

LA CIOTAT PORT DES CAPUCINS

COMMENT NOUS REJOINDRE ?

- **EN VOITURE** : Paris : 806 km Lyon : 347 km Bordeaux : 679 km Marseille : 32 km
- **EN TRAIN** : Paris-Marseille : 3h30 / SNCF : 3635 www.voyages-sncf.com
 - TER jusqu'à la CIOTAT au 0 800 11 40 23 (numéro vert tous les jours de 7h à 21h30)
- **EN AVION** : Aéroport Marseille Provence Tél. : 0820 811 414 www.marseille.aeroport.fr
 - Navettes autocars de l'aéroport jusqu'à la gare Saint-Charles + TER



Possibilité de parking près du port

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.**
- **Drap double faisant office de housse du dessous, Duvet (sac de couchage), petit coussin ou oreiller (si vous êtes coutumier).**
- **Vêtements chauds quelle que 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.**
- **Combinaison TPS personnelle pour les stages « world sailing ».**

PLAN DU PORT



INFORMATIONS PRATIQUES

LIEU : LA CIOTAT www.laciotat.com

RENDEZ-VOUS : A l'intérieur du salon nautique de la Ciotat, Hall A – Emplacement 03 (face au stand Macif Centre de Voile). Une invitation vous a été envoyée par courrier pour accéder aux Nauticales.

En cas d'empêchement ou de retard : prévenir M.C.V. avant 18h le vendredi soir ou votre formateur (téléphone sur la fiche d'embarquement).

Pour information:

www.laciotat.fr / www.laciotat.info

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).