


# Saison 2026

Toutes les formations de l'année



*Centre de Voile*



A man with short brown hair, wearing blue sunglasses, a bright blue jacket, and a black life vest, is sailing on a boat. He is looking towards the horizon. The boat has orange buoys and a red rope coiled on the deck. In the background, there are other sailboats on the water under a clear blue sky.

L'ÉDITO	03
L'ÉCOLE DE VOILE	04
LA NAVIGATION EN ATLANTIQUE	10
LA NAVIGATION EN MÉDITERRANÉE	20
LES FORMATIONS EN DÉTAIL	32
LES FORMATIONS SPÉCIFIQUES	38
LA PRIVATISATION	49
LES INFOS PRATIQUES	52



*Toutes nos formations  
sur notre site internet  
[www.macifcentredevoile.fr](http://www.macifcentredevoile.fr)*



*École ouverte  
à toutes et tous !*

# L'édito



## Naviguer autrement avec Macif Centre de Voile !



Cela fait maintenant 38 ans que Macif Centre de Voile, association loi 1901, forme avec professionnalisme tous les plaisanciers – qu'ils soient débutants ou marins aguerris – désireux d'acquérir les connaissances et les bonnes pratiques pour que la navigation concilie passion et raison. Notre école est ouverte à tous et agréée par la Fédération Française de Voile. Nous vous proposons des formations exigeantes, encadrées par des professionnels expérimentés, dans une ambiance conviviale et responsable. La volonté de vous accompagner, quel que soit votre niveau, pour disposer des bons gestes dans toutes les conditions de navigation est notre raison d'être.

Chaque année, notre offre s'étoffe au rythme de vos attentes et 2026 s'annonce comme une saison exceptionnelle avec des parcours inédits, des destinations élargies et des expériences toujours plus immersives.

### Les nouveautés 2026 - Cap sur l'inédit !

De nouvelles boucles innovantes et variées voient le jour, pour les amoureux du large et des navigations au long cours :

#### EN ATLANTIQUE :

- Boucle vers les Açores : direction l'archipel portugais pour une navigation hauturière hors du commun.
- Aller-retour jusqu'à Cork en Irlande, pour une aventure celtique entre nature brute et ports typiques.
- Aller-retour à Bordeaux, via l'estuaire de la Gironde, pour conjuguer navigation et patrimoine.
- Grande boucle vers l'Écosse, incluant un tour par le nord et un retour par le canal calédonien, avec une traversée exceptionnelle du Loch Ness.

#### ET EN MÉDITERRANÉE :

L'offre s'étoffe également côté Méditerranée avec des itinéraires plus variés et sensoriels :

- Corse et Sardaigne, pour des navigations alliant criques préservées et traditions insulaires.
- Côte italienne de Toulon à Rome, en passant par les plus beaux ports de la Riviera et du Latium.
- Tour complet des îles d'Hyères à Saint-Tropez, boucle au départ et retour à Toulon.
- Stage "Whale Watching" : expérience nocturne inoubliable mêlant observation des cétacés, lecture des étoiles et apprentissage des protocoles de navigation écoresponsable.
- Stage "Déconnexion" sans portable et en navigation à l'estime.
- Formations Sécurité-Survie sur catamaran.

### Et toujours... nos valeurs sûres

La brochure conserve ses incontournables qui font la renommée de notre école :

- Stages sur monocoques et catamaran toute l'année, en Atlantique et Méditerranée.
- Destinations phares : Corse, Bretagne, côtes atlantiques et méditerranéennes.
- Différents Packs pour progresser à votre rythme.
- Formations par niveau, du débutant à l'autonomie.
- Accompagnement individualisé via le Coach Plaisance.
- Formations spécialisées : module voile du capitaine 200, sécurité, manœuvres de port, météo, etc.

### Une équipe à votre service

En mer, nos formateurs diplômés et passionnés ont à cœur de transmettre leur savoir avec rigueur, pédagogie et convivialité. Ce même engagement à votre service est aussi ce qui anime notre équipe à terre, une équipe à votre écoute pour déterminer la formation qui vous correspond le mieux, selon vos objectifs et vos envies. En 2026, vivez une saison de navigation exceptionnelle avec Macif Centre de Voile : des découvertes, des rencontres et le grand large comme horizon.

Bon vent et à très vite sur les pontons.



**Bertrand Delignon**

Président du directoire Macif Centre de Voile







# L'école de voile





# L'ÉCOLE ( > < )

**Pour vivre la mer sereinement !**

**Bien plus qu'une école de voile, nous sommes un acteur engagé pour une mer plus sûre, un monde plus durable et une pratique de la navigation plus humaine.**

Depuis 1987, Macif Centre de Voile trace une route singulière dans le monde de la formation nautique. Née de la volonté de passionnés de rendre la mer plus sûre, notre école à but non lucratif vous propose une approche inédite : apprendre à naviguer tout en intégrant les bons réflexes de sécurité, dès le premier niveau.

