

# UMEN



La base de loisirs de Saramon sera notre point de chute pour profiter de la baignade et des toboggans dans un espace champêtre propice aux rigolades avec le groupe. Nous logerons dans un charmant gîte au milieu des tournesols.

Lors d'un atelier le dimanche, nous vous invitons à rencontrer l'autre à travers les arts du cirque en abordant des techniques acrobatiques et de la manipulation d'objet.

**Jusqu'à 15 participants**

5 à 10 vacanciers

1 animateur pour 2 à 3 vacanciers

**Accompagnateur :**

Tiphaine Jousseume,  
Monitrice Educatrice

Code Séjour : LA 21 09

## Loisirs adaptés

weekend sam.3 et dim.4 juillet 2021

### Cirque et Baignade

Giscaro (32)

## Fiche Technique



### LES POINTS CLÉS

- ▶ Durée du séjour : 2 jours – 1 nuit
- ▶ Prix du séjour : 200 €
- ▶ Nombre minimum de participants : 7
- ▶ Niveau d'autonomie : Vacanciers de moyenne à bonne autonomie
- ▶ Hébergement : Gîte d'étape Le Grangé – Giscaro (32)

Association à but non lucratif - SIRET N° 43800025900038

Immatriculation au registre des opérateurs de voyages et de séjours N° IM031160001

## Programme prévisionnel

L'organisation se réserve le droit de modifier ce programme en fonction des capacités des participants, de l'homogénéité du groupe, des conditions météo, ou des raisons de sécurité.

### ✓ SAMEDI

Journée à la base de loisirs :

Aux portes du village, le lac de Saramon. Dans un site champêtre et préservé nous nous détendrons au calme sur une vaste plage de sable fin. Nous pique-niquerons et profiterons de la zone de baignade pour piquer une tête, nager et s'amuser dans l'eau.

Installation au gîte en fin de journée.

### ✓ DIMANCHE

Initiation aux arts du cirque avec Marie une trapéziste danseuse Toulousaine :

Du cirque dans la nature...

A travers des techniques acrobatiques et de la manipulation d'objet, nous vous invitons à rencontrer l'autre. Ici le cirque est un outil pour se découvrir soi-même et pour communiquer avec les autres par le biais de jeux. C'est une manière ludique et agréable d'acquérir de nouvelles sensations tout en travaillant les capacités créatives et artistiques de chacun...

## Visites, activités et autres prestations prévues

- Base de Loisirs de Saramon (32)
- Atelier initiation au art du cirque

## Rendez-vous

Les informations détaillées sur l'organisation seront transmises par mail ou téléphone 10 à 15 jours avant le départ.

Départ et Retour à partir de Toulouse.

Nous contacter pour étudier la possibilité d'une organisation spécifique.

## Transport

Départ et retour à Toulouse, avec 2 véhicules 9 places UMEN et covoiturage si nécessaire.

## Repas

Ils seront confectionnés par le groupe sous la houlette du responsable de l'activité.

## Assurance

Responsabilité Civile incluse. Se reporter aux [Conditions Générales](#) sur le site internet.

## Inscription

Voir la rubrique [Comment s'inscrire](#) sur le site internet

## Matériels fournis

Pharmacie de premiers secours, matériel de cuisine.

## Equipement personnel à prévoir : minimum exigé

Pour la journée : Soyez en tenue au pour le départ du séjour

- 1 paire de chaussures de randonnée imperméables
- 1 veste coupe-vent et imperméable (type K-way) et cape de pluie
- Sac à dos de randonnée avec armature et ceinture ventrale de 15 à 20 litres pour porter vos affaires de la journée, il contiendra :
  - 1 bouteille d'eau **pleine** de 1 à 1,5 litre (ou gourde)
  - Lunettes de soleil, chapeau, crème solaire et protection à lèvres
  - 1 pull en polaire
  - Le pique-nique fourni par nos soins

Pour le séjour : dans un seul sac de voyage

- 1 paire de chaussures ou chaussons
- Sac pour le linge sale
- Nécessaire de toilette
- 1 drap de lit en 90 et 1 taie d'oreiller / Alèse si besoin
- 1 sac de couchage été (+ 15°C) (\*)
- Des bouchons d'oreilles pour des nuits tranquilles...
- Pantalon, paires de chaussettes, T-shirts, sous-vêtements
- Une lampe de poche
- Maillot de bain et serviette de bain

Vos papiers

- Carte vitale, pilulier journalier le cas échéant.
- Argent de poche pour les dépenses personnelles (boissons, cartes postales).

(\*) prêt de duvet possible, sur demande : 5€ pour frais de nettoyage.

En raison du protocole sanitaire en vigueur, les couvertures ne sont plus fournies dans les gites.

**Pour contacter le responsable pendant l'activité : 06 05 07 88 72**

(A utiliser uniquement pendant l'activité)

### UNIVERS MONTAGNE ESPRIT NATURE

UMEN - Maison des Sports – 190 Rue Isatis – 31670 LABÈGE

contact@umen.fr

www.umen.fr

Tel : 05 62 24 18 18

SMS : 07 81 00 61 44