



BASE
NAUTIQUE
Saint Sauveur



ufolep
TOUS LES SPORTS AUTREMENT

Canoë-Kayak Initiation et Randonnée

Les Bases Nautiques étant situées au cœur de la Vallée de la Somme, vous pourrez à la fois vous initier au Canoë-Kayak et pratiquer la Randonnée Kayak en eau calme et en eau vive dans un cadre calme et verdoyant.

Les activités proposées sont accessibles à des groupes ayant des niveaux variables. Elles sont encadrées par un éducateur sportif diplômé.

CONTENU DE LA PRESTATION

- Mise à disposition des canoës ou des kayaks et des équipements de sécurité
- Encadrement de l'activité
- Mise à disposition des lieux (vestiaires, sanitaires) et des espaces de pique-nique pour le groupe avant et après la prestation

Pour en découvrir plus :

En associant les compétences sportives de nos éducateurs à la richesse de notre territoire, nous avons mis au point des thématiques à découvrir accompagnés :

Parcours d'initiation Acquérir les techniques liées à la pratique du canoë-kayak au travers du jeu en groupe sur l'eau.

Parcours découverte de la faune et de la flore Entrecouper la balade en canoë-kayak de moments de découverte de la faune et de la flore locale grâce aux fiches découvertes préparées et aux points d'intérêts identifiés tout au long du parcours.

Parcours perfectionnement Approfondir les techniques d'initiation pour gagner en rapidité et en agilité sur l'eau calme ou vive, et initiation au kayak polo.

Soirée sur l'eau Conter les légendes et les histoires au fil de la balade.

DESCRIPTION DE L'ACTIVITÉ

- 1 Accueil du groupe
- 2 Présentation des lieux et des grands repères
- 3 Rappel des règles de sécurité
- 4 Encadrement de l'activité
- 5 Explication au cours du parcours
- 6 Retour à la base
- 7 Rangement du matériel et débriefing

-  Durée de la séance à déterminer
-  Tranche d'âge : à partir de 8 ans
-  Prérequis : Attestation de nage de 25m
-  Capacité d'accueil : 30 canoës/Kayaks disponibles
-  Tarif : À définir selon le projet

Conception : www.horizonmarketing.fr | Crédit photo : Fotolia - ©Tomasz zajda

Toutes les activités sont encadrées par des éducateurs sportifs diplômés d'Etat, agréés Education National



www.cd.ufolep.org/somme



RAFTING

Le rafting est un sport d'équipage qui se propulse à la pagaie simple. (10 personnes par rafting maximum)

Un "Barreur" professionnel vous guide pour assurer votre sécurité et indique les manœuvres des pagayeurs. Il vous propose des jeux dans l'objectif du rafting (immersion dans l'eau).

CONTENU DE LA PRESTATION

- Mise à disposition des raftings, des pagaies et des équipements de sécurité
- Encadrement de l'activité
- Mise à disposition des lieux (vestiaires, sanitaires) et des espaces de pique-nique pour le groupe avant et après la prestation

Pour en découvrir plus :

En associant les compétences sportives de nos éducateurs à la richesse de notre territoire, nous avons mis au point des thématiques à découvrir accompagnés :

Parcours d'initiation Acquérir les techniques liées à la pratique du rafting au travers du jeu en groupe sur l'eau.

Parcours sportif Approfondir les techniques d'initiation pour gagner en rapidité et en agilité sur l'eau et dans l'eau. (savoir nager en eau vive)

DESCRIPTION DE L'ACTIVITÉ

- 1 Accueil du groupe
- 2 Présentation des lieux et des grands repères
- 3 Rappel des règles de sécurité et de navigation
- 4 Encadrement de l'activité
- 5 Explication au cours du parcours
- 6 Retour à la base
- 7 Rangement du matériel et débriefing

- Durée de la séance à déterminer**
- Tranche d'âge:**
à partir de 8 ans
- Prérequis:**
débutants acceptés
- Capacité d'accueil:**
10 personnes
- Tarif:**
À définir selon le projet



PADDE

Sur une base nautique de plus de 20 hectares, située au cœur de la Vallée de la Somme, vous pourrez pratiquer toutes les activités nautiques dans un cadre calme et verdoyant.

