



UNE UTOPIE TOUJOURS D'ACTUALITÉ

Vivez le camping
autrement
avec le GCU

**LE CAMPING
TOUTE L'ANNÉE**
**DIVERSITÉ DES TERRAINS :
MER, MONTAGNE,
CAMPAGNE**

**AU GCU
IL N'Y A PAS
DE CLIENTS
MAIS UNIQUEMENT
DES ADHÉRENTS**

**TERRAINS
GÉRÉS AVEC
LA PARTICIPATION
BÉNÉVOLE DE TOUS
LES CAMPEURS**

ACTIVITÉS CULTURELLES ET SPORTIVES



VACANCES • LOISIRS • PLEIN AIR



GCU - 72 boulevard de Courcelles - 75017 Paris
Tél. : 01 47 63 98 63
Courriel : gcu@gcu.asso.fr



Pour plus d'informations,
visitez notre **site Internet**
www.gcu.asso.fr

gcu © 2017 / Livret ACSH 1702

gcu@gcu.asso.fr • www.gcu.asso.fr



SEMELLES AU VENT

CRÉATEURS DE SÉJOURS EN RANDONNÉES PÉDESTRES & VÉLO ASSISTANCE ÉLECTRIQUE EN FRANCE ET À L'ÉTRANGER



FORMULE
ACCOMPAGNÉ

AVEC UN ACCOMPAGNATEUR MOYENNE MONTAGNE BE

→ Estivales : Cévennes, Italie, Espagne, Îles atlantiques, Grèce, Suisse...

→ Lointains : Madagascar, Costa Rica, Argentine

FORMULE
LIBERTÉ

AUX DATES QUE VOUS SOUHAITEZ

→ Grandes itinérances, Chemin de Stevenson,
Chemin de Saint Guilhem, Tour de l'Aigoual...

Courriel : semellesauvent@hotmail.com / Tél. : 04 67 81 23 95
Contact : Mas Cavailiac - 30120 MOLIERES CAVAILLAC



WWW.SEMELLESAUVENT.COM

ÉDITO DE LA PRÉSIDENTE



21



8



19

Chers adhérents,



Une nouvelle saison et le catalogue des Activités Culturelles et Sportives devient un incontournable des parutions qui accompagnent notre revue. Il est également consultable sur notre site en ligne. Sa présentation permet une belle lisibilité des différentes activités proposées sur certains de nos terrains.

En cette année anniversaire des 80 ans du GCU, il faut se souvenir que c'est en 1974 que les Activités Culturelles et Sportives ont été réorganisées. C'est sous l'impulsion de Julien Alliez que la formule mise en œuvre à l'époque perdure encore aujourd'hui. Voici un aperçu chronologique du développement des ACS : Voile (1948), Sports d'hiver (1949), Alpinisme (1952), Spéléologie (1964), Canoë-Kayak (1976), Planche à voile (1978), Tir à l'arc (1982), Cyclotourisme (1983).

Tous les ans, en plus des activités phares comme la voile ou les danses, viennent s'ajouter de nouveaux stages, comme la randonnée avec des ânes cette année. Nous avons souhaité permettre aux enfants de pouvoir goûter aux joies de la balade avec un animal.

Tous les ans nous cherchons à innover pour donner envie de découvrir ou de reprendre une activité culturelle ou sportive avec des prestations de qualité reconnues de tous.

Alors cet été : osez !

Claire BAZIN, Présidente du GCU



Disons-le tout net : le catalogue des ACS rencontre un franc succès! De nombreux témoignages d'adhérents en attestent et nous savons que sa parution est désormais attendue avec impatience, en même temps que la revue de printemps.

Il fait l'unanimité auprès de l'ensemble de nos adhérents, pratiquants ou non les ACS, qui apprécient non seulement sa fonctionnalité et sa lisibilité mais également son caractère esthétique et agréable à lire. Quant aux stagiaires, ils l'ont définitivement adopté et nous avons constaté avec satisfaction qu'ils étaient nombreux à l'avoir en leur possession sur les terrains concernés.

Utilisé comme outil promotionnel, il a été largement diffusé et a permis de mieux faire connaître notre association tout en mettant en lumière un domaine assez méconnu de notre fonctionnement. La présence d'activités artistiques, culturelles et sportives sur plus de la moitié de nos terrains est un atout supplémentaire incontestable pour la promotion du GCU.

Dans la deuxième édition parue l'année dernière, nous avons essayé de corriger les quelques erreurs et autres imperfections du catalogue initial tout en lui conservant son originalité.

Voici l'édition 2017, troisième du genre, qui vous présente l'ensemble des ACS, ses valeurs sûres et ses nouveautés : nous souhaitons que vous ayez autant de plaisir à le consulter que nous en avons eu à le réaliser!

Alain Cosme, Vice-président, Délégué aux ACS

6 BULLETIN D'INSCRIPTION STAGES ET RANDONNÉES 2017

7 LES ACTIVITÉS SPORTIVES / 7 CANOË-KAYAK à Pailhas • 7 CYCLOTOURISME à Blaesheim • 8 ESCALADE à Chamonix • 8 KAYAK DE MER à Tournemine • 9 MARCHE AQUATIQUE CÔTIÈRE à Countainville • 9 PLANCHE À VOILE à Lacanau • 10 PLONGÉE SOUS-MARINE à La Grande Motte • 11 SPORTS EXTRÊMES à Sciez • 11 STEP FITNESS à Port-Leucate • 12 TENNIS à Saint-Jean-en-Royans • 12 TIR À L'ARC à Tourrettes • 13 VOILE à Neuvic • 13 VOLLEY à La Flotte • 14 YOGA à Chamonix • 14 ZUMBA à Giens

15 LES ACTIVITÉS CULTURELLES / 15 ARTS PLASTIQUES à Auvers-sur-Oise • 15 CHANT CHORAL à Sarzeau • 16 DANSE FOLK, ACCORDÉON DIATONIQUE, VIOLON à Loubeyrat • 17 DANSE MODERNE JAZZ à Sarzeau • 17 DANSE DE SALON à La Tranche-sur-Mer • 18 JEUX à Loubeyrat • 18 MAGIE à Vias Améthyste et Kabylie et La Grande-Motte • 19 MUSIQUE CHANT RYTHME à Sarzeau • 19 MUSIQUE DE JAZZ à Savines • 20 PATCHWORK à Saint-Bonnet-le-Bourg et à Sarzeau • 20 POTERIE CÉRAMIQUE à Gruissan • 21 RENCONTRE MUSICALE TRADITIONNELLE à Sarzeau • 21 SCULPTURE SUR PIERRE au Menoux • 22 SECOURISME à La Tranche-sur-Mer et Jard-sur-Mer

23 LES RANDONNÉES PÉDESTRES / 23 DORDOGNE ET VÈZÈRE : COURS D'EAU CHARGÉS D'HISTOIRE : Castels • 24 DES GORGES DE LA SIOULE À LA CHÂÎNE DES PUYs : Loubeyrat • 25 CAUSSES ET GORGES DU TARN : Pailhas • 26 RANDO AVEC DEUX ÂNES DANS LES CEVENNES : Chamborigaud • 27 ESCAPADES EN ARDÈCHE : Alboussière

28 PARTENARIATS

34 HÉBERGEMENTS LOCATIFS

35 DEMANDE D'ADHÉSION AU GCU



BULLETIN D'INSCRIPTION STAGES ET RANDONNÉES 2017

Adresser un bulletin d'inscription par personne et par période d'activité, un chèque⁽¹⁾ et une enveloppe timbrée libellée à votre adresse pour la réponse, au contact indiqué sur la fiche du stage correspondant, sauf pour le tennis où seule l'adresse email doit être fournie. Pour tout renseignement complémentaire, s'adresser au contact indiqué sur chaque fiche de stage. Toutes les préinscriptions se font auprès de ce contact et les inscriptions définitives la veille du stage. Si nécessaire, prévoir

une réservation d'emplacement auprès du secrétariat du GCU. Vous pouvez trouver un bulletin de réservation dans la revue Hiver 2017 ou sur le site Internet du GCU. Signaler lors de votre réservation, la préinscription à un stage du GCU. Pour les randonnées, les inscriptions doivent être faites auprès du siège uniquement.

