

The background of the entire image is a photograph of a sailboat on the water. The boat is angled towards the bottom right, with its white hull and blue sail clearly visible. The sail has "FRA" and "44614" printed on it. The water is a deep blue with sunlight reflecting off the surface in bright, scattered spots.

UCPA

**COURS STAGIAIRES
ILE-DE-FRANCE
2024-2025**

CET HIVER, ALLIEZ LA THÉORIE À LA PRATIQUE DE LA VOILE !

PROFITEZ DE L'HIVER POUR RÉVISER ET VOUS PERFECTIONNER

Le GCBC (Groupement des chefs de bord de Croisière) et l'UCPA vous proposent de suivre des cours théoriques le soir à ARCUEIL afin de maintenir à flot vos connaissances acquises pendant l'été avec l'UCPA. À l'issue des cours, vous passerez de la théorie à la pratique en participant à un week-end de navigation à Lorient ou Toulon. Plusieurs stages vous sont proposés selon votre niveau, envie et objectifs.

FONDAMENTAUX* (BELAIR/RASCAS/GAOU)

Niveau souhaité : 1 à 2 semaines de pratique.

Contenu : Réglages, nœuds, balisage, calcul de marée, lexique marin et cartographie.

NAVIGATION ET MANŒUVRES DE PORT* (GLAZIC)**

Niveau souhaité : 4 semaines de pratique.

Contenu : Navigation (routes, courants), départ ou arrivée de nuit (selon conditions) et manœuvres de port.

NAVIGATION ET MANŒUVRES (BACCHUS)**

Niveau souhaité : 3 semaines de pratique.

Contenu : Navigation (routes, courants), départ ou arrivée de nuit (selon conditions) et manœuvres (virement, empannage, réglages).

NAVIGATION DE NUIT (CREIZIG)**

Niveau souhaité : 3 semaines de pratique.

Contenu : Apprendre le rôle de chef de quart et appréhender les spécificités des navigations de nuit.

SITUATIONS DELICATES, MANŒUVRES EN SOLO* (PENFRET)**

Niveau souhaité *** : 6 semaines de pratique.

Contenu : se préparer à l'imprévu : équipage invalide, homme à la mer (sous spi, de nuit, seul), moteur/électronique HS, échouement, remorquage, place de port difficile, spi en coquetier, etc. Prévention, techniques et astuces, savoir manœuvrer en solo.

RÉGLAGES, CHANGEMENT DE VOILE ET SPI* (GOVIHAN)**

Niveau souhaité : 4 semaines de pratique

Contenu : Outils et conseils de réglage, changement de voile, prise de ris, envoi, affalage de spi, empannage sous spi et speed tests entre bateaux.

NAVIGATION AVANCÉE* (HOEDIC)**

Rappels sur points, route, estime, traversées. Etablissement d'un panorama (paysage et amers) et d'un passage planning (relèvements à voir, caractérisation des alignements de sécurité, etc...) à partir de la carte avec obstacle en marée. Utilisation de l'électronique en navigation (carto/grib /routage et programmation). Nombreuses exercices sur carte (golfe du Morbihan).

PRÉPARATION HAUTURIER***

Préparation au permis hauturier: exercices et examen blanc.

PRÉPARATION AU CRR (CRR)**

J1 - définitions, utilisation de la VHF. J2 - le système SMDSM et exercices QCM.

CHOISISSEZ VOTRE PROGRAMME

Les cours théoriques ont lieu au nouveau siège UCPA, 21-37 rue de Stalingrad, 94110 ARCUEIL à 50m de la station RER B (Laplace) après la station Cité Universitaire, parking couvert sur place. La pratique à Lorient ou à Toulon.