Les activités proposées sont accessibles à des groupes ayant des niveaux variables. Elles sont encadrées par un éducateur sportif diplômé de la base.

CONTENU DE LA PRESTATION

- Mise à disposition des paddles et des équipements de sécurité
- Encadrement de l'activité
- Mise à disposition des lieux (*vestiaires, sanitaires*) et des espaces de pique-nique pour le groupe avant et après la prestation

Pour en découvrir plus :

En associant les compétences sportives de nos éducateurs à la richesse de notre territoire, nous avons mis au point des activités thématiques à découvrir accompagnés :

Parcours d'initiation Acquérir les techniques liées à la pratique du paddle au travers de jeu en groupe sur l'eau.

Parcours d'orientation Associer un circuit en paddle sur l'eau à un parcours d'orientation à la recherche d'indices avec comme d'objectif de parvenir au point d'arrivée avec un maximum de points.

Parcours perfectionnement Approfondir les techniques d'initiation pour gagner en rapidité et en agilité sur l'eau

DESCRIPTION DE L'ACTIVITÉ

- 1 Accueil du groupe
- 2 Présentation des lieux et des grands repères
- 3 Rappel des règles de sécurité
- 4 Encadrement de l'activité
- 5 Explication au cours du parcours
- 6 Retour à la base
- 7 Rangement du matériel et débriefing

 Durée de la séance :
à définir selon vos besoins

 Tranche d'âge :
à partir de 8 ans

 Prérequis :
attestation de nage de 25m

 Capacité d'accueil :
12 paddles disponibles

 Tarif :
à définir selon le projet

PÊCHE

Sur une base nautique de plus de 20 hectares, située au cœur de la Vallée de la Somme, vous pourrez pratiquer toutes les activités dans un cadre calme et verdoyant.

Les activités proposées sont accessibles à des groupes ayant des niveaux variables. Elles sont encadrées par un éducateur sportif diplômé de la base.

CONTENU DE LA PRESTATION

- Mise à disposition des équipements
- Prêt du matériel nécessaire aux animations optionnelles
- Encadrement de l'activité
- Mise à disposition des lieux (vestiaires, sanitaires) et des espaces de pique-nique pour le groupe avant et après la prestation

Pour en découvrir plus :

En associant les compétences sportives de nos éducateurs à la richesse de notre territoire, nous avons mis au point des activités thématiques à découvrir accompagnés :

Initiation Identifier et maîtriser le matériel de pêche et les techniques liées à la pratique de la pêche.

Parcours découverte des peuples de l'eau Profiter d'une partie de pêche pour être sensibilisé à la biodiversité et observer la faune et la flore locales grâce aux fiches explicatives.

DESCRIPTION DE L'ACTIVITÉ

- 1 Accueil du groupe
- 2 Présentation des lieux et des grands repères
- 3 Rappel des règles de sécurité
- 4 Encadrement de l'activité
- 5 Explication au cours du parcours
- 6 Retour à la base
- 7 Rangement du matériel et débriefing

-  Durée de la séance :
à définir selon vos besoins
-  Tranche d'âge :
à partir de 6 ans
-  Prérequis :
débutant accepté
-  Capacité d'accueil :
8 personnes
-  Tarif :
à définir selon le projet



OPTIMIST PLANCHE À VOILE

Sur une base nautique de plus de 20 hectares, située au cœur de la Vallée de la Somme, vous pourrez pratiquer toutes les activités nautiques dans un cadre calme et verdoyant.

Les activités proposées sont accessibles à des groupes ayant des niveaux variables. Elles sont encadrées par un éducateur sportif diplômé de la base.