(1) Joindre un règlement (chèque bancaire à l'ordre du GCU ou chèques-vacances uniquement) de 75 € par bulletin d'inscription pour les randonnées ou un acompte de 20 € par bulletin d'inscription pour les autres activités payantes.

ÉCRIRE EN MAJUSCULES / SEULS LES ADHÉRENTS PEUVENT S'INSCRIRE À UNE ACTIVITÉ

Nom et prénom _____

Né(e) le ____ / ____ / ____ Carte d'adhérent majeur numéro : _____ A _____

Adresse _____

Code postal _____ Ville _____

Téléphone _____

Courriel _____

ACTIVITÉ SOUHAITÉ _____

SUR LE TERRAIN DE _____

PARTICIPATION AU STAGE _____

POUR LA PÉRIODE DU ____ / ____ / ____ AU ____ / ____ / ____

TYPE DE STAGE _____

NIVEAU _____



ACTIVITÉS SPORTIVES

Canoë-kayak PAILHAS



10/14 juillet
17/21 juillet
24/28 juillet
•
31/04 août
7/11 août
14/18 août
21/25 août

Progresser en canoë ou en kayak au sein d'un milieu naturel unique pour les petits et les grands, du plan d'eau calme à la classe 3 mouvementée.

TYPE DE STAGE/TARIFS - École de pagaie (8 à 10 ans) : 53 € • Initiation canoë ou kayak 1 ou 2 (10 à 14 ans) : 71 € • Initiation canoë ou kayak 1 ou 2 (14 ans et +) : 78 € • Perfectionnement canoë ou kayak (évolution en classe 3) : 78 € • Descente : 19 € • Sortie canoë-bivouac : 2 ou 3 jours possibles.

CONSIGNES PARTICULIÈRES - Préinscriptions conseillées.

CONTACT : Benoît DARRAC-JUZAN - Tél. : 06 83 55 38 89 - Courriel : benzaye@hotmail.fr
28 rue de RAJOL - 12 100 MILLAU

Cyclotourisme BLAESHEIM



Stage A : Pratiquer le vélo de route à son rythme tout en découvrant la région. Les groupes se forment par niveau ou par affinité sur des parcours de 40 à 90 kms. Stage B : 3 jours en randonnée dans les Vosges et l'Alsace avec 2 nuits à l'hôtel en 1/2 pension.

TYPE DE STAGE/TARIFS - Stage A : 11 jours avec sortie par demi-journée. Frais de participation : 10 € • Stage B : randonnée 3 jours cyclo itinérant. Frais d'hébergement : 150 € • Stage C = Stage A + B

CONTACT : Yvon PRIGENT - La Ville Folle 22960 PLÉDRAN - Tél. : 02 96 42 28 64 - 06 30 90 02 94 - Courriel : prigent.ay22@sfr.fr

STAGE A
13 au 23 juillet
STAGE B
24 au 26 juillet
STAGE C
13 au 26 juillet

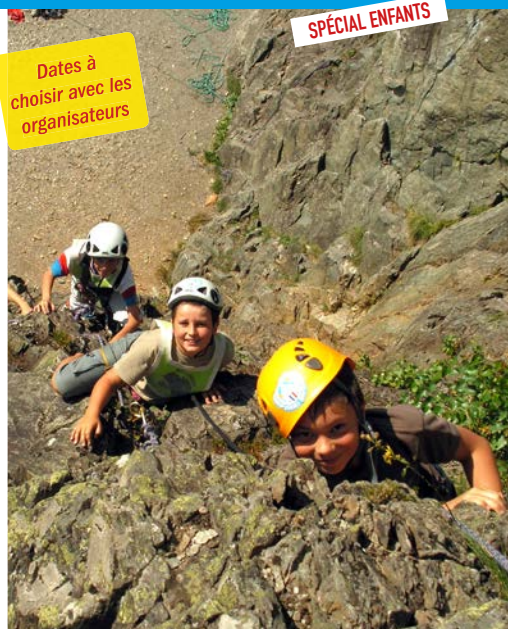
Escalade CHAMONIX

Découverte de l'escalade, initiation (débutants) et perfectionnement (initiés). Apprentissage et travail des fondamentaux.

TYPE DE STAGE/TARIFS - À partir de 5ans sur le site des Gaillands par groupes de 3 ou 4 enfants
• Activité encadrée par des guides de haute montagne • Constitution de groupes de niveaux
• Séance (2 h 30) : 38€ • Semaine (4 séances) : 150€

CONSIGNES PARTICULIÈRES - Baudriers et casques offerts par la Compagnie des Guides.

CONTACT : Magali - C^{ie} des guides de Chamonix - 190, place de l'église 74400 CHAMONIX MONT BLANC - Tél. : 04 50 53 00 88 / 06 60 48 22 50 - Courriel : magali@chamonix-guides.com



Kayak de mer TOURNEMINE

Tous les mardis de juillet et août à 18 h



Découverte et initiation au kayak de mer. Navigation et randonnée en bord de côte.

TYPE DE STAGE/TARIFS - Activité loisir ouverte à tous. Tarif de la séance : 10€

CONTACT : Sébastien ALLARD - École de voile - Tél. : 02 96 74 65 11 - Courriel : seb.allard10@orange.fr

Marche aquatique côtière COUTAINVILLE

14 au 18 août



Profiter des bienfaits de la mer tout en pratiquant une activité physique d'endurance. Ce sport agit sur les systèmes musculaires et respiratoires tout en apportant détente et bien-être.

TYPE DE STAGE/TARIFS - À partir de 16 ans • En matinée ou en fin d'après-midi selon les conditions météorologiques et la hauteur d'eau • 5 séances (1h à 1 h 30) : 25€

CONSIGNES PARTICULIÈRES - Combinaison ou shorty en néoprène et chaussures aquatiques indispensables (aucun prêt possible). Ne pas avoir de contre-indication médicale (certificat médical à l'appui). Sorties limitées à 15 personnes maximum. Date limite d'inscription : 25 juin 2016.

CONTACT : Nathalie ROYE - Courriel : natroye@yahoo.com

Planche à voile LACANAU

Acquérir les notions de base pour naviguer en sécurité. Être capable de naviguer par force 3 (niveau 1). Perfectionner la pratique des manœuvres rapides pour pouvoir naviguer par force 3 à 5 (niveau 2). Location : combinaison et planche (voir sur place).