Ce qui nous distingue ?

- Une école associative ouverte à toutes et tous.
- Une pédagogie centrée sur la prévention.
- Des formations embarquées sur voiliers habitables, pour un apprentissage concret et responsable.

## ■ UNE ÉCOLE RECONNUE, DES FORMATIONS D'EXCELLENCE

Avec près de 40 ans d'expérience, plus de 2 000 stagiaires chaque année et une équipe de 20 formateurs passionnés, Macif Centre de Voile, c'est aussi :

- une flotte moderne de 11 bateaux (10 monocoques et 1 catamaran) ;
- des formations labellisées et agréées par la Fédération Française de Voile, les Affaires Maritimes, le Ministère de la Jeunesse et des Sports ;
- le label École Française de Croisière, l'habilitation à organiser les stages de sécurité World Sailing et le label Coach plaisance.

## ■ DES FORMATIONS POUR TOUS LES NAVIGATEURS

Débutants ou confirmés, vous trouverez la formule qui vous correspond parmi nos 4 grands types de formations :

- par niveau ;
- itinérantes ;
- permis mer (côtier et hauturier) ;
- thématiques.

Entre les Week-ends tous niveaux, les formations du Premiers bords jusqu'à l'Autonomie en semaine, les formations itinérantes de neuf jours et plus ou avec un lieu de départ et d'arrivée différents, les stages famille, groupe ou couple (programmation spécifique selon demande) avec

10% de remise, les Rallyes pour amateurs ou avertis, les navigations hauturières pour chevronnés, les Permis mer, les Formations à la navigation sur catamaran, les stages thématiques, le coach plaisance... vous trouverez obligatoirement dans toutes ces propositions, qui ont de quoi séduire celles et ceux qui hésitent encore, la formule qui vous conviendra le mieux !

Nos formations se déroulent au départ de La Rochelle (Port des Minimes), Vannes (Port de la Rabine), Marseille (Port de la Pointe rouge) ou Toulon (Vieille Darse). Certaines peuvent aussi commencer à l'étranger ou en France hors-métropolitaine !

## ■ PRÊT À PRENDRE LE LARGE ?

Nos formations sont conçues pour vous faire progresser rapidement, dans des conditions optimales. À la fin, votre parcours est valorisé par le Passeport FFVoile, véritable carnet de bord de vos compétences.

Macif Centre de Voile, c'est plus qu'une école, c'est aussi :

- une communauté passionnée ;
- un engagement fort pour la sécurité en mer ;
- un accompagnement sur-mesure, même sur votre propre bateau avec le Coach Plaisance.



**Feuilletez la suite pour découvrir notre offre complète de stages...** et embarquez avec nous vers une navigation plus sûre, plus libre, plus engagée.





# LES FORMATEURS ( )

**Des marins aguerris, des pédagogues passionnés.**  
**Ce sont eux qui font toute la différence.**

Nos formateurs, salariés permanents de l'association et véritables professionnels de la mer, cumulent des milliers de milles parcourus sur toutes les mers du globe, principalement en école de voile. Diplômés d'État ou titulaires du BPJEPS spécialité croisière, ils mettent leur expertise au service de votre progression, avec pédagogie, patience et enthousiasme.

À bord, ils vous accompagnent à votre rythme, vous transmettent les gestes techniques justes, les manœuvres essentielles, et vous préparent à une navigation sûre, fluide et efficace.



*... Et ils ne sont pas tous en photo !*



## ■ LES ENGAGEMENTS RSE DE MACIF CENTRE DE VOILE

### ● PRÉVENTION DES RISQUES EN MER

- Sensibiliser toutes les parties prenantes pour un monde préservé et durable.
- Lutter contre les violences et discriminations pour un environnement respectueux et solidaire.
- Garantir aux formateurs un cadre de travail sûr et protecteur.

### ● PRÉVENTION DE L'ENVIRONNEMENT

**Charte environnementale Eco nav** pour limiter l'impact de notre activité nautique :

- Réduction et maîtrise des déchets à bord.
- Gestion responsable des sanitaires.
- Préservation des écosystèmes marins.
- Sensibilisation à la sobriété écologique.

### ● PRÉVENTION DES VALEURS HUMAINES

- Attention à la posture physique et psychologique.
- Promotion de valeurs morales et sociales fortes.
- Respect de soi, des autres et de l'environnement partagé.