CONTENU DE LA PRESTATION

- Mise à disposition des bateaux ou des planches à voile et des équipements de sécurité
- Encadrement de l'activité
- Remise en état des bateaux ou des planches si nécessaire après la séance
- Mise à disposition des lieux (vestiaires, sanitaires) et des espaces de pique-nique pour le groupe avant et après la prestation

Pour en découvrir plus :

En associant les compétences sportives de nos éducateurs à la richesse de notre territoire, nous avons mis au point des activités thématiques à découvrir accompagnés :

Parcours d'initiation Acquérir les techniques liées à la pratique de la planche à voile ou de l'optimist.

Parcours perfectionnement Approfondir les techniques d'initiation pour gagner en rapidité et en agilité sur l'eau.

DESCRIPTION DE L'ACTIVITÉ

- 1 Accueil du groupe
- 2 Présentation des lieux et des grands repères
- 3 Rappel des règles de sécurité
- 4 Encadrement de l'activité
- 5 Explication au cours du parcours
- 6 Retour à la base
- 7 Rangement du matériel et débriefing



Durée de la séance :
à définir selon vos besoins



Tranche d'âge :
**à partir 7 ans pour l'optimist
et 12 ans pour la planche à voile**



Prérequis :
attestation de nage de 25m



Capacité d'accueil :
**12 optimists et 12 planches à
voile disponibles**



Tarif :
à définir selon le projet



ORIENTATION

Sur les chemins balisés autour de la base nautique de Saint Sauveur, profitez de parcours de différents niveaux dans un environnement riche et varié en termes de faune et de flore.

Les parcours proposés sont accessibles à des groupes ayant des niveaux variables. Ils sont encadrés par un éducateur sportif diplômé de la base grâce aux cartes mises à disposition.

CONTENU DE LA PRESTATION

- Mise à disposition des boussoles, cartes et outils d'orientation
- Encadrement de l'activité
- Mise à disposition des lieux (*vestiaires, sanitaires*) et des espaces de pique-nique pour le groupe avant et après la prestation

Pour en découvrir plus :

En associant les compétences sportives de nos éducateurs à la richesse de notre territoire, nous avons mis au point des activités thématiques à découvrir accompagnés :

Apprentissage des méthodes d'orientation découvrir un parcours tout en variant les techniques d'orientation : photos, boussole, carte...

Jeu de piste associer un parcours d'orientation à des séries de questions (*adaptées à l'âge et à la thématique choisie*) afin de dénouer l'énigme les premiers.

Randonnée orientation partir sur un parcours plus corsé à la recherche des balises et parvenir au point d'arrivée avec un maximum de points.

La pratique de l'orientation peut compléter une activité nautique (canoë-kayak, paddle...) ou du VTT

DESCRIPTION DE L'ACTIVITÉ

- 1 Accueil du groupe
- 2 Présentation des lieux, des chemins et des grands repères
- 3 Explication des techniques d'orientation
- 4 Rappel des règles de sécurité
- 5 Encadrement du parcours
- 6 Explication au cours du parcours
- 7 Retour à la base et débriefing

-  Durée de la séance :
à définir selon vos besoins
-  Tranche d'âge :
à partir de 6 ans
-  Prérequis :
débutant accepté
-  Capacité d'accueil :
12 personnes
-  Tarif :
à définir selon le projet

GRIMPE D'ARBRES

Dans une zone boisée préservée, autour de la base nautique de Saint Sauveur, profitez de parcours de différents niveaux dans un environnement riche et varié en termes de faune et de flore.

Les parcours proposés sont accessibles à des groupes ayant des niveaux variables. Ils sont encadrés par un éducateur sportif diplômé.