STAGE	NIV.	LIEU DE THÉORIE	DATE 1 ^{er} COURS	DATE 2 ^e COURS	DATE 3 ^e COURS	DATE 4 ^e COURS	LIEU DE PRATIQUE	DATE WE	PRIX	CHEFS DE BORDS
BELAIR	★	ARCUEIL 19-21h	12 fév.	26 fév.	12 mars	26 mars	LORIENT 2 jours	29-30 mars	118 €	François FITOUSSI Sylvie RANISE Sophie HAUCHART
RASCAS	★	ARCUEIL 19-21h	24 fév.	03 mars	10 mars	17 mars	TOULON 3 jours	21-22 22-23 mars	177 €	Gérard PRADO Alain DUBOURG Frédéric BERSON François FITOUSSI
GAOU	★	ARCUEIL 19-21h	10 fév.	10 mars	17 mars	25 mars	TOULON 4 jours	28-29 30-31 mars	236 €	Frédéric LEMAIRE Isabelle CONRAD
GLAZIC	★★	ARCUEIL 19-21h	04 fév.	11 fév.	11 mars	18 mars	LORIENT 4 jours	21-22 23-24 mars	236 €	Frédéric LEMAIRE Nicolas CORBIC Isabelle CONRAD
BACCHUS	★★	ARCUEIL 19-21h	04 fév.	11 fév.	18 fév.	25 fév.	TOULON 3 jours	28 fév. 01-02 mars	177 €	François FITOUSSI Sylvie RANISE Claire JAUFFRET Anne DUPLESSY
CREIZIG	★★	ARCUEIL 19-21h	12 fév.	19 fév.	26 fév.	05 mars	LORIENT 4 jours	14-15 16-17 mars	236 €	Vincent DESJOBERT Loïc HERAUD Cindy LE CLECH
PENFRET	★★	ARCUEIL 19-21h	04 mars	11 mars	18 mars	25 mars	LORIENT 3 jours	28-29 30 mars	177 €	Ivan MAILLARD Arnaud JOUANNE
GOVIHAN	★★	ARCUEIL 19-21h	10 fév.	17 fév.	24 fév.	03 mars	TOULON 3 jours	14-15 16 mars	177 €	Marc POITOUT Sophie HAUCHART
HOEDIC	★★	ARCUEIL 19-21h	21 janv.	28 janv.	05 fév.	04 mars	LORIENT 3 jours	08-09 10 mars	177 €	Jean-Christophe BUREAU Xavier CHECOURY
PRÉPARATION HAUTURIER	★★	ARCUEIL 19-21h	02 déc.	09 déc.	16 déc.	06 janv.	13 janv.	20 janv.	Gratuit 6 cours dont 1 examen blanc 25 janv.	François FITOUSSI Sophie HAUCHART Alain LUCHESSI
CRR	★★	ARCUEIL 19-21h	27 janv.	03 fév.					Gratuit 2 cours théorique	François FITOUSSI Sophie HAUCHART

Le prix indiqué comprend quatre cours et un week-end de navigation de 2, 3 à 4 jours selon le programme choisi.

Les séances théoriques vous offriront la possibilité de composer votre équipage avant de partir. À noter toutefois que les cours sont obligatoires pour participer au week-end.

BULLETIN D'INSCRIPTION

COURS STAGIAIRES GCBC - ÎLE DE FRANCE

NOM

PRÉNOM

ADRESSE

CP / VILLE

MAIL

PORTABLE

Obligatoire, il nous permet de vous joindre avant les cours.

VOTRE NIVEAU (entourez votre réponse)

1 SEMAINE 1 À 3 SEMAINES 3 SEMAINES ET PLUS

STAGES CHOISIS (entourez votre réponse)

- | | | |
|----------------------------------|----------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> BELAIR | <input type="checkbox"/> PENFRET | <input type="checkbox"/> PREPARATION HAUTURIER |
| <input type="checkbox"/> BACCHUS | <input type="checkbox"/> RASCAS | <input type="checkbox"/> GOVIHAN |
| <input type="checkbox"/> CREIZIG | <input type="checkbox"/> GLAZIC | <input type="checkbox"/> HOEDIC |
| <input type="checkbox"/> GAOU | <input type="checkbox"/> CRR | |

Je m'engage à suivre les quatre cours et le week-end de navigation choisis :
Paiement par chèque de 118€, 177€ ou 236€ à l'ordre UCPA selon le ou les stages
choisis ou par virement (nous demander le RIB).

Date et signature

UCPA

Bulletin à renvoyer à UCPA École de Croisière - Bâtiment Glorieux 2 - Lorient La Base - 56100 LORIENT
02 97 05 50 50 - croisières@ucpa.asso.fr



ADHÉSION AU GCBC (Groupement des Chefs de Bord Croisière)

En participant aux cours stagiaires de l'UCPA, vous deviendrez adhérent au GCBC, en tant que membre associé. L'adhésion annuelle à cette association est de 15 €.

Elle vous donne aussi accès aux soirées organisées par le GCBC.

Cette cotisation vous sera demandée lors de votre 1^{er} cours. Le nombre de places étant limité (12 places par groupe), merci de nous renvoyer rapidement le bulletin d'inscription ci-joint.

Nous espérons vous retrouver nombreux cette année lors de ces soirées qui se voudront conviviales. Cette proposition est réservée aux équipiers UCPA Croisière Adulte.

Révisez et approfondissez les différentes techniques de navigation pendant l'hiver et allez à la rencontre des moniteurs de croisière UCPA en partageant votre passion pour la mer avec d'autres passionnés de voile !

Pour vous inscrire, renvoyez votre bulletin d'inscription et pour plus d'informations contactez-nous.

Toute réservation interrompue ou non consommée ne donnera lieu à aucun remboursement ou échange de prestation ; vous vous engagez à suivre les cours et à participer aux week-ends de navigation.

INFORMATIONS ET RÉSERVATIONS

02 97 05 50 50 - croisieres@ucpa.asso.fr

UCPA école de Croisière
Bâtiment Glorieux 2
Lorient La Base
56100 LORIENT

ecolededevoie.ucpa.com
UCPA école de croisière