

Programme Clubs - "Formule Plongée auto-encadrée"

Atlantique - Sal - Cap Vert



Immergez-vous dans l'ambiance cap-verdienne !

Au cœur de l'Atlantique, les îles du Cap-Vert abritent des fonds marins d'une richesse insoupçonnée, baignés toute l'année par une eau dépassant les 20°C.

Cet archipel volcanique offre une diversité de paysages sous-marins qui ravira les plongeurs. Entre les plateaux rocheux comme celui de **Choclassa**, les bancs de sable immergés et les tombants vertigineux, chaque immersion révèle un nouveau décor. Lors de vos explorations, vous aurez peut-être la chance de croiser des carangues vives, des murènes tapies dans les anfractuosités, des langoustes curieuses, de majestueux poissons-perroquets aux couleurs éclatantes, et même, avec un peu de chance, des tortues en quête de nourriture ou des requins inoffensifs, discrets, habitants de ces eaux. La visibilité y est souvent excellente, ce qui permet d'admirer pleinement la vie marine et les reliefs volcaniques. Le Cap-Vert est une destination idéale pour plonger tout au long de l'année, avec une atmosphère authentique et préservée, loin des foules. Chaque plongée y devient une véritable exploration, entre nature sauvage et rencontres inoubliables.

LES + UCPA

- Hébergement confortable, à deux pas de la mer
- Piscine extérieure
- Des fonds marins riches et variés dans une eau à 23°C toute l'année
- Au programme : épave, murènes, poissons perroquets

Une modification de l'une de ces données économiques (carburants, redevances, taxes diverses, taux de change) pourra entraîner un réajustement de tarif avant ou après signature de votre groupe.

VOTRE CONTACT UCPA est à votre écoute du lundi au vendredi de 10h à 18h au 03 28 82 93 00 ou par email sophie@ucpa.asso.fr

LA DESTINATION

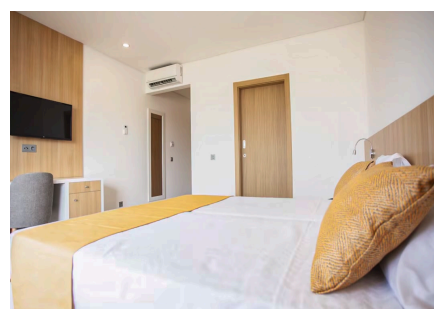
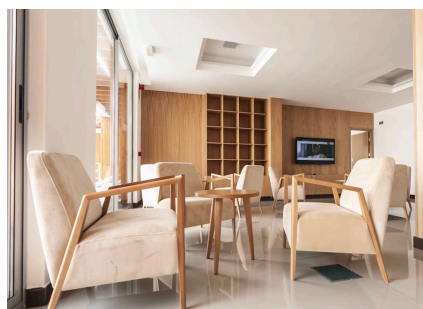


Entre plages de sable blanc et eaux cristallines, au cœur du village de Santa Maria, vous serez immergé dans la culture capverdienne à travers la musique, la danse et les marchés locaux.

À votre arrivée à Santa Maria, vous serez immédiatement séduit par la luminosité éclatante et la couleur cristalline de l'océan Atlantique. La vie s'organise ici autour de la mer : chaque matin, le ponton devient le cœur battant de la ville, animé par le retour des pêcheurs et le va-et-vient des habitants. Entre plages infinies, ambiance chaleureuse et authenticité capverdienne, Santa Maria offre un cadre unique où se mêlent détente, rencontres et découverte.

Le site UCPA

Le site UCPA vous accueille dans un petit hôtel de la ville de Santa Maria, qui vit au rythme de la pêche, avec la débarque tous les matins des thons et autres poissons. La douceur de cette ville, vous invite à laisser couler le temps au rythme de la musique assez proche des rythmes brésiliens.



L'hébergement

Vous serez logé à L'hôtel Da Luz, dans la ville de Santa Maria à deux pas de la plage. Les chambres de 2 à 4 personnes offrent un service hôtelier, draps et serviettes inclus, avec une salle de bain dans la chambre. Pour plus de confort vous pouvez réserver une chambre individuelle ou une chambre double (couple ou lits séparés). Vous apprécierez au retour d'activité l'espace piscine.

L'ambiance et l'après sport

A l'UCPA, les temps hors activités participent à des vacances réussies ! Après vos sessions de plongée, vous pourrez profiter de la piscine ou de l'ambiance de Santa Maria.

