

## OBJECTIF NATATION



## DESCRIPTION

Que tu sois débutant(e) ou déjà à l'aise dans l'eau, ce séjour est conçu pour t'aider à **apprendre à nager** ou à **perfectionner ta technique**, tout en t'amusant ! Ici, pas de stress ni de contraintes, mais des **jeux variés** et des **exercices ludiques** pour évoluer à ton rythme et prendre confiance dans l'eau. Les groupes seront constitués en fonction du niveau de chacun afin de garantir un accompagnement adapté et une progression efficace.

Les séances auront lieu dans la **piscine municipale située directement sur le centre de vacances**, un vrai atout pour profiter pleinement des activités aquatiques. Et pour assurer un confort optimal, l'eau est chauffée en fonction des besoins !

### ACTIVITES

Quel que soit ton niveau, tu repartiras de ce séjour avec plus d'aisance et de confiance dans l'eau, prêt à affronter de nouvelles aventures aquatiques !

- **Si tu débutes**, l'objectif principal sera de t'aider à apprivoiser l'eau en toute sécurité. Apprendre à flotter, à contrôler ta respiration et à te déplacer avec aisance seront les premières étapes avant de progresser vers des bases solides en natation. Nos animateurs qualifiés t'accompagneront avec bienveillance pour te permettre de te sentir à l'aise et de dépasser tes appréhensions.
- **Si tu sais déjà nager**, ce séjour te permettra d'aller encore plus loin ! Améliorer ta technique, travailler ton endurance, découvrir de nouvelles nages et pourquoi pas relever des petits défis aquatiques... Tout est pensé pour que tu progresses tout en prenant du plaisir dans l'eau.

#### Au programme, chaque semaine :

- **Natation** : 4 cours de 45 minutes environ encadrés par un maître-nageur,
- **Tous les après-midis** : possibilité de profiter du bassin,
- **Tir à l'arc** : 1 séance d'initiation,
- **Escalade** : 1 séance sur mur artificiel de 7 mètres de haut avec différentes difficultés.

### ACTIVITES ANNEXES

En parallèle des activités prévues au programme, les équipes encadrantes te proposeront également un panel varié d'animations et grands jeux en journée, et de veillées chaque soir.

### HEBERGEMENT

Le centre qui t'accueille est idéalement situé à proximité (à pied) des plages. Il dispose aussi de plusieurs salles d'activités et d'un city-stade. Tu seras hébergé(e) au sein de **chambres de 2 à 6 lits avec sanitaires collectifs**. Si tu le souhaites, tu pourras être dans la même chambre que ton ami(e) du même sexe que toi ayant ton âge ou maximum 2 ans d'écart. Concernant le linge, un lavage est prévu à mi-séjour si tu optes pour le séjour de 14 jours. Enfin, les repas sont préparés sur le centre par un cuisinier.

### ENCADREMENT

- 1 directeur (trice) BAFD,
- 1 assistant sanitaire (PSC1),
- 1 animateur(trice) BAFA pour 10 jeunes,
- 1 maître nageur titulaire du BESEAN.

### TRANSPORTS

à partir de **749.00 € / jeune**

Du 06/07/2025 au 23/08/2025

Âges : **de 6 à 12 ans**

Organisateur : **Autre organisateur**

Agrément : **JEUNESSE ET SPORTS**

Frais de dossier : **19.00 € / jeune**

#### Adresse du séjour

la Guillou  
24150 LALINDE

Les transports se feront **en train jusqu'à Biarritz ou Bayonne puis en car** jusqu'au centre. Tu seras accompagné(e) par les animateurs(trices) qui assureront ton convoyage vers le centre de vacances. **Plusieurs villes de départ** te seront proposées lors de la réservation.

## OBJECTIF NATATION

## INFOS PRATIQUES

## OBJECTIF NATATION



## LE CENTRE D'ACCUEIL

Base de loisirs la Guillou

Bienvenue à la **base de loisirs de La Guillou**, un cadre idéal pour une aventure en pleine nature ! Ici, tu séjourneras dans un espace dédié aux colonies de vacances, pouvant accueillir jusqu'à **42 personnes (36 jeunes)**. Tu partageras une **chambre confortable de 4 à 6 lits** avec d'autres jeunes, et des **sanitaires collectifs** sont à disposition.

Côté restauration, tout est préparé sur place par un cuisinier qui veille à proposer des plats savoureux et équilibrés, parfaits pour recharger les batteries après une journée bien remplie.

L'extérieur du centre est un véritable terrain de jeu à ciel ouvert ! Sur un **domaine de 2 hectares**, tu profiteras de grands **espaces ombragés**, d'une **piscine chauffée** selon les besoins et d'installations sportives variées : tyrolienne pour les amateurs de sensations, tables de ping-pong pour des duels endiablés, terrain de pétanque pour défier tes amis, ainsi que des terrains de football et de basket pour t'éclater en équipe. Tout est réuni pour un séjour dynamique et inoubliable !

## LA REGION

Au cœur du **Périgord**, la **Dordogne** est une destination qui séduit par ses paysages chatoyants, son patrimoine riche et son art de vivre empreint d'authenticité. La vallée de la Dordogne, avec ses rivières, ses forêts et ses villages pittoresques, offre un cadre idéal pour s'immerger dans une région où **histoire et nature se rencontrent**.