24/28 juillet
•
31/04 août
7/11 août
14/18 août



TYPE DE STAGE/TARIFS - Planche mousse (7 à 10 ans), 3 séances de 1 h 30 : 54€ • Stage enfant (10 à 14 ans), 5 séances de 1 h 30 : 88€ • Niveau 1 et 2 (14 à 18 ans) : 96€ • Niveau 1 et 2 (adultes), 5 séances de 2h : 108€ • Rando paddle (+14 ans), 1 séance de 1h : 10€, journée: 18€

CONSIGNES PARTICULIÈRES - Attestation des 25 m à la nage et autorisation parentale obligatoires.

CONTACT : Nicolas DE KLERK
2174 route de Pinet, 38410 ST-MARTIN-D'URRIAGE
Tél. : 06 49 60 29 47 - Courriel : nicodek@hotmail.fr

Plongée sous-marine LA GRANDE MOTTE

NOUVEAUTÉ
2017

Tous les vendredis
de juillet et août
à 17 h 30
au centre de
plongée de Palavas



Découverte et initiation à la plongée sous-marine. Pour les plongeurs certifiés, exploration des fonds rocheux au large de Palavas (classés Natura 2000).

TYPE DE STAGE/TARIFS - Baptême de plongée : 45€ • Stage de formation et exploration : voir auprès du responsable (tarifs préférentiels).

CONSIGNES PARTICULIÈRES - Matériel fourni. Plongée enfant à partir de 8 ans.

CONTACT : Ecosystem, centre de plongée - 31 rue Blanche de Castille 34250 PALAVAS
Courriel : contact@ecosystem-palavas.com - Tél. : 06 22 90 55 45

Sports extrêmes/Semaine aventure SCIEZ



Vivre des aventures nouvelles et éprouver des émotions extrêmes à travers la pratique de quatre activités à sensation.

TYPE DE STAGE/TARIFS -

Spéléologie (séance de 2 h, 3h sur place) : 45 €/séance • **Descente en rafting** (séance de 1 h, 3 h sur place) : 42 €/séance • **Via ferrata** (séance de 2 h, 3 h sur place) : 36 €/séance • descente de canyon (séance de 2 h, 3 h 00 sur place) : 45 €/séance • **Semaine entière : 150 €**

CONSIGNES PARTICULIÈRES -

Possibilité de choisir une ou plusieurs activités.

CONTACT : Frank BALMIER - BE de spéléologie et descente de canyon - Accompagnateur de montagne.

Tél. : 06 64 12 91 38

Courriel : sport.nature74@gmail.com

Step fitness PORT-LEUCATE

Amélioration de la condition physique générale : rythme cardiaque, résistance musculaire et souplesse. Activité d'entretien et de loisir.

TYPE DE STAGE/TARIFS - À partir de 14 ans.

• **Tous niveaux** • Participation adulte : 10 €/séjour

• Participation enfant : 5 €/séjour

CONSIGNES PARTICULIÈRES - Baskets, vêtements légers et souples, serviette, bouteille d'eau. Ne pas avoir de contre-indications médicales. L'activité est déconseillée en cas de problèmes cardiaques, articulaires ou de dos.

CONTACT PORT-LEUCATE : Sandrine DROUET

Courriel : drouetsandrine@free.fr



Tennis SAINT-JEAN-EN-ROYANS



Découverte du tennis (mini-tennis pour les enfants).

TYPE DE STAGE/TARIFS -

- **Mini-tennis** (enfants de 4 à 8 ans) : 45 €
- **Initiation** de 9 ans à 18 ans : 80 €
- **Perfectionnement adolescents** : 80 €
- **Perfectionnement adultes (+18 ans)** : 90 €
- Tarif familial dégressif.

CONSIGNES PARTICULIÈRES -

Initiation et perfectionnement : une raquette est prêtée aux stagiaires du mini-tennis. Pour les autres stages : raquette et tenue adaptées obligatoires (short, tee-shirt, chaussures, casquette). Préinscription obligatoire avant le 14 juin.

CONTACT : Matthieu REBOUILLAT FIGUET
Tél. : 06 30 46 97 84
Courriel : m.rebouillatfiguet@gmail.com

Voile NEUVIC

Découverte de la voile et perfectionnement sur différents bateaux (Optimist, 420, Laser). Cinq demi-journées en 4 périodes. Régate le samedi. Possibilité de louer un voilier sur place.



TYPE DE STAGE/TARIFS -

- **Moussaillons** (de 6 ans révolus à 8 ans) : 67 €
- **Enfants** (-14 ans) : 82 €
- **Adolescents** (+14 ans) et **adultes** : 99 €

CONSIGNES PARTICULIÈRES -

Autorisation parentale et attestation des 25 m à la nage obligatoires.

CONTACT : Karine FLANDRIN
Pavillon 4, La Grande Borde, St Germain,
47300 VILLENEUVE-sur-LOT
Tél. : 06 84 08 34 01
Courriel : k.flandrin@orange.fr

Tir à l'arc TOURRETTES

Découverte du tir à l'arc. Initiation et perfectionnement.

TYPE DE STAGE/TARIFS -

- **Adolescents de 12 à 16 ans** : 61 €
- **+16 ans et adultes** (matériel GCU) : 81 €
- **+16 ans et adultes** (matériel personnel) : 71 €
- **Tout public** (1 heure) : 6 €

CONSIGNES PARTICULIÈRES - Matériel nécessaire : une ceinture, un carnet et un crayon. Tenue : tee-shirt près du corps et chaussures de tennis.

CONTACT : Mathieu HÉLÈNE - Tél. : 01 45 97 10 93
- 06 64 04 66 72 - Courriel : sergehelene@free.fr



Volley-ball LA FLOTTE



Initiation et perfectionnement de la pratique du volley-ball. Baby volley pour les plus jeunes. 2 heures de pratique par jour, du lundi au vendredi, tournoi le samedi.

TYPE DE STAGE/TARIFS - **Baby** de 6 à 9 ans • **Enfants** de 9 à 12 ans • **Initiation débutant** (+12 ans) • **Perfectionnement** (+12 ans) • Dates non déterminées.

CONTACT : À voir sur place.

Yoga CHAMONIX

Une semaine de Hatha-Yoga. Découverte pour les débutants et les enfants. Postures, respirations, enchaînements qui plairont à tous. Au pied du Mont-Blanc et de l'Aiguille du Midi.

TYPE DE STAGE/TARIFS - **Tout public** (les exercices sont adaptés) : 60 € les 6 séances d'1 h 30 en fin de journée • Pratique bien agréable après les randonnées en montagne.

CONSIGNES PARTICULIÈRES - Prévoir tapis, serviette, tenue souple. Lieu : dehors quand il fait beau ou dans la salle attenante au camping si besoin.

CONTACT : Marie-Claude HUBERT - Les rouges-gorges, 128 rue des Combattants AFN, 74700 SALLANCHES
Tél. : 06 72 82 87 99 - Courriel : yogarando@gmail.com
Site : www.yogarando.com



Zumba GIENS



Retrouver la forme et garder le tonus en se laissant entraîner par la musique de danse-fitness. Faire le plein d'énergie sur des rythmes exotiques sur fonds musicaux latins ou internationaux.

TYPE DE STAGE/TARIFS -

De 5 à 11 ans (1 cours par semaine) : 3 €
• **À partir de 12 ans** (2 cours par semaine), débutants, initiés ou pratiquants : 6 € • **Débutants, initiés ou pratiquants** (3 cours par semaine) : 9 €

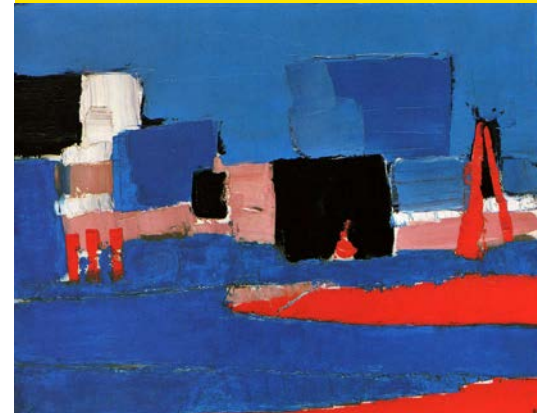
CONSIGNES PARTICULIÈRES - Baskets, vêtements légers, bouteille d'eau. Ne pas avoir de contre-indication médicale (activité déconseillée en cas de problèmes cardiaques, articulaires ou de dos). Inscriptions obligatoires à l'accueil ou auprès de la monitrice 30 minutes avant la séance.

CONTACT : Sandrine DANHYER
Instructeur diplômée Zumba-fitness
2 impasse des combettes, 69210 LENTILLY
Tél. : 06 51 16 78 59
Courriel : sandrine.danhyer@gmail.com

ACTIVITÉS CULTURELLES

Arts plastiques AUVERS-SUR-OISE

Du 31 juillet
au 4 août



Au pays de Van Gogh et des Impressionnistes, par le dessin, la peinture, la photographie, nous nous intéresserons au paysage d'aujourd'hui, dans sa représentation. Travail "sur le motif", réflexion sur l'histoire du paysage représenté, en lien avec les expositions présentes dans la région d'Auvers-sur-Oise.

TYPE DE STAGE/TARIFS - **Tout public** (10h- 12h et 14h-16h) • Adulte : 20 € • Enfant : 10 €

CONSIGNES PARTICULIÈRES - Apporter son appareil photo (éventuellement son ordinateur) ; petit matériel peinture, crayons et papiers fournis. Exposition des travaux en fin de stage. Aucun niveau technique requis.

CONTACT : Dominique LARDEUX - Tél. : 06 60 61 51 26 - Courriel : dominique.lardeux@free.fr

Chant choral SARZEAU

Sur la base d'un répertoire de chansons (françaises et internationales), apprendre et interpréter des titres a cappella, arrangés pour l'occasion à 3 ou 4 voix (en fonction des pupitres représentés). Préparation d'un concert de fin de stage.

TYPE DE STAGE/TARIFS - **Choristes adultes et ados motivés.**

• 2 h le matin (9 h 30/11 h 30) • 2 h l'après-midi (17 h 30/19 h 30) : 90 €

CONSIGNES PARTICULIÈRES - Préinscription souhaitée en vue de la constitution des pupitres.. Pas de connaissance de solfège requise.

CONTACT : Irène DORIA - Tél. : 06 11 11 85 96 - Courriel : irenedoria@wanadoo.fr



Du 30 juillet
au 4 août

Danse folk Accordéon diatonique Violon LOUBEYRAT

Danse Folk : Découverte ou perfectionnement des danses traditionnelles françaises. Pour cela, trois thèmes alternent tous les jours : un thème Poitou et deux thèmes "danses fondamentales et de bal", avec en plus un court atelier Bretagne en soirée. La danse est avant tout un loisir pratiqué dans la bonne humeur mais toujours dans le respect de quelques règles techniques de base.

Accordéon diatonique : Selon les niveaux, travail sur thèmes de musique traditionnelle, à l'oreille et (ou) sur tablature. Techniques d'accompagnement. Apprentissage de quelques airs pour le bal. **Violon :** Stage d'initiation et de perfectionnement de violon traditionnel sur des musiques dansées de diverses origines. L'objectif de la semaine est de faire danser comme en bal folk, des arrangements permettront à tous niveaux de jouer ensemble. Il n'est pas nécessaire de savoir lire la musique même si les partitions seront disponibles, il suffit de savoir jouer du violon et d'avoir des oreilles.



TYPE DE STAGE/TARIFS - Réunion d'information samedi 30 juillet.

• **Enfants -12 ans** (10 participants minimum) : **41€** • **Adolescents +12 ans et adultes** : **72€**

CONSIGNES PARTICULIÈRES - Danse folk : 100 danseurs maximum - Accordéon diatonique : Posséder un accordéon "sol-do". Cinq participants au minimum - Violon : Stage réservé aux jeunes de plus de 10 ans et aux adultes possédant un violon personnel et ayant déjà pratiqué. Cinq participants au minimum.

CONTACT : Marguerite et Milo LEMOIGNE - Kéramoal, 29290 MLIZAC - Violon : Pierrig Le Lan
Accordéon diatonique : Alain Preux - Tél. : 02 98 37 90 51 - Courriel : milo.marguerite@orange.fr

Danse modern'jazz SARZEAU

L'éveil et l'initiation à la danse permettent de façon ludique de développer l'habileté corporelle dans le mouvement dansé. Pour les plus grands, il s'agit d'être sensibilisé à la danse jazz, son énergie et sa spécificité. Cours d'essai gratuit ! Spectacle de fin de stage.



TYPE DE STAGE/TARIFS - Inscriptions sur place

- **Éveil** (3 à 5 ans) 9 h 30 - 10 h 15 : **40€**
- **Initiation** (6 à 8 ans) 10 h 15 - 11 h 15 : **45€**
- **Technique** (9 à 12 ans) 11 h 15 - 12 h 15 : **45€**

CONSIGNES PARTICULIÈRES - Inscriptions sur place à l'heure des cours auprès d'Amélie FOUBERT (professeur de danse diplômée d'état).

CONTACT : Amélie FOUBERT - Tél. : 06 87 56 01 36
Courriel : foubert.amelie@gmail.com

Danse de salon LA TRANCHE-SUR-MER



Intermédiaires/avancés (le matin) : valse, tango, paso-doble, rock, rumba...
Mini-stages (l'après-midi) : Bachata, Swing, Salsa, Boogie (inclus dans le prix du stage).
Cours débutants (20 h 30-21 h 30) : S1 Rock, S2 Salsa, S3 Bachata, S4 Salsa.
De 21 h 30 à 22 h 30 : soirée ouverte à tous les campeurs.

TYPE DE STAGE/TARIFS -

• **De 8 à 16 ans** : **45€** • **Adultes** : **98€** • **Mini-stage seul** : **50€** • **Zumba** : **28€**

CONTACT : Thierry WOLFF - "Planet'Danse" - 8 route de Saint Martin, 30100 ALÈS
Tél. : 06 28 57 44 96 - Courriel : wolfft@neuf.fr

Jeux LOUBEYRAT



Découverte de nouveaux jeux de plein air, de cartes, de plateaux. Veillées, tournois (de jeux appris), grands jeux (jeu unique collectif par équipe), jeux d'ambiance (jeux spectacle en famille type colonies de vacances, jeux sans frontières).

TYPE DE STAGE/TARIFS - Tout public à partir de 8 ans. 3 h par jour alternativement matin et après-midi (10 h à 13 h et 14 h 30 à 17 h 30) • **2 h de veillée tous les soirs** (de 20 h 30 à 22 h 30) • Un jour de repos en milieu de stage • Adulte : **20 €** • Enfant : **10 €**

CONSIGNES PARTICULIÈRES - Préscription obligatoire avant le 14 juin.
Réunion d'information le 22 juillet à 18 h.

CONTACT : Denis JULLEMIER et Caroline JOURDAN - Tél. : 06 85 78 88 26 (Denis)
Courriel : denisj@live.fr

Magie VIAS AMÉTHYSTE ET KABYLIE ET LA GRANDE-MOTTE

Découverte des grands principes de la magie à travers l'apprentissage de tours de qualité.



TYPE DE STAGE/TARIFS - Stage destiné aux 9-11 ans (4 sessions de 1 h 30 en fin de matinée, 6 à 12 enfants maximum) : **45 € les 4 séances** • **Possibilité de découvrir une formule pour les 4-6 ans**, basée sur des expériences de physique amusante accompagnées de tours de magie professionnels (4 sessions de 45 minutes, 6 à 10 enfants maximum) : **12 € la séance** •

CONSIGNES PARTICULIÈRES - Le matériel utilisé est celui que l'on trouve dans la vie courante.

CONTACT : Hugues MATHIEU (magicien professionnel et intervenant écoles et centres de loisirs)
Tél. : 06 68 54 58 97
Courriel : lecheminmagique@gmail.com

Musique chant rythme SARZEAU

Les enfants découvriront deux aspects de la musique. Le chant choral, où nous aborderons la technique vocale, l'écoute et la polyphonie. Ainsi qu'un atelier percussion à partir d'objets du quotidien, où les enfants découvriront par le jeu la pulsation, la polyrythmie et ses multiples facettes instrumentales et vocales.

TYPE DE STAGE/TARIFS - Enfants, adolescents et adultes (à partir de 8 ans) seront répartis en deux groupes selon l'âge et le nombre de participants.

De 10 h à 12 h (1 h de chant / 1 h de percussion) : **45 €**

• Représentation en fin de stage.

CONSIGNES PARTICULIÈRES - pas de notions musicales particulières requises. Inscriptions obligatoires afin d'établir des groupes et un répertoire adapté, maximum 40 enfants.

CONTACT : Cécile WALCH - Quentin PANCHER
Tél. : 06 45 49 65 95 - Courriel : cecilewalch@gmail.com (Cécile) - quentin.louis.pancher@gmail.com (Quentin)



25 juillet
•
1^{er} août

Musique de jazz SAVINES

Rencontre de musiciens (complètement autonomes) souhaitant jouer du jazz traditionnel. Réalisation de « bœufs » constructifs ; mise en place immédiate de morceaux choisis en commun. Echanger des compétences, des intérêts et trouver un plaisir commun musical.



TYPE DE STAGE/TARIFS - On s'appuiera surtout sur des partitions ou grilles comme le Real-Book... On pourra jouer, sur proposition commune, sur place : standards, blues, jazz manouche, variété Jazzy (Brassens, Trenet...). Il n'y aura pas de séance musicale pédagogique, mais seulement un échange entre musiciens d'un certain niveau. Il n'y aura pas de chef d'orchestre, ni de responsable... mais seulement une personne qui favorise cette rencontre de musiciens • De 10 h 30 à 12 h 30 dans les salles en dur du GCU (fermées à clé)

• Sur inscription : **10 €/semaine**

CONSIGNES PARTICULIÈRES - Savoir jouer en petite formation sans chef d'orchestre ; savoir lire partitions ou grilles. Une fois choisis, et après l'accord collégial pour la tonalité, le tempo, la structure, les morceaux seront joués aussitôt sous forme de bœuf dans leur totalité, puis revus et rejoués à la demande. Travail personnel possible en dehors des heures de rassemblement.

CONTACT : Gérard HAUTIERE (Pertuis 84) - Tél. : 06 15 79 47 69 - Courriel : ghautiere@hotmail.fr

Patchwork SAINT-BONNET-LE-BOURG / SARZEAU

Pour les débutants, apprendre les techniques du patchwork : piécé ou appliqué. Travaux plus élaborés pour les autres (large choix de modèles).



TYPE DE STAGE / TARIFS - **Adolescents (+14 ans) et adultes** • Participation : **10€**

CONSIGNES PARTICULIÈRES - Préinscriptions obligatoires pour Sarzeau. Utilisation de la machine à coudre (maximum 12 personnes). Fournitures et tissus non fournis. Apporter matériel et éventuellement sa machine à coudre. Saint Bonnet : débutant en première semaine uniquement

CONTACT SAINT-BONNET-LE-BOURG :

Isabelle GAUTIER - 57 Boulevard Alexandre 1^{er}
03200 VICHY - Tél. : 06 84 71 51 55

Courriel : isabellegautier46@gmail.com

CONTACT SARZEAU : Jacqueline SERIN-TINON

Lotissement Les Vignes, Route de Villelaure
84120 PERTUIS - Tél. : 06 61 82 82 91

Courriel : jserintinon@yahoo.fr

Poterie céramique GRUISSAN

Initiation aux différentes techniques du travail de l'argile : tournage, modelage et décoration. Créativité libre et accompagnée.

TYPE DE STAGE / TARIFS -

À partir de 7 ans

(9 h-12 h et/ou 17 h-20 h)

• Jusqu'à 12 ans : **12€/jour**

• À partir de 13 ans : **15€/jour**

CONTACT :

Valérie VAREILHES

160 rue René Descartes,

34130 MAUGUIO

Tél. : 06 73 89 14 59

Courriel : valerie.vareilhес@free.fr



Rencontre musicale traditionnelle LA FLOTTE-EN-RÉ

À partir d'emprunts au répertoire médiéval, Renaissance et celtique (musiques traditionnelles) les campeurs pourront former un groupe analogue aux "Bands" celtiques ou "Bagad" breton. Les airs ou partitions seront communiqués sur demande. Ensemble constitué par affinité ou nécessité pour déboucher sur l'interprétation d'un morceau analogue aux groupes celtiques ("Bagadou" ou "Bands").

7 au 11 août



TYPE DE STAGE / TARIFS -

Adultes ou ados motivés pratiquant les instruments à anches : clarinette, saxophone, hautbois, basson et cornemuses françaises (14, 16 ou 20 pouces) ; les cuivres type bugle ou cornet à piston, euphonium ; un ou plusieurs percussionnistes disposant de percussions ethniques (hors batterie de Jazz) rehausseraient l'ensemble ; ouvert à d'autres instruments qui puissent là trouver leur place.

• Adultes : **50€** • Enfants (-16 ans) : **25€** • Horaires à déterminer.

CONSIGNES PARTICULIÈRES - Travail de détail en ateliers quotidiens, répétition générale ensuite. Vous devez pouvoir jouer d'oreille ou lire une partition, et posséder suffisamment la technique de votre instrument. Venez avec votre instrument, votre mode d'enregistrement (dictaphone, ordinateur, clé usb), votre pupitre.

CONTACT : Armand WANTIEZ - sonneur de cornemuse (14, 16 & 20 pouces), professeur de musique traditionnelle en école de musique associative et musicien d'orchestre au pupitre d'Euphonium.

Tél. : 06 84 16 23 37 - Courriel : wantiez.armand@orange.fr



Sculpture sur pierre LE MENOUX

Initiation à la sculpture, le modèle aura des formes relativement simples. Type de pierre utilisé : calcaire tendre. Travail à partir de pierres cubiques ou parallélépipédiques.

24/28 juillet

TYPE DE STAGE / TARIFS - **Adolescents (+14 ans) et adultes**. De 9 h à 12 h et de 15 h à 18 h • Adulte : **20€** • Enfant : **10€**

CONSIGNES PARTICULIÈRES - Prévoir une blouse ou un tablier, des chaussures pour la sécurité. Une paire de lunettes spéciale sera fournie par le GCU.

CONTACT : Jacques THÉOLEYRE - 2 place de la Mairie
11270 GAJA-LA-SELVE - Tél. : 06 22 52 25 70

Courriel : jacques.theoleyre@gmail.com



Acquérir les connaissances nécessaires pour être capable d'exécuter une action citoyenne d'assistance à la personne en réalisant les gestes élémentaires de secours. Obtention de votre diplôme national de "Prévention et Secours Civiques de niveau 1" (PSC1).

TYPE DE STAGE/TARIFS -

Tout public à partir de 12 ans : 43 € comprenant la contribution de l'association CFS Auxerre pour l'emploi du matériel et des consommables (produit maquillage, protection individuelle, etc.), un livret aide-mémoire PSC1 et l'envoi du diplôme national à votre adresse.

LA TRANCHE SUR MER : Session 1 - lundi 24 juillet de 9 h à 13 h et mardi 25 juillet de 9 h à 13 h.

• **Session 2** - lundi 7 août de 9 h à 13 h et mardi 8 août de 9 h à 13 h. **JARD SUR MER : Session 1** - vendredi 21 juillet de 9 h à 13 h et 14 h à 18 h • **Session 2** - vendredi 11 août de 9 h à 13 h et 14 h à 18 h.

CONSIGNES PARTICULIÈRES - 10 stagiaires maximum. Plusieurs stages possibles.

CONTACT : Gérard BOLLE (Moniteur national) - 13 rue Jean Mermoz 89100 SAINT-CLÉMENT

Tél. : 06 15 91 16 68 / 03 86 64 38 92 - Courriel : gerard.bolle@sfr.fr



DORDOGNE ET VÈZÈRE : COURS D'EAU CHARGÉS D'HISTOIRE

Castels (24/28 juillet). **Tarif : 75 €**

LUNDI 24 :

LA VALLÉE OUBLIÉE

Visite du château de Commarque en option (5€ /personne, conseil- lée et à réserver).

14 km / Dénivelé 200 m.

MARDI 25 :

LA VALLÉE DE LA DORDOGNE.

Départ de Castelnaud à 9 h 00.

20 km / Dénivelé 500 m.

JEUDI 27 :

LA VALLÉE DE LA VÈZÈRE.

Classée au patrimoine mondial de l'UNESCO. RDV 9 h 00.

16 km / Dénivelé 250 m.

VENDREDI 28 :

ST-LÉON-SUR-VÈZÈRE

Un des plus beaux villages de France. La Roque Saint-Christophe (visite en option en fin de balade).

18 km / Dénivelé 400 m.

GUIDE

Jérôme Merchadou

Tél. : 06 71 76 34 01

Courriel :

jeromemerchadou@orange.fr

Adresse :

CSNPN La Feuillade - 24200

CARJAC-AILLAC

DES GORGES DE LA SIOULE À LA CHAÎNE DES PUY

Loubeyrat (7/11 août). **Tarif : 75 €**

LUNDI 7 AOÛT :

LA SIOULE ET CHÂTEAU ROCHER

Aux confins des Combrailles, randonnée dans les gorges de la Sioule dans un environnement boisé ou bocager pour découvrir le patrimoine des hameaux alentours. *Déplacements véhiculés : 20 mn / Durée 5 à 6 h / Dénivelé 500 m.*

MARDI 8 AOÛT :

PUY DE CÔME ET CHEYRE DE CÔME

Ascension en aller-retour du plus grand cône avec double cratère

de la chaîne des puy suivie d'une promenade forestière sur les coulées de ce majestueux volcan. *Déplacements véhiculés : 20 mn / Durée 5 à 6 h / Dénivelé 400 m.*

JEUDI 10 AOÛT :

AUTOUR DU PARIOU

Entre cônes, dômes, grottes, panoramas, histoire, faune et flore, ascension de plusieurs volcans de la partie centrale de la chaîne des puy. *Déplacement véhiculés : 25 mn / Durée 5 à 6h / Dénivelé 550 m.*

VENREDI 11 AOÛT :

PUY DE LA VACHE ET LASSOLAS

Au pied du Puy de Dôme, découverte de deux magnifiques cratères égueulés. Panorama sur les monts du Sancy dans un environnement des plus giboyeux. *Déplacement véhiculés : 30 mn / Durée 5 à 6 h / Dénivelé 500 m.*

GUIDE

Jean-Michel Bernardon

Géologue.

Courriel : sancy_nature@yahoo.fr

Tél. : 06 46 39 01 83



CAUSSES ET GORGES DU TARN

Pailhas (24 /28 juillet). **Tarif : 75 €**

LUNDI 24 JUILLET :

VILLAGES TROGLODYTES

Circuit exceptionnel sur les gorges du Tarn et le causse de Sauverre à la découverte d'habitats troglodytiques. Eglise romane de Liaucous, magnifiques reliefs karstiques et traversée du Cirque de Saint Marcellin. *Dénivellation 720 m / 15 km.*

MARDI 25 JUILLET :

CAYLUS ET FONT AUZAL

Entre vallée et plateau, petit tour contemplatif en milieu forestier troglodytique. Ascension par le ravin ombragé de Font Auzal jusqu'au plateau du causse Noir. Traversée du causse puis vue panoramique sur la vallée cultivée du Tarn depuis le rocher du Caylus. Descente par la chapelle de

Saint Martin de Pinet (XI^e siècle).

Dénivellation 650 m / 14 km.

JEUDI 27 JUILLET :

CAUSSE MEJEAN

À la confluence du Tarn et de la Jonte, une superbe randonnée au milieu des falaises et des reliefs typiques de roches dolomitiques ! Vue aérienne sur la jonction des 2 rivières puis sentier tortueux entre les rochers mythiques du Vase de Sèvres et du vase de Chine. Pour finir le balcon du Vertige avec observation des vautours Fauves et Moines.

Dénivellation 940 m / 15 km

VENREDI 28 JUILLET :

CAUSSE NOIR

Démarrage par une belle ascension de 500 mètres à l'ombre. Très beau parcours en balcon

au-dessus des falaises des gorges de la Jonte. Petite boucle sur le plateau du causse Noir à la découverte des « toits citernes » et du prieuré de Saint Jean des Balmes. Retour par l'ermitage aérien de Saint Michel (possibilité de baignade dans la Jonte). *Dénivellation 890 m / 14km*

GUIDE

Serge POUJOL

SEMELLES AU VENT

Adresse : Mas Cavaillac

Rue St Régis

30 120 MOLIERES CAVAILLAC

Tél. : 06 08 25 21 48

Site : www.semellesauvent.com

Courriel :

contact@semellesauvent.com





RANDO AVEC DEUX ÂNES DANS LES CEVENNES

Chamborigaud (7/11 août). **Tarif : 95 €**

LUNDI 07 AOÛT :

PIC DE LA TOURETTE (914 M)

Boucle à partir du camping. Remontée vers les ruines du château de Verfeuil et la voie romaine de Coudoulous. Poursuite par la draille qui mène au Pic de la Tourette et sa vue imprenable sur les rochers de la Trenze, Vialas et la vallée du Luech. Redescente par les bois avec petit crochet par Alteyrac et le Mas du Seigneur. *Dénivellation 500 m / 13 km.*

MARDI 08 AOÛT :

LES CRÊTES DU VENTALON (AVEC ÂNES)

Transfert en voitures jusqu'au hameau de Castagnols. Leçon de bâtage avec les ânes. Départ (boucle) vers les crêtes du Ventalon jusqu'au col de la Banette avec de beaux panoramas sur le sud des Cévennes jusqu'à la mer.

Descente vers la haute vallée du Luech au pied du Mont Lozère. *Dénivellation 750 m / 15 km.*

JEUDI 10 AOÛT :

SUR LES TRACES DE JEAN-PIERRE CHABROL

Déambulation le long du Luech pour retrouver l'ancienne scierie et le vieux moulin. Petite ascension jusqu'au hameau de Vern et au Tumulus datant de 3500 ans. Redescente jusqu'au hameau de Pont de Rastel pour découvrir la filature, le moulin en état de fonctionnement, et la vie de Jean-Pierre Chabrol. *Dénivellation 600 m / 15 km.*

VENREDI 11 AOÛT :

LA HAUTE VALLEE DU LUECH (AVEC ÂNES)

Transfert en voitures jusqu'au hameau de Castagnols. Retrouvailles avec les ânes pour une

randonnée vers la haute vallée du Luech. Passage par différents cols jusqu'au village perdu de Saint Maurice de Ventalon. Descente par la rive gauche du Luech sur le versant plein sud du Mont Lozère, et le hameau de Soleyrol. Traversée du Luech et passage par la confluence avec le Rieutord. *Dénivellation 800 m / 16 km*

GUIDE

Serge POUJOL

SEMELLES AU VENT

Adresse : Mas Cavailac

Rue St Régis

30 120 MOLIERES CAVAILLAC

Tél. : 06 08 25 21 48

Site : www.semellesauvent.com

Courriel :

contact@semellesauvent.com

ESCAPADES EN ARDÈCHE

Alboussière (31 juillet / 4 août). **Tarif : 75 €**

LUNDI 31 JUILLET :

AUTOUR DU SERRE DE MARTOURAT (851m)

Balade découverte du patrimoine bâti de Gilhoc avec de magnifiques points de vue sur les vallées de l'Ormèze et du Doux. Densité et variété des paysages de la moyenne montagne ardéchoise. *Dénivellation 500 m / 5 à 6 h de marche / 17 km.*

MARDI 01 AOÛT :

DÉAMBULATION SUR LES SENTIERS GR

Une journée sur quelques portions des GR 42, GR 42 A, GR 420 pour apprendre à reconnaître des plantes comestibles et pourquoi pas cueillir votre salade sauvage du soir.

Dénivellation 400 m / 6 h de

marche / 16 km.

JEUDI 03 AOÛT :

AUTOUR DU SERRE DE ROCHE-MOUTON (811M)

Balade empruntant de vieux chemins à travers des paysages agricoles et forestiers façonnés par le travail des hommes. Une randonnée qui aurait plu à Jean Ferrat et qui respire la fidélité à ce terroir si attachant.

Dénivellation 450 m / 5 h de marche / 15 km.

VENREDI 04 AOÛT :

2 formules au choix

1) LE SERRE DE LA ROUE (949M) À LA JOURNÉE

Superbe randonnée avec à l'Est le Vercors, le massif des 3 becs, le Ventoux, et à l'Ouest les Monts d'Ardèche dominés par le Mont

Mézenc. *Dénivellation 480 m / 6 h de marche / 17 km.*

2) DECOUVERTE DU PATRIMOINE LOCAL EN 2 RANDONNÉES À LA DEMI-JOURNÉE

Maison fortes et église du XII^e.

Dénivellation 150 m / 2 h de marche / 5 km.

Le château de Crussol.

Dénivellation 410 m / 2 h 30 de marche / 5,2 km.

GUIDE

Philippe CORDIER

Bureau Montagne Ardèche Verte

Maison de la randonnée

Adresse : Rue St Régis

07 520 LALOUVESC

Tél. : 06 75 66 73 49

Site : www.bureau montagne-ardecheverte.org





ÉQUITATION SAINT-JEAN-DE-MONTS

Centre équestre "La chevauchée des dunes" - Avenue des Épinettes-Orouet - 85160 SAINT JEAN DE MONTS.

Tél. : 06 87 48 12 97

Courriel : contact@lachevaucheedesdunes.fr

Site : lachevaucheedesdunes.fr

Activités : balades à cheval encadrées dans la dune et sur la plage, balades en main pour les enfants dans la dune (30 min. ou 1 h), stage d'initiation et de perfectionnement pour les 7-12 ans.

SURF JARD-SUR-MER

"Vendée Surf schools" - Plage de la Mine à Jard sur mer et plage du Veillon à Port Bourgenay/Talmont Saint Hilaire - Philippe Guillet - 7 Rue Pierre Morisset - 85520 JARD SUR MER.

Tél. : 06 84 50 96 17

Site : www.vendeesurfschools.com

Activités : Cours de surf ou body board à partir de 7 ans, cours collectifs (8 personnes maxi), école labellisée par la fédération française de surf.

PARAPENTE SELONNET

"Choukri Adventure Sport"

Contact : [Bedda CHOUKRI](mailto:Bedda.CHOUKRI@head.com) (accompagnateur en montagne, moniteur parapente)

Tél. : 06 07 22 04 77

Site : <http://catalog.head.com/#/catalogs>

RANDONNÉES PÉDESTRES VIC SUR CÈRE, CHATILLON EN DIOIS, CAMPRIEU, PIERREFICHE, SAUMANE, CHAMBORIGAUD.

"Semelles au vent", Mas Cavaillac 30120 MOLLÈRES CAVAILLAC.

Site : www.semellesauvent.com

Courriel : semellesauvent@hotmail.com

Tél. : 04 67 81 23 95

Activités : En liberté ou en accompagnées. Week-end à thèmes, séjours en Cévennes et dans la Drôme.



RANDONNÉES PÉDESTRES
Séjours et week-end

NOUVEAUTÉ
2017

Sports nautiques



AVIRON
Volx

AVIRON VOLX

École Française d'Aviron, plan d'eau des Vanades, 04100 MANOSQUE

Contact : [Frédéric DIEUDONNÉ](mailto:Frédéric.DIEUDONNÉ@orange.fr)

Tél. : 06 03 44 46 22

Courriel : sabine.dieudonne@orange.fr

Activités : aviron, randonnées sur l'eau, handi-aviron.

CANOË-KAYAK CASTELS

"Le Plongeur" - Le Garrit (D703 direction Siorac) 24220 ST-CYPRIEN

Tél. : 06 84 39 66 23 - 06 83 33 36 38

Activités : descentes de la Dordogne en canoë-kayak. Cinq parcours de 10, 13, 18, 22 et 32 km (départ en minibus).

CATAMARAN / PLANCHE À VOILE MESNIL-ST-PÈRE

CNA VOILE (formation à la voile) - Maison des Lacs 10140 MESNIL-SAINT-PÈRE

Tél. : 03 25 41 27 37

Courriel : contact@cnavoile.com

Site : www.cnavoile.com

Activités : stages de catamaran et de planche à voile -10% sur les tarifs pour les adhérents du GCU.



CATAMARAN
Mesnil-St-Pré



ASPTT (PRATIQUE DE LA VOILE)

TROYES (SECTION VOILE)

Base de Mesnil-St-Père 10140 MESNIL-SAINT-PÈRE

Tél. : 03 25 80 73 75

Courriel : jpfm@wanadoo.fr

Activités : dériveur, planche à voile, catamaran, stages.

KAYAK / RAFTING SAVINES-LE-LAC

"Eau vive" Port du plan d'eau - 05200 EMBRUN

Tél. : 04 92 43 09 18 / 06 09 52 43 55

Courriel : contact@eau-vive-embrun.fr

Activités : kayak en rivière, kayak de randonnée sur lac, rafting.

VOILE SARZEAU

École de voile du Roaliguen - 56370 SARZEAU

Contact : René CORTON

Tél. : 02 97 41 96 95 - 06 85 23 11 36

Courriel : ev.roaliguen@wanadoo.fr

Site : www.le-roaliguen.com

Activités : voile (cours, stages, initiation, perfectionnement) et locations.

VOILE / CHAR À VOILE COUTAINVILLE

Club nautique - Rue des Dunes 50230 COUTAINVILLE

Tél. : 02 33 47 14 81

Courriel : c.n.c@tiscali.fr

Activités : voile et char à voile, à partir de 8 ans. Planche à voile à partir de 14 ans. Location de catamarans, planches, cerfs-volants.

VOILE / PLANCHE À VOILE SCIEZ

Base nautique, La Renouillère 74140 SCIEZ

Tél. : 04 50 72 62 77

Courriel : bnsctie@orange.fr

Site : voileasciez.fr

Activités : école de voile (tout âge), régates, planche, handivoile.



Sports divers



LOISIRS / SPORTS DE MONTAGNE

LUCHON

"Appeldair" - 63, allée d'Étigny, 31110 LUCHON

Contact : Th. et O. COTTEREAU

Tél. : 05 61 89 02 79 - 06 87 37 68 73

Courriel : appeldair-luchon@orange.fr

Activités : sports d'eaux vives, VTT, randonnées, escalade, arapaho (trotinette de descente).

SPORTS DE PLEIN AIR

PRÉMANON

La boîte à Montagne - 411, rue Pasteur,

39220 LES ROUSSES

Tél. : 09 61 35 01 64

Courriel : infos@laboiteamontagne.fr

Site : www.la-boite-a-montagne-jura.fr

Activités : canyoning, via ferrata, escalade, randonnée pédestre, VTT, biathlon, trotinette de descente, cani-rando.

PARAPENTE GRANDCAMP-MAISY

École de parapente, Elementair Basse Normandie

144506 PORT-EN-BESSIN

Tél. : 06 87 29 15 02

Courriel : elementair@elementair.fr

Activités : parapente deux places.



PARAPENTE PAILHAS

Ecole de parapente et sport aventure

"Millau horizon" - 12000 MILLAU

Tél. : 05 65 59 78 60

Courriel : info@horizon-millau.com

Site : www.horizon-millau.com

Activités : parapente, via ferrata, spéléologie, canyoning, escalade, parcours aventure...

Randonnées Pédestress / VTT / Équitation / Sorties Culturelles

AUVERS-SUR-OISE

Parc Naturel Régional du Vexin français - Maison du Parc - 95450 THÉMÉRICOURT

Tél. : 01 34 48 66 10

Courriel : icontact@pnr-vexin-francais.fr

SPORTS ÉQUESTRES ALBOUSSIÈRE

Centre équestre d'Antoulin 07440 CHAMPIS

Tél. : 06 68 88 12 40 - 06 62 49 12 79

Activités : enfants et adultes, à poney ou à cheval, découverte et perfectionnement de l'équitation de loisir et sportive (balades, randonnées, cours, stages de la journée à la semaine).

SPORT NATURE SCIEZ

Sports et Nature

Contact : Frank BALMIER

Tél. : 06 64 12 91 38

Courriel : contact@sports-nature.net

sport.nature74@gmail.com

Activités : via ferrata, canyoning, spéléologie, randonnées en montagne.



SPORT NATURE
Sciez



CANOË-KAYAK
Castels

CANOË-KAYAK CASTELS

"Le Plongeur" - Le Garrit (D703 direction Siorac)
24220 ST-CYPRIEN

Tél. : 06 84 39 66 23 - 06 83 33 36 38

Activités : descentes de la Dordogne en canoë-kayak. Cinq parcours de 10, 13, 18, 22 et 32 km (départ en minibus).

VTT PONT-DU-FOSSÉ

Bureau des Accompagnateurs
en Montagne du Champsaur
Pont-du-Fossé - 05260 ST-JEAN-ST-NICOLAS

Contact : Bernard PASCAL

Tél. : 04 92 55 60 20 - 06 80 30 02 54

Courriel : infos@accompagnateurs-champsaur.com

Activités : VTT de montagne, randonnées classiques - niveau moyen (bleu) niveau confirmé (rouge). Retour navette, possibilité location VTT.

VTT / TIR À L'ARC / ESCALADE / RANDONNÉE / SPORTS ANTIQUES / BARQUES DE PÊCHE... NEUVIC

"Au Grand Air" - Station Sports Nature Corrèze
La Plage - 19160 NEUVIC

Contact : Bernard PASCAL

Tél. : 05 55 95 60 67 - 06 79 14 24 23

Courriel : anshd@orange.fr

Activités : VTT de montagne, randonnées classiques - niveau moyen (bleu) niveau confirmé (rouge). Retour navette, possibilité location VTT.



SPORTS ÉQUESTRES
Alboussière



VTT
Pont-du-Fossé

HÉBERGEMENTS LOCATIFS

Vous ne souhaitez pas investir immédiatement dans du matériel de camping, plusieurs terrains du GCU sont dotés d'hébergements locatifs. Toutes ces locations sont implantées dans un esprit d'équilibre. Vous trouverez sur notre site Internet la liste des terrains concernés.

5
PERSONNES
MAXIMUM

Bungalow toile

TOUT EST FAIT POUR
QU'À VOTRE ARRIVÉE
VOUS AYEZ JUSTE
À VOUS INSTALLER



Mobil-home

6
PERSONNES
MAXIMUM

LOUER UN MOBIL-HOME
PERMET D'ALLIER
LES JOIES ET LA
CONVIVIALITÉ DU CAMPING



5
PERSONNES
MAXIMUM

Mobil-home toilé



DEMANDE D'ADHÉSION

À DÉCOUPER OU À COPIER ET À RENVOYER À :
GCU - 72 BOULEVARD DE COURCELLES - 75017 PARIS

Nom et prénom _____

Adresse _____

Code postal _____

Ville _____

Signature _____

L'ADHÉSION AU GCU EST INDISPENSABLE POUR POUVOIR
S'INSCRIRE AUX ACTIVITÉS CULTURELLES ET SPORTIVES.
À LA RÉCEPTION DE CETTE DEMANDE VOUS RECEVREZ EN
RETOUR L'IMPRIMÉ "ADHÉSION" À RETOURNER AU GCU
AVEC LE RÉGLEMENT.



80 ans

UNE UTOPIE TOUJOURS D'ACTUALITÉ

POUR NOUS CONTACTER

GCU - 72 boulevard de Courcelles - 75017 Paris

Tél. : 01 47 63 98 63

Courriel : gcu@gcu.asso.fr

Pour plus d'informations, visitez notre site Internet : www.gcu.asso.fr