La restauration

Sur le village sportif UCPA, vous êtes en pension complète :

- Le petit-déjeuner buffet
- Le déjeuner est organisé selon l'activité
- Le dîner est servi à l'hôtel

Ce programme est donné à titre indicatif et est susceptible de changer pour s'adapter aux conditions de pratique des sports.

Une modification de l'une de ces données économiques (carburants, redevances, taxes diverses, taux de change) pourra entraîner un réajustement de tarif avant ou après signature de votre groupe.

VOTRE CONTACT UCPA est à votre écoute du lundi au vendredi de 10h à 18h au 03 28 82 93 00 ou par email sophie@ucpa.asso.fr

LA FORMULE PLONGÉE CLUB AUTO-ENCADRÉE

Plongez à la découverte de Sal !



Les conditions de plongée

Ce séjour est ouvert aux plongeurs équipés et auto-encadrés à partir du niveau 1 (CMAS, PADI...). Groupe constitué à partir de 10 participants minimum et 45 participants maximum. À partir de 18 ans, sans limite d'âge. Le Club organisateur de ce séjour assure l'encadrement de l'activité plongée et organise ses palanquées sous la responsabilité de son directeur de plongée (E3 au minimum - MF1).

- 10 plongées en mer en 5 jours sous la responsabilité de votre directeur de plongée.
Mise à disposition du bateau et du pilote.
- Brief avant chaque plongée par nos équipes locales sur les caractéristiques à connaître
- Prêt des blocs 12L et plombs
- Capacité du bateau de plongée : 3 bateaux de 15 plongeurs
- En supplément : l'UCPA peut vous proposer un Directeur de plongée

L'équipement

- Trois bateaux de 15 plongeurs
- Les blocs de 12 litres (sortie DIN ou étrier)
- En supplément : l'équipement individuel (masque, palmes, tuba, combinaisons, gilet de stabilisation, détendeur) n'est pas fourni dans ce séjour. Possibilité de le louer sur place.

Les spots à découvrir

Plonger à Sal, Cap-Vert, est une expérience inoubliable pour les amoureux des fonds marins. L'île, baignée par l'océan Atlantique, offre des eaux cristallines et une biodiversité exceptionnelle. Les récifs coralliens et les reliefs volcaniques créent un décor spectaculaire où évolue une faune riche et variée. Vous trouverez des spots accessibles depuis la côte ou en bateau, adaptés à tous les niveaux. Voici quelques sites incontournables :

Choclassa Reef : un récif vibrant, où l'on peut croiser des raies, des murènes et parfois des requins nourrices.

Kwarcit Wreck : une épave fascinante, refuge pour des bancs de carangues et de mérus.

Farol : situé près du phare, ce site présente des reliefs rocheux et une belle diversité de coraux mous.

Olho Azul : une grotte naturelle illuminée par un puits de lumière spectaculaire.

Ce programme est donné à titre indicatif et est susceptible de changer pour s'adapter aux conditions de pratique des sports.
Une modification de l'une de ces données économiques (carburants, redevances, taxes diverses, taux de change) pourra entraîner un réajustement de tarif avant ou après signature de votre groupe.

VOTRE CONTACT UCPA est à votre écoute du lundi au vendredi de 10h à 18h au 03 28 82 93 00 ou par email sophie@ucpa.asso.fr

LES PRESTATIONS

Inclus

- ☒ Hébergement à l'hôtel Da Luz
- ☒ La pension complète
- ☒ 10 plongées en mer
- ☒ Les blocs 12L et les plombs

Si vous réservez le transport aérien avec l'UCPA:

- ☒ Transport Aller / Retour en avion au départ de PARIS, incluant les taxes aéroport, le transfert entre l'aéroport et le site UCPA

Non Inclus

- ☐ Tout autre supplément non prévu au programme
- ☐ Les boissons, les dépenses personnelles et équipements personnels, les pourboires individuels
- ☐ Le matériel individuel (palmes, masque, tuba, combinaison, gilet de stabilisation, détendeur)
- ☐ Le supplément chambre double
- ☐ Le supplément chambre individuelle
- ☐ La réduction séjour libre "non plongeur"
- ☐ L'encadrement des plongées
- ☐ La mise à disposition d'un directeur de plongée
- ☐ Les plongées supplémentaires
- ☐ Les excursions supplémentaires proposées
- ☐ Possibilité de départ de province (sur demande)
- ☐ Le transfert si vol non pris avec UCPA
- ☐ L'assurance annulation / interruption de séjour, l'assistance rapatriement, frais de recherche et de secours, vol et détérioration de bagage

PRÉPARATION ET ORGANISATION

Début et fin du séjour

Vous n'avez pas réservé le vol et transfert avec l'UCPA:

- L'accueil à l'UCPA Sal se fait le premier jour à partir de 16h.
- Votre séjour se termine la semaine suivante à 11h.