Située aux portes du **Périgord Pourpre**, **Lalinde** est une ancienne ville fondée au XIII<sup>e</sup> siècle. Bordée par la rivière Dordogne, cette petite ville dévoile un charme typiquement français avec sa place centrale et son marché coloré. Son histoire se retrouve dans son architecture et ses anciens moulins, témoins du passé commerçant de la région.

Mais la Dordogne, c'est aussi une **terre de nature et d'aventure**. Avec ses collines boisées, ses vallées sinueuses et sa rivière emblématique, la région est propice aux activités de plein air. Le cadre paisible de la vallée invite à la découverte et à la contemplation, entre balades, points de vue magnifiques et moments de détente au bord de l'eau.

Enfin, impossible d'évoquer la Dordogne sans parler de sa **gastronomie**. Connue pour ses spécialités gourmandes comme le foie gras, les truffes, les noix ou encore les fromages de caractère, la région est un véritable paradis pour les amateurs de cuisine locale.

## OBJECTIF NATATION

### TARIFS

Date de départ	Durée	Tarif
06/07/2025	7 jours	749.00 €
06/07/2025	14 jours	1548.00 €
13/07/2025	7 jours	749.00 €

Date de départ	Durée	Tarif
10/08/2025	14 jours	1548.00 €
10/08/2025	7 jours	749.00 €
17/08/2025	7 jours	749.00 €



TRANSPORT (départ)

Ville de départ	Transport de départ	Tarif
BORDEAUX	TRAIN + CAR	24.00 €
BORDEAUX	TRAIN + CAR	24.00 €
BORDEAUX	TRAIN + CAR	24.00 €
BORDEAUX	TRAIN + CAR	24.00 €
LILLE	TRAIN + CAR	95.00 €
LILLE	TRAIN + CAR	95.00 €
LILLE	TRAIN + CAR	95.00 €
LILLE	TRAIN + CAR	95.00 €
LYON	TRAIN + CAR	105.00 €
LYON	TRAIN + CAR	105.00 €
LYON	TRAIN + CAR	105.00 €
LYON	TRAIN + CAR	105.00 €
MARSEILLE	TRAIN + CAR	91.00 €
MARSEILLE	TRAIN + CAR	91.00 €
MARSEILLE	TRAIN + CAR	91.00 €
MARSEILLE	TRAIN + CAR	91.00 €
MONTPELLIER	TRAIN + CAR	81.00 €
MONTPELLIER	TRAIN + CAR	81.00 €
MONTPELLIER	TRAIN + CAR	81.00 €
MONTPELLIER	TRAIN + CAR	81.00 €
PARIS	TRAIN + CAR	61.00 €
PARIS	TRAIN + CAR	61.00 €
PARIS	TRAIN + CAR	61.00 €
PARIS	TRAIN + CAR	61.00 €
SUR PLACE	TRANSPORT AU SOIN DES RESPONSABLES	0.00 €
SUR PLACE	TRANSPORT AU SOIN DES RESPONSABLES	0.00 €
SUR PLACE	TRANSPORT AU SOIN DES RESPONSABLES	0.00 €
SUR PLACE	TRANSPORT AU SOIN DES RESPONSABLES	0.00 €
TOULOUSE	TRAIN + CAR	49.00 €
TOULOUSE	TRAIN + CAR	49.00 €
TOULOUSE	TRAIN + CAR	49.00 €
TOULOUSE	TRAIN + CAR	49.00 €

TRANSPORT (retour)

Ville de retour	Transport de retour	Tarif
BORDEAUX	TRAIN + CAR	24.00 €
BORDEAUX	TRAIN + CAR	24.00 €
BORDEAUX	TRAIN + CAR	24.00 €
BORDEAUX	TRAIN + CAR	24.00 €
LILLE	TRAIN + CAR	95.00 €
LILLE	TRAIN + CAR	95.00 €
LILLE	TRAIN + CAR	95.00 €
LILLE	TRAIN + CAR	95.00 €
LYON	TRAIN + CAR	105.00 €
LYON	TRAIN + CAR	105.00 €
LYON	TRAIN + CAR	105.00 €
LYON	TRAIN + CAR	105.00 €
MARSEILLE	TRAIN + CAR	91.00 €
MARSEILLE	TRAIN + CAR	91.00 €
MARSEILLE	TRAIN + CAR	91.00 €
MARSEILLE	TRAIN + CAR	91.00 €
MONTPELLIER	TRAIN + CAR	81.00 €
MONTPELLIER	TRAIN + CAR	81.00 €
MONTPELLIER	TRAIN + CAR	81.00 €
MONTPELLIER	TRAIN + CAR	81.00 €
PARIS	TRAIN + CAR	61.00 €
PARIS	TRAIN + CAR	61.00 €
PARIS	TRAIN + CAR	61.00 €
PARIS	TRAIN + CAR	61.00 €
SUR PLACE	TRANSPORT AU SOIN DES RESPONSABLES	0.00 €
SUR PLACE	TRANSPORT AU SOIN DES RESPONSABLES	0.00 €
SUR PLACE	TRANSPORT AU SOIN DES RESPONSABLES	0.00 €
SUR PLACE	TRANSPORT AU SOIN DES RESPONSABLES	0.00 €
TOULOUSE	TRAIN + CAR	49.00 €
TOULOUSE	TRAIN + CAR	49.00 €
TOULOUSE	TRAIN + CAR	49.00 €
TOULOUSE	TRAIN + CAR	49.00 €