

## Fiche de stage **CATA SPORTIF**



Période : Vacances de printemps et d'automne  
 Age : 13 - 16 ans  
 Niveau : 3 mini  
 Durée : 7 jours (du dimanche au samedi)  
 Lieu : Ile d'Arz  
 Bateau : Hobie Cat 15

### La différence Jeunesse et Marine

- Des vacances consacrées à la voile
- Des enfants responsabilisés
- Une prise en charge complète
- Un apprentissage de la vie ensemble

### Les caractéristiques du stage

Pour celles et ceux qui ont déjà de bonnes compétences en catamaran et qui souhaitent aller encore plus loin ! Ce stage leur permettra de continuer à se former pour être encore plus autonomes.

Au programme : perfectionnement des manœuvres, maîtrise du spi, rappel, choix de trajectoire, situation sur le plan d'eau...  
 Débriefing et théorie avec le moniteur compléteront les journées de navigation bien remplies.

#### Sur l'eau

Au programme de ce stage : optimisation de la vitesse et du contrôle du catamaran.

On y apprend comment optimiser la conduite à la barre et comment régler au mieux les voiles.

Si le temps le permet, les équipages s'initieront au spi.

Les séances se dérouleront matin et après-midi.

En fin de journée, suivant les envies du groupe, les stagiaires pourront naviguer sur de longs bords au rappel ou au trapèze ou se défier sur des petits parcours de régaté.

La vérification du bateau ainsi que la maîtrise de son gréage seront des étapes importantes dans la formation permettant d'augmenter le degré d'autonomie.

Débriefings et petits topos transformeront les expériences sur l'eau en connaissances.

#### Le plan d'eau

Le golfe du Morbihan est un plan d'eau abrité au climat doux et ensoleillé, c'est un endroit idéal pour l'apprentissage de la navigation au printemps et à l'automne.

#### A terre

La découverte, le respect et la protection du milieu marin feront partie intégrante du stage. La tradition maritime riche de chants et de légendes ne sera pas oubliée.

Dans la journée, des temps libres et plus calmes permettront à chacun de lire, de jouer entre amis ou tout simplement de se détendre...

Tout le monde participera aux tâches collectives : la vaisselle, le rangement de la tente ou la propreté du centre.

Animations, veillées, grands jeux et soirées couronneront ces journées dynamiques.

#### Le centre du Mounien

La vie du centre, situé au bord de l'eau, s'articule autour de trois bâtiments en dur consacrés aux sanitaires, à la cuisine et aux activités. L'hébergement se fait sous de grandes ou petites tentes équipées de lits. Les repas sont cuisinés chaque jour sur place.

Le site dispose de jeux de plein air ainsi que d'une salle d'animation avec des jeux de société, une bibliothèque et d'un coin dessin, bricolage, matelotage.

### En toute confiance !

**Sécurité et encadrement** : La sécurité est la préoccupation première du directeur de centre et des moniteurs. Tout départ en mer est validé par le responsable nautique. Toutes les activités sont encadrées par un moniteur sur un bateau de sécurité. Les moniteurs, bénévoles, sont diplômés en animation et/ou en voile et sont pour la plupart, d'anciens stagiaires de Jeunesse et Marine.

**Des nouvelles de vos enfants** : Un blog avec accès sécurisé vous permet de suivre quotidiennement le stage de votre enfant. Les directeurs et animateurs du centre relatent en quelques mots la journée écoulée avec des photos.

**Un voyage organisé** : Nous prenons soin de vos enfants du début à la fin du stage, en vous proposant un voyage collectif en train (Paris-Vannes) ou en vous donnant rendez-vous en gare de Vannes. Nous nous occupons de l'acheminement jusqu'au centre nautique.

### Demandez-nous un conseil personnalisé, nous sommes là pour vous aider



Du lundi au vendredi, 11h-19h  
 Tél. : 01.53.58.30.70  
 Mail : inscription@jem.asso.fr  
 Site : Jeunesse-et-Marine.org

*Spécialistes des jeunes depuis plus de 60 ans, nous vous conseillons sur le choix du stage et du niveau, en fonction des envies de votre enfant*