Vous voyagez avec l'UCPA (vol + transfert):

- Départ : Paris vers Sal, horaires de vol connus quelques semaines avant.
- Retour : Sal vers Paris, horaires de vol connus quelques semaines avant.
- Compagnies aériennes: Transavia...
- Nombre de bagages et poids : Selon la compagnie aérienne utilisée, le poids des bagages autorisé pourra aller jusqu'à 20kg en soute et 5kg en cabine.

Ces informations sont données à titre indicatif et seront confirmées au moment de la réservation.

Ce programme est donné à titre indicatif et est susceptible de changer pour s'adapter aux conditions de pratique des sports.
Une modification de l'une de ces données économiques (carburants, redevances, taxes diverses, taux de change) pourra entraîner un réajustement de tarif avant ou après signature de votre groupe.

VOTRE CONTACT UCPA est à votre écoute du lundi au vendredi de 10h à 18h au 03 28 82 93 00 ou par email sophie@ucpa.asso.fr

Formalités administratives

Passeport indispensable, avec une date de validité de 6 mois minimum après la date de votre retour.

Données à titre indicatif pour les ressortissants français, au 18/01/2024. Vérification indispensable auprès du consulat un mois avant votre départ.

Depuis le 1er janvier 2019, les ressortissants Français (et les citoyens de toute l'Union Européenne) peuvent se rendre au Cap Vert sans visa pour un séjour d'un maximum de 30 jours. Attention : ce visa est remplacé par une formalité préalable de pré-enregistrement d'entrée sur le territoire capverdien, dont les modalités sont retracées sur la plateforme capverdienne dédiée www.ease.gov.cv

Cette démarche est à faire en ligne au moins 5 jours avant votre départ.

Une taxe de sécurité aéroportuaire (TSA) sera appliquée pour les vols internationaux : 35 US\$ (environ 31 euros), taxe à régler lorsque vous vous connecterez sur le site ci-dessus. Il est conseillé de conserver un justificatif du paiement de cette taxe afin de pouvoir le présenter, sur demande, à l'arrivée sur le territoire capverdien. Si le délai de préavis minimal de cinq jours susmentionné n'est pas respecté, le voyageur s'expose au risque que son paiement en ligne, quoique effectif, n'ait pas encore été pris en compte par la police aux frontières capverdienne. Dans ce cas, il devra payer à nouveau, à l'arrivée sur le territoire capverdien, la somme requise. Informations à retrouver sur le site "Conseils aux voyageurs" du Ministère des Affaires Étrangères.

Hôtel du premier soir que vous pourrez indiquer dans votre demande :

Hotel Da Luz - Santa Maria - Sal - Cap Vert

Pour tout autre renseignement, vous pouvez contacter :

Ambassade du Cap Vert - 3 Rue de Rigny - 75008 Paris - Tél. : 01 42 12 73 50

Ouvert de 9h à 13h lundi, mardi, jeudi et vendredi.

Courriel : ambassade-cap-vert2@wanadoo.fr

Formalités de santé

Certificat médical datant de moins d'un an attestant de non contre-indication à la pratique de la plongée.

Vaccins : aucune vaccination n'est obligatoire au Cap Vert, toutefois les vaccins universels doivent être à jour : DTP.

- La Dengue : cette maladie virale est transmise par les piqûres de moustiques. Il convient donc de respecter les mesures habituelles de protection (vêtements longs, produits anti moustiques à utiliser sur la peau et sur les vêtements, diffuseurs électriques, moustiquaires) et ce, de jour comme de nuit. La dengue pouvant prendre une forme potentiellement grave, il est vivement recommandé de consulter un médecin en cas de fièvre et de vérifier les médicaments déconseillés le cas échéant (aspirine, ibuprofène, etc.).

