



**Hourtin 2026**

**Du Lundi 15 Juin**

**au Vendredi 19 juin/Samedi 20 Juin**

# Horaires de trains et suite du trajet

- **Rendez vous Lundi 15 juin 6 h 10 Gare Montparnasse Voie 1 train 8483**

Nous arriverons à 10 h 10 à Bordeaux. Un car (Bordeaux Tourisme Affaires) nous prendra à la gare pour nous emmener au centre UCPA de Hourtin ( 1H15 de trajet)

- **Retour le Samedi 20 Juin à 00h19 gare Montparnasse (8454)**

- Départ vers 17 h du centre pour se diriger vers la Gare de Bordeaux et prendre le train à 20h58

# Accompagnateurs et effectifs

□ Mme Torte

□ M Astier

□ M Travers

□ M Vignolle-Vidoni

□ Et 31 jeunes de 5ème/4ème

□ 17 filles 14 Garçons



# Centre

Au milieu des pins,  
le trip surf grandeur nature.



Le surf camp se situe dans le camping 5 étoiles: "La côte d'Argent", structure grand confort, avec un bel espace aquatique.

Le concept d'un Surf Camp est simple : profiter de toute une infrastructure (école de surf, hébergement, etc.) pour être proche d'un spot de surf et pratiquer dans les meilleures conditions.

Les locaux du Surf : avec le club local, le " Hourtin Surf Club" situé les pieds dans l'eau.

Possibilité de se baigner à l'océan. Plage surveillée.





# L'hébergement

Mixité interdite dans les tentes

## Les élèves dormiront en tente

Tentes cabanons de 4 places de 15 m<sup>2</sup> et 2,5 m de haut, réalisées spécialement pour l'UCPA. Tentes renouvelées régulièrement et entièrement fermées, assurant une étanchéité et un confort d'habitation.

**IMPORTANT : prendre un sac de couchage, une lampe de poche (de préférence lampe à dynamo), un drap housse de taille 190 x 90 et une taie d'oreiller.**

Douches et sanitaires à proximité.

La constitution des Tentes sera effectuée dans le train

# Axes pédagogiques

- Découvrir de nouvelles activités (le surf )
- Fournir des efforts physiques , se dépasser, s'engager lucidement , utiliser différentes démarches pour progresser
- Vivre en collectivité (Respect du règlement de vie communautaire)



Agir de façon solidaire,  
responsable et autonome

# Planning des Activités

- Les conditions climatiques (marée, vent, intempérie...) peuvent amener des modifications dans le planning d'activités.
- Plusieurs groupes vont être constitués en fonction des affinités et du niveau.
- Les groupes peuvent changer pendant le séjour en fonction du comportement de vos enfants
- 10 h de Surf + 2h de Sauvetage Côtier + Soirée Théorique Surf + Soirée Dansante
- 4 h de découverte Faune et Flore

# Le surf



Un sport pour les accros des vagues et de sensations de glisse. Le surf est un sport qui consiste à glisser sur les vagues, en bord de mer, debout sur une planche.

- Le surf se pratique sur des spots, des plages qui sont baignés par des hautes vagues. Les élèves seront munis d'une combinaison et d'une planche de surf.
- **6 à 8 surfeurs par moniteur UCPA diplômé responsable de l'activité.**
- Surf Camp proche du local Surf



## PREMIERE MOUSSE

DECOUVRIR LES PREMIERES SENSATIONS DE SURF, SE LAISSER PORTER PAR UNE MOUSSE DEBOUT SUR UNE PLANCHE

### TECHNIQUE

- S'équiper (combinaison, leash) et vérifier l'état du matériel
- Prendre une mousse en position allongée sur la planche
- Se redresser sur la planche
- Glisser jusqu'au bord debout sur la planche

### SECURITE & AUTONOMIE DANS L'EAU

- Respecter les consignes de sécurité
- Prendre une mousse en Bodysurf
- Franchir une mousse en tenant la planche

### SENS MARIN ET ENVIRONNEMENT

- Repérer la présence de courant marin



## VAGUE DE BRONZE

DECOUVRIR LES PREMIERES SENSATIONS DE GLISSE SUR L'EPAULE DE LA VAGUE

### TECHNIQUE

- Ramer avec efficacité pour prendre une vague
- Assurer son départ sur une petite vague
- Conserver son équilibre après le départ

### SECURITE & AUTONOMIE DANS L'EAU

- Prendre une petite vague en Bodysurf
- Respecter les consignes de sécurité propres au Take Off

### SENS MARIN & ENVIRONNEMENT

- Se rendre au large en contournant la zone de déferlement en utilisant les courants
- Choisir les bonnes vagues
- Se placer au bon endroit pour prendre les bonnes vagues



## VAGUE D'ARGENT

DECOUVRIR LES SENSATIONS DES PREMIERS DEPARTS SUR UNE VAGUE QUI N'A PAS DEFERLE

### TECHNIQUE

- Prendre une vague de 1 m environ
- Prendre une direction dans la vague en position de face ou de dos
- Suivre l'épaule de la vague en position de face ou de dos

### SECURITE & AUTONOMIE DANS L'EAU

- Franchir une zone de déferlement en faisant des « canards »
- Prendre des vagues de 1 m environ en Bodysurf
- Respecter les consignes de priorité

### SENS MARIN & ENVIRONNEMENT

- Choisir les vagues qui ouvrent
- Se placer au bon endroit pour suivre le déferlement de la vague



# Decouverte Faune et Flore et Initiation au Sauvetage Côtier

## **2 séances d'activités nature**

### **Découverte du milieu naturel d'Hourtin**

Découverte de la biodiversité locale à travers l'observation de la faune et de la flore du lac, de la forêt et du littoral, avec une sensibilisation à la protection de l'environnement. Différents thèmes possibles : le cordon dunaire, nettoyage de plage, la forêt Médocaine...)

### **1 séance d'initiation au Sauvetage Côtier**

Découverte des bases du sauvetage en milieu aquatique : sécurité, prévention des risques, premiers gestes d'assistance et utilisation du matériel de sauvetage, sous forme d'ateliers

# Restauration, le Blog et le Trousseau

- La restauration fonctionne sous forme de self livré par le centre Hourtin Centre

La pension complète sous forme de buffet. A chaque repas : buffets froids avec crudités, salades composées ; buffets chauds : poisson, viande, légumes et féculents ; desserts : laitages, fruits.

- L'adresse du site est : <https://www.moulin-des-pres-eps.fr/sejour-as-hourtin>
- Le trousseau est également dans le document.

Sac de couchage ; Drap housse 190x90 ; Taie d'oreiller ;  
Lampe frontale ; Gourde ; K-way.....

# Foire aux questions

- Santé Allergies (alimentaires, médicales) PAI
- Trajets
- Règlement (Téléphone...)
- Activités (Lunettes, lycra ...)
- Autres ... Argent de Poche, Téléphone, (Mobil Home Professeurs)
- Objets de Valeurs ?