**LA PRÉVENTION SOUS TOUTES SES FORMES : LE FER DE LANCE DE MACIF CENTRE DE VOILE**



# LA FLOTTE ( )

Les 11 voiliers de la flotte 2026 sont des voiliers habitables, performants et confortables, entretenus et équipés pour la plupart d'une électronique de pointe. Grâce à eux et à leurs équipements associés, vous avez la certitude de naviguer dans les meilleures conditions ! Pour chacune des formations, le type de bateau est adapté en fonction des objectifs pédagogiques des programmes et de votre niveau.

## DUFOUR 37 MACIF 37 (2023)

Le voilier Dufour 37 est un monocoque habitable de croisière conçu par l'architecte naval Umberto Felci. Il bénéficie d'une coque en infusion pour une bonne maîtrise du poids et une plus grande solidité du bateau. Grâce à une optimisation des volumes, il offre une vraie cabine avant très spacieuse, avec une belle hauteur sous barreau.

**4 stagiaires** - Longueur : 9,99 m - Largeur : 3,80 m  
Tirant d'eau : 1,9 m - Déplacement : 6 474 kg - Voilure au près : 60 m<sup>2</sup>



## DUFOUR 382 MACIF 30 (2019)

Ce Voilier de 11 mètres a été conçu pour optimiser le confort à bord, quelles que soient les conditions de navigation. Il est également doté d'un gréement qui permet de conserver un bateau bien équilibré. Ce voilier est fait pour les navigateurs en recherche de performance et de dynamisme, en offrant aussi un contrôle et une facilité de manœuvre.

**5 stagiaires** - Longueur : 11,25 m - Largeur : 3,85 m  
Tirant d'eau : 1,9 m - Déplacement : 7 060 kg - Voilure au près : 58 m<sup>2</sup>



## DUFOUR 390 MACIF 31 (2020), MACIF 33 (2021)

Des sensations intenses, telle est la promesse de cette génération de voiliers Dufour. Ce nouveau modèle possède une carène performante et équilibrée pour un contrôle maximal et une finesse de barre incomparable. Concentré d'astuces innovantes, de technologie et d'optimisation, il s'impose comme le voilier le plus complet de sa catégorie.

**5 stagiaires** - Longueur : 11,94 m - Largeur : 3,99 m  
Tirant d'eau : 1,95 m - Déplacement : 7 700 kg - Voilure au près : 66,5 m<sup>2</sup>



## DUFOUR 390 GL MACIF 35 (2022), MACIF 36 (2022)

Le plaisir de barrer et des sensations intenses dans un voilier au style incomparable, voici la promesse de ce Dufour. Vous apprécierez la nouvelle forme de sa coque, qui améliore sensiblement la navigation, aussi bien par gros temps que par vent faible. La carène, revisitée, apporte un gain de stabilité et un volume intérieur plus important.

**5 stagiaires** - Longueur : 11,94 m - Largeur : 3,90 m  
Tirant d'eau : 1,95 m - Voilure au près : 66,5 m<sup>2</sup>







## DUFOUR 41 MACIF 38 (2025)

Sur ce voilier de croisière de plus de 12 mètres, le volume du cockpit est comparable à celui d'un voilier de plus grande taille. Il marque le nouveau millésime qui apporte modernité, luminosité et de nombreuses innovations tout en conservant l'ADN de la marque. Il offre des espaces très étudiés pour circuler librement et en toute sérénité à bord.

**6 stagiaires** - Longueur : 12,75 m - Largeur : 4,30 m  
Tirant d'eau : 2,10 m - Voilure au près : 74,30 m²



## DUFOUR 430 MACIF 32 (2020), MACIF 34 (2021)

Quand Performance rime avec simplicité. Cette quête d'équilibre est la vocation première du Dufour 430. D'une élégance naturelle, il se démarque par sa carène aux lignes souples. Le pont illustre une parfaite optimisation, tant par l'aisance de la circulation à bord, que par sa palette d'équipements haut de gamme.

**6 stagiaires** - Longueur : 13,24 m - Largeur : 4,30 m  
Tirant d'eau : 2,10 m - Déplacement : 9 700 kg - Voilure au près : 92 m²



## DUFOUR 45 E MACIF 27 (2018)

Ce voilier est issu de la ligne Performance. Il est un véritable concentré de puissance, dans un écran racé et élégant. Ses lignes allient modernité, sportivité et confort. Conçu pour la navigation rapide, il n'oublie pas ceux qui veulent prendre le temps de profiter de la vie en mer. Sa prise en main est très aisée et sa maniabilité optimale, vous vous sentirez en toute sécurité.