- Le virus Zika : le Cap-Vert est touché par le virus Zika. Cette maladie est transmise par les piqûres de moustiques de type Aedes. Des cas de transmission du virus par voie sexuelle ont également été rapportés. Les symptômes de la maladie sont généralement modérés (fièvre, maux de tête, douleurs articulaires, éruptions cutanées) et sont analogues à ceux observés au cours d'autres infections virales telles que la dengue.

Il est notamment recommandé à tous :

> de respecter les mesures habituelles de prévention des piqûres de moustiques (vêtements longs, répulsifs anti-moustiques, climatisation, moustiquaire), nuit et jour.

> de consulter un médecin en cas de fièvre survenant pendant le voyage ou dans les semaines qui suivent le retour en France.

Pharmacie personnelle conseillée : vos médicaments courants, médicament contre la douleur (type paracétamol), Antispasmodique (type Spasfon), Antiseptique (type Bétadine), Anti-inflammatoire, Arnica en gélules ou en stick, bandes, sparadraps et Elastoplaste. Il n'y a pas d'antibiotique courant dans la pharmacie UCPA, chaque participant devant apporter, s'il le souhaite, son propre traitement en fonction de sa tolérance.

Ce programme est donné à titre indicatif et est susceptible de changer pour s'adapter aux conditions de pratique des sports.

Une modification de l'une de ces données économiques (carburants, redevances, taxes diverses, taux de change) pourra entraîner un réajustement de tarif avant ou après signature de votre groupe.

VOTRE CONTACT UCPA est à votre écoute du lundi au vendredi de 10h à 18h au 03 28 82 93 00 ou par email sophie@ucpa.asso.fr

Important : Aucune assurance voyage complémentaire n'est incluse dans votre inscription. Nous vous rappelons qu'il est indispensable que vous ayez au minimum une garantie "soins médicaux à l'étranger" et une garantie "rapatriement" incluant les "frais de recherches et de secours".

Langue et monnaie

Le portugais est la langue officielle. À Sal, la devise est l'Escudo Cap Verdien mais vous pourrez payer en euros sur place.

La météo

Le site de Sal profite d'une météo clémente toute l'année. Hiver doux (en moyenne 22°C pour l'air et 24°C en mer en janvier) et été chaud (en moyenne la température de l'air est de 26°C et de 26°C en mer au mois d'août).

	janv	fév	mars	avril	mai	juin	juil	août	sept	oct.	nov.	déc.
Température mini	19°	19°	19°	20°	20°	22°	23°	24°	25°	24°	22°	21°
Température maxi	25°	25°	26°	26°	26°	27°	28°	30°	30°	30°	28°	26°
Température mer	24°	23°	23°	23°	23°	23°	25°	26°	27°	27°	26°	24°

Décalage horaire

Sal est dans la zone Atlantique, il y a un décalage horaire de - 3H de moins avec la France en été, - 2H en hiver.

Pourboires

Il n'y a pas de culture du pourboire au Cap Vert cependant lorsqu'un bon service est fourni, il est cordial de laisser une gratification.

Prévoyez environ 100€ pour les dépenses annexes durant votre séjour (cocktails, souvenirs...). Le coût de la vie au Cap Vert est moindre qu'en France.

Prises électriques

A Sal, les prises de courant sont compatibles avec les fiches mâles de nos appareils.

Equipement personnel à prévoir

Nous vous recommandons d'apporter :

- des chaussures de sport type tennis, pour vous balader, jouer au volley...
- un petit sac à dos de loisirs (capacité 25L environ).
- une gourde

Pour votre confort, nous vous recommandons d'apporter: une petite pharmacie (contre les blessures éventuelles), des médicaments personnels, des produits anti-moustiques, une lampe électrique (type poche).

Attention au soleil ! Emportez au moins : un tee-shirt à manches longues, chapeau ou casquette, lunettes de soleil (avec attaches), crèmes de protection pour le visage et les lèvres, et votre maillot de bain !

VOTRE CONTACT

Sophie - sophie@ucpa.asso.fr - 03 28 82 93 00

Ce programme est donné à titre indicatif et est susceptible de changer pour s'adapter aux conditions de pratique des sports.
Une modification de l'une de ces données économiques (carburants, redevances, taxes diverses, taux de change) pourra entraîner un réajustement de tarif avant ou après signature de votre groupe.

VOTRE CONTACT UCPA est à votre écoute du lundi au vendredi de 10h à 18h au 03 28 82 93 00 ou par email sophie@ucpa.asso.fr