselmeer, domaine unique en Hollande pour la beauté de ses paysages, des villages de pêcheurs typiques et des petites villes. Ce circuit vélo allie initiatives protégeant l'environnement et sport au cœur du pays de la tulipe. Prêt à pédaler ?

- ▶ 14 jours à partir de **1899 €** au départ de Paris



Sport into the wild

Retrouvez tous nos séjours "Immersion nature" & nos offres transport sur [UCPA.com](https://www.ucpa.com)



La formation BAFA à l'UCPA!

Votre ado souhaite donner un sens différent à ses vacances ? Dès 16 ans, il peut s'inscrire à la formation BAFA proposée à l'UCPA pour encadrer des enfants en centre de loisirs ou en colonie de vacances et leur faire vivre une aventure éducative unique !

Véritable atout personnel pour votre enfant, le BAFA est un premier pas dans le monde du travail qui va enrichir son parcours scolaire.

Au-delà du diplôme et d'un job rémunéré pendant les vacances, votre ado va développer un esprit d'équipe, assumer des responsabilités, développer sa créativité et apprendre des autres. Autant de compétences et de qualités très appréciées dans un parcours étudiant et sur un CV.



Une formation courte en 3 étapes

1- Session de formation (8 jours minimum)

2- Stage pratique (14 jours minimum)

3- Session d'approfondissement ou de qualification (6 à 8 jours minimum)

Les + UCPA

- La possibilité d'effectuer un cursus complet à l'UCPA.
- Plus de 15 thématiques d'approfondissement et de qualification BAFA (qualif surveillant de baignades, appro trek et bivouac...).
- Une habilitation nationale délivrée par le Ministère de l'Éducation Nationale et de la Jeunesse.
- Une équipe pédagogique composée de formateurs bienveillants et expérimentés.
- Des lieux de formation situés dans des environnements de pleine nature exceptionnels.
- Des apprentissages progressifs, des mises en situation ludiques, des applications pratiques des contenus abordés.

OFFERT : l'ouvrage "Devenir Animateur BAFA", écrit par nos équipes, aux Éditions Amphora.



Retrouvez tous nos séjours BAFA sur [UCPA.com](https://ucpa.com)

Dès 16 ans
à partir de
310€



Monde d'hier et d'ailleurs



Séjour linguistique



Nature & Aventures

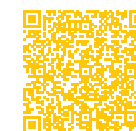
UCPA

vous fait découvrir les colos

Telligo

**Des séjours de vacances
pour les enfants et ados de 4 à 20 ans
passionnés et curieux !**

- Des colos à forte thématique pour vivre pleinement sa passion, Harry Potter, robots, animaux...
- Des séjours linguistiques en France ou à l'étranger pour améliorer son anglais tout en s'amusant.
- Un encadrement renforcé avec 1 adulte pour 5 à 7 jeunes.



Découvrez toutes nos colos et séjours sur **Telligo.fr**

Telligo est une marque
du groupe associatif UCPA



INFOS & RÉSERVATIONS

UCPa.com

09 69 390 392 (Prix d'un appel local)

De 9h à 19h du lundi au vendredi et de 9h à 17h le samedi.

UCPA SPORT STATION HOSTEL PARIS

28 allée R. Dieng-Kuntz
75019 Paris

UCPA SPORT STATION NANTES

9 bld de Berlin
44000 Nantes

UCPA SPORT STATION BORDEAUX

10 rue C. Chaigneau
33100 Bordeaux

NOS RELAIS EN RÉGION

MOOV'TRAVEL

152 rue Pierre Mauroy
59000 Lille

CRIJ OCCITANIE

17 rue de Metz
31000 Toulouse

UCPa

Association sportive à but non lucratif reconnue d'utilité sociale.