CONTENU DE LA PRESTATION

- Mise à disposition du matériel et des équipements de sécurité
- Prêt du matériel nécessaire aux animations optionnelles
- Encadrement de l'activité
- Mise à disposition des lieux (*vestiaires, sanitaires*) et des espaces de pique-nique pour le groupe avant et après la prestation

Pour en découvrir plus :

En associant les compétences sportives de nos éducateurs à la richesse de notre territoire, nous avons mis au point des activités thématiques à découvrir accompagnés :

Parcours d'initiation Acquérir les techniques de grimpe d'arbres et de déplacement par les sens et le jeu.

Parcours découverte de la faune et de la flore Profiter de l'activité dans les arbres pour découvrir et observer la faune et la flore locales grâce aux fiches explicatives et aux balises thématiques.

Parcours sensationnel Favoriser le dépassement de soi et la confiance en soi. Ateliers adaptés : pont de singe, tyrolienne.

DESCRIPTION DE L'ACTIVITÉ

- 1 Accueil du groupe
- 2 Présentation des lieux et des grands repères
- 3 Rappel des règles de sécurité
- 4 Encadrement de l'activité
- 5 Explication au cours des exercices
- 6 Retour à la base
- 7 Rangement du matériel et débriefing

 Durée de la séance :
à définir selon vos besoins

 Tranche d'âge :
à partir 7 ans

 Prérequis :
débutant accepté

 Tarif :
à définir selon le projet



RANDONNÉES

Sur les chemins balisés autour de la base nautique de Saint Sauveur, profitez de parcours de différents niveaux dans un environnement riche et varié en termes de faune et de flore.

Les parcours proposés sont accessibles à des groupes ayant des niveaux variables. Ils sont encadrés par un éducateur sportif diplômé de la base grâce aux cartes mises à disposition.

CONTENU DE LA PRESTATION

- Encadrement de l'activité
- Prêt du matériel nécessaire aux animations optionnelles
- Remise en état des équipements si nécessaire après la séance avec le groupe
- Mise à disposition des lieux (*vestiaires, sanitaires*) et des espaces de pique-nique pour le groupe avant et après la prestation

DESCRIPTION DE L'ACTIVITÉ

- 1 Accueil du groupe
- 2 Présentation des lieux, des chemins et des grands repères
- 3 Rappel des règles de sécurité
- 4 Encadrement du parcours
- 5 Explication au cours du parcours
- 6 Retour à la base et débriefing

Pour en découvrir plus :

En associant les compétences sportives de nos éducateurs à la richesse de notre territoire, nous avons mis au point des activités thématiques à découvrir accompagnés :

Rando dégustation Accompagner la randonnée d'un encat préparé par nos soins et permettant de découvrir les produits locaux.

Rando découverte de la faune et de la flore Entrecouper la randonnée de moments de découverte de la faune et de la flore locales grâce aux fiches découvertes préparés et aux points d'intérêts identifiés tout au long du parcours

Rando des pêcheurs Partir en randonnée avec le matériel de pêche et s'initier au fil de la ballade aux techniques de pêche dans le lac.

Soirée contes et légendes Profiter d'une marche nocturne pour découvrir les contes et légendes.

-  Durée de la séance :
à définir selon vos besoins
-  Tranche d'âge :
A partir de 4 ans
-  Prérequis :
débutant accepté
-  Tarif :
à définir selon le projet

Conception : www.horizonmarketing.fr | Crédit photo : Fotolia - ©capude1957

Toutes les activités sont encadrées par des éducateurs sportifs diplômés d'Etat, agréés Education National



TIR À L'ARC

Aux abords de la base nautique de Saint Sauveur, les exercices proposés sont accessibles à des groupes ayant des niveaux variables. Ils sont encadrés par un éducateur sportif diplômé de la base.

CONTENU DE LA PRESTATION

- Mise à disposition des arcs et des équipements de sécurité
- Encadrement de l'activité
- Remise en état des arcs si nécessaire après la séance
- Mise à disposition des lieux (*vestiaires, sanitaires*) et des espaces de pique-nique pour le groupe avant et après la prestation

Pour en découvrir plus :

Mise au point d'activités thématiques à découvrir accompagnés :

Exercices d'initiation Acquérir les techniques de base liées à la pratique du tir à l'arc.