**6 stagiaires** - Longueur : 13,95 m - Largeur : 4,30 m - Tirant d'eau : 2,40 m - Déplacement : 10 870 kg - Voilure au près : 113 m²



## LAGOON 380 S2 CATA MACIF (2024)

Ce catamaran de croisière habitable est un magnifique multicoque, parfait pour les petits équipages, en famille ou entre amis. Le pont est particulièrement spacieux. L'espace disponible facilite également les déplacements entre les différents endroits. Pour les amateurs de vitesse, le Lagoon 380 S2 avec ses deux moteurs puissants permet de profiter de la croisière.

**6 stagiaires** - Longueur : 11,50 m - Tirant d'eau : 1,15 m  
Nbre demoteurs : 2 - Cabines doubles : 4 - Salles de bains : 2









# La navigation en Atlantique





# LES FORMATIONS

**L'Atlantique, pour les marins dans l'âme !** Préparez-vous à larguer les amarres pour une année haute en couleurs, en découvertes et en apprentissages sur la côte Atlantique ! En 2026, embarquez pour des boucles inoubliables, entre Açores, Irlande, Écosse et plus encore !

## ■ JANVIER À MARS DIRECTION LES AÇORES

### **La Rochelle / Porto**

- Niveau Autonomie.
- Du 19 au 31 janvier.

### **Porto / Horta**

- Niveau Évolution + Autonomie.
- Du 2 au 14 février.

### **Horta / Horta**

- Niveau Perfectionnement + Évolution.
- Du 16 au 28 février.

### **Horta / La Rochelle**

- Niveau Autonomie.
- Du 2 au 15 mars.

## ■ MAI À JUIN CAP SUR L'IRLANDE

### **Brest / Cork**

- Niveau Évolution + Autonomie.
- Du 25 mai au 5 juin.

### **Cork / La Rochelle**

- Niveau Autonomie.
- Du 7 au 20 juin.

## ■ JUIN ET AOÛT BORDEAUX À LA VOILE !

### **Allers : La Rochelle / Bordeaux**

- Niveau Perfectionnement.
- Du 6 au 13 juin et du 10 au 15 août.

### **Retours : Bordeaux / La Rochelle**

- Niveau Évolution.
- Du 15 au 19 juin et du 17 au 22 août.

## ■ JUILLET À SEPTEMBRE L'ÉCOSSE AUTREMENT !

Un incroyable tour de l'Écosse du nord au sud via le Loch Ness !

### **La Rochelle / Brest**

- Niveau Premiers bords + Perfectionnement.
- Du 6 au 18 juillet.

### **Brest / Dublin**

- Niveau Évolution + Autonomie.
- Du 20 juillet au 1<sup>er</sup> août.

### **Dublin / Glasgow**

- Niveau Premiers bords + Perfectionnement.
- Du 3 au 15 août.

### **Glasgow / Inverness**

- Niveau Évolution + Autonomie.
- Du 17 au 29 août.

### **Inverness / Dublin**

- Niveau Premiers bords + Perfectionnement.
- Du 31 août au 12 septembre.

### **Dublin / La Rochelle**

- Niveau Autonomie.
- Du 14 au 27 septembre.

## ■ PACKAGE GRANDE CROISIÈRE (JANVIER À MARS)

- Météo : du 17 au 18 janvier.
- Entretien bateau : du 7 au 8 février.
- Sécurité : du 28 au 29 mars.



*Pour rappel, ces formations sont indissociables. Il faudra vous inscrire obligatoirement sur toutes les dates planifiées pour ce package "Grande croisière".*



**Toutes nos formations  
sur notre site internet  
[www.macifcentredevoile.fr](http://www.macifcentredevoile.fr)**

Et bien sûr, nos formations récurrentes sur l'Atlantique restent disponibles : stages tous niveaux, formations thématiques, itinérantes, permis bateaux... Tout est là pour vous satisfaire et vous faire progresser et ce, dans la bonne humeur et la sérénité.

En 2026, prenez le large avec nous pour explorer, apprendre et vivre des moments de mer inoubliables.





## INFO

*Pour les formations de plus de 6 jours, le 7<sup>e</sup> jour sera un jour sans navigation avec possibilité de visite d'un lieu afin de permettre au formateur et au reste de l'équipage de se reposer et de repartir le lendemain en pleine forme.*





## ■ FORMATION ITINÉRANTE, DE BREST À DUBLIN

- Niveau Perfectionnement + Évolution.
- Durée : 13 jours.

Un itinéraire à couper le souffle entre mer d'Iroise et mer d'Irlande ! Votre formation vous permet aussi d'aborder des rivages de légendes... Les mythes celtiques vous attendent.

Sur une distance de 350 milles, vous alternez :

- des navigations hauturières comportant des navