



LA SEYNE SUR MER

COMMENT NOUS REJOINDRE ?

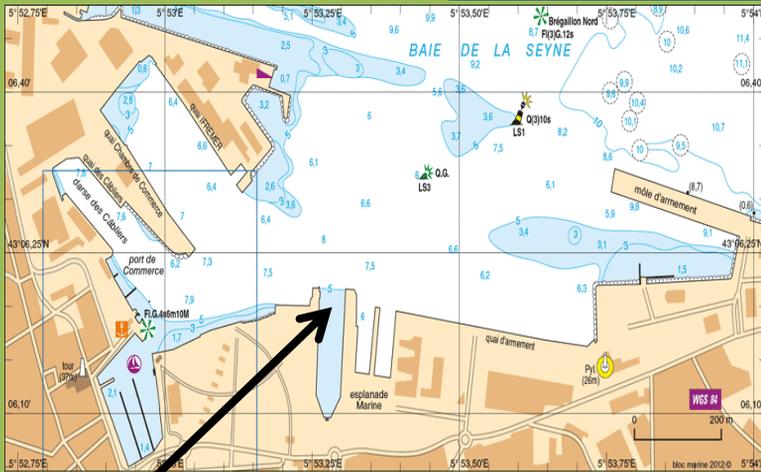


- **EN VOITURE** : Paris : 842 km Lyon : 380 km Bordeaux : 712 km Nantes : 1050 km
- **EN TRAIN** : Paris-Toulon : 3h50 / SNCF : 3635 www.voyages-sncf.com
- **EN AVION** : Aéroport Toulon-Hyères Tél. : 0825 01 83 87 www.toulon-hyeres.aeroport.fr
- **EN BUS** : www.reseaumistral.com Tel : 04 94 03 87 03

N'OUBLIEZ PAS D'EMPORTER

- **Bottes (en cas de pluies...), chaussures de pont ou de sport (antidérapantes).**
- **Nécessaire de toilette, serviette éponge, linge de rechange en fonction de la durée du stage.**
- **Duvet (sac de couchage), petit coussin ou oreiller (si vous êtes coutumier), drap double.**
- **Vêtements chauds quelque soit la saison, bonnet.**
- **Lunettes de soleil, cordon ou lanière de retenue pour les lunettes.**
- **Gants "protection des paumes" en manœuvres pour les cordages (uniquement pour les stages sur voilier ou sur catamaran).**
- **Crème haute protection (y compris pour les lèvres).**
- **Un ciré complet vous est prêté par M.C.V., votre ciré personnel à vos mesures, si vous le possédez est bien sûr préférable.**

PLAN DU PORT



Route du Jasmin



INFORMATIONS PRATIQUES

LIEU : LA SEYNE SUR MER www.la-seyne.fr

RENDEZ-VOUS : *Port neuf de la Seyne sur Mer*. En cas d'empêchement ou de retard : prévenir M.C.V. (si possible avant 18h le vendredi soir. En dehors des horaires d'ouverture, votre formateur laissera un message sur son répondeur pour vous indiquer l'emplacement exact du voilier) ou la Capitainerie

Tél. : 0800.99.36.02.62 www.cote.azur.fr

INFOS SUPPLÉMENTAIRES : *Possibilité, si vous le désirez, de dormir la veille du stage sur le bateau*

Même lieu – La porte d'entrée du bateau est fermée par un CADENAS à code chiffré. Pour enlever la porte, ALIGNEZ le chiffre qui vous sera communiqué en face des repères du cadenas (pensez à prévoir la lampe de poche si vous arrivez de nuit).

A noter que par temps de pluie, la passerelle d'accès au ponton est très glissante. En l'empruntant, soyez prudent(s) et attentif(s), ainsi que sur tous les pontons de manière générale. Votre Formateur vous rejoindra le matin vers 9h, avitaillement partiel fait (sauf exception).

BLOC SANITAIRES & DOUCHES DE LA CAPITAINERIE : (à utiliser impérativement lorsque le voilier est au port).