Découverte de la sarbacane Acquérir les techniques de base liées à la pratique de la sarbacane

DESCRIPTION DE L'ACTIVITÉ

- 1 Accueil du groupe
- 2 Essai des équipements de sécurité
- 3 Prise en main des arcs
- 4 Rappel des règles de sécurité
- 5 Test du niveau des participants
- 6 Encadrement des ateliers
- 7 Explication au cours des ateliers
- 8 Retour à la base
- 9 Rangement du matériel et débriefing

-  Durée de la séance :
à définir selon vos besoins
-  Tranche d'âge :
à partir de 6 ans
-  Prérequis :
débutant accepté
-  Capacité d'accueil :
8 personnes
-  Tarif :
à définir selon le projet

INITIATION À L'ENVIRONNEMENT

Sur une base nautique de plus de 20 hectares, située au cœur de la Vallée de la Somme, vous pourrez pratiquer toutes les activités dans un cadre calme et verdoyant.

Les activités proposées sont accessibles à des groupes ayant des niveaux variables. Elles sont encadrées par un éducateur sportif diplômé de la base.

CONTENU DE LA PRESTATION

- Mise à disposition des équipements et du matériel nécessaire
- Encadrement de l'activité en fonction du thème choisi
- Mise à disposition des lieux et des espaces (pique-nique, sanitaires, espaces de travail)

Les thématiques

Choisissez parmi nos 3 grandes thématiques pour sensibiliser vos groupes à l'environnement

Biodiversité Définition, observation, chaîne alimentaire ...

L'eau Les états, le cycle et l'utilisation de l'eau ...

Les déchets Recyclage, pollution, impacts ...

DESCRIPTION DE L'ACTIVITÉ

- 1 Accueil du groupe
- 2 Présentation des lieux et des grands repères
- 3 Rappel des règles de sécurité
- 4 Encadrement de l'activité
- 5 Explication au cours du parcours
- 6 Retour à la base
- 7 Rangement du matériel et débriefing

-  Durée de la séance :
1h ou 1h30
-  Tranche d'âge :
à partir de 6 ans
-  Prérequis :
débutant accepté
-  Capacité d'accueil :
12 personnes
-  Tarif :
à définir selon le projet



CITOYENNETÉ

Pour être capable de porter secours dans tous les moments de la vie quotidienne, scolaire, professionnelle et sociale, formez vous aux premiers secours avec l'UFOLEP et obtenez le certificat de compétences de Prévention Secours Civiques de Niveau 1 (PSC1). 7 heures qui peuvent sauver une vie !

CONTENU DE LA PRESTATION

- ↘ 7h de formation au secourisme
- ↘ 30 minutes de présentation de l'UFOLEP
- ↘ Bilan de formation

PROGRAMME DE LA FORMATION

- 1 Protection et alerte
- 2 Victime nécessitant un geste d'urgence
- 3 Victime ayant perdu connaissance
- 4 Victime consciente présentant des plaintes nécessitant une conduite à tenir adaptée
- 5 Réanimation Cardio Pulmonaire avec défibrillateur

Autre formation possible :

Initiation aux gestes qui sauvent

Durée : 2 heures

A partir de 6 ans révolus

Sans pré-requis

Tarif : 240€ pour 24 personnes



Durée :
7h30 de formations réparties selon les besoins et les possibilités du groupe



Tranche d'âge :
Pour tous les publics à partir de 10 ans révolus



Prérequis :
Ouvert à toutes les personnes qui veulent maîtriser les gestes de premiers secours sans pré-requis d'entrée en formation



Capacité d'accueil :
10 personnes



Tarif :
35€ / personne pour un groupe de 10 personnes



BMX

Aux abords de la base nautique de Saint Sauveur, les exercices proposés sont accessibles à des groupes ayant des niveaux variables. Ils sont encadrés par un éducateur sportif diplômé de la base.

CONTENU DE LA PRESTATION

- Mise à disposition des BMX et des équipements de sécurité
- Encadrement de l'activité
- Remise en état des BMX si nécessaire après la séance
- Mise à disposition des lieux (*vestiaires, sanitaires*) et des espaces de pique-nique pour le groupe avant et après la prestation

Pour en découvrir plus :

Mise au point d'activités thématiques à découvrir accompagnés :

Parcours d'adresse Acquérir de la technique et de l'habileté en s'entraînant sur des exercices contenant des obstacles tels que pont basculant, passerelle, serpent ou chameau.

Parcours technique Acquérir les techniques de base de certaines figures de BMX.

DESCRIPTION DE L'ACTIVITÉ

- 1 Accueil du groupe
- 2 Essai des équipements de sécurité
- 3 Prise en main des BMX
- 4 Rappel des règles de sécurité
- 5 Test du niveau des participants
- 6 Encadrement des ateliers
- 7 Explication au cours des ateliers
- 8 Retour à la base
- 9 Rangement du matériel et débriefing

 Durée de la séance :
à définir selon vos besoins

 Tranche d'âge :
à partir de 7 ans

 Prérequis :
débutant accepté

 Capacité d'accueil :
12 BMX disponibles par taille

 Tarif :
à définir selon le projet



VTT

Sur les chemins balisés autour de la base nautique de Saint Sauveur, profitez de parcours de différents niveaux dans un environnement riche et varié en termes de faune et de flore.

Les parcours proposés sont accessibles à des groupes ayant des niveaux variables. Ils sont encadrés par un éducateur sportif diplômé de la base grâce aux cartes mises à disposition.

CONTENU DE LA PRESTATION

- Mise à disposition des VTT et des équipements de sécurité
- Mise à disposition des cartes et encadrement de l'activité
- Remise en état des VTT si nécessaire après la séance
- Mise à disposition des lieux (*vestiaires, sanitaires*) et des espaces de pique-nique pour le groupe avant et après la prestation

Pour en découvrir plus :

En associant les compétences sportives de nos éducateurs à la richesse de notre territoire, nous avons mis au point des activités thématiques à découvrir accompagnés :

Rando Vélo Pratiquer le VTT sur un circuit spécifique grâce aux cartes fournies et aux balisages prévus.

Parcours découverte de la faune et de la flore Associer la pratique du VTT à la découverte de la faune et de la flore locale grâce aux fiches explicatives.

Parcours d'adresse S'entraîner et progresser dans sa pratique du VTT grâce aux ateliers de maniabilité et aux circuits d'apprentissage proposés.

Rallye Rechercher au fil du parcours les indices et répondre aux énigmes pour parvenir au but les premiers.

Parcours trial Epruver sa technique et son habileté en franchissant des modules tels que pont basculant, passerelle, serpent ou chameau.

Soirée contes et légendes Profiter d'une balade nocturne pour découvrir et légendes.

Conception : www.horizonmarketing.fr | Crédit photo : Fotolia - ©stunty

Toutes les activités sont encadrées par des éducateurs sportifs diplômés d'Etat, agréés Education National

DESCRIPTION DE L'ACTIVITÉ

- 1 Accueil du groupe
- 2 Essai des équipements de sécurité
- 3 Prise en main des VTT
- 4 Rappel des règles de sécurité routière
- 5 Test du niveau des participants
- 6 Encadrement du parcours
- 7 Explication au cours du parcours
- 8 Retour à la base
- 9 Rangement du matériel et débriefing

 Durée de la séance :
à définir selon vos besoins

 Tranche d'âge :
à partir de 6 ans

 Prérequis :
débutant accepté

 Capacité d'accueil :
24 VTT disponibles par taille

 Tarif :
à définir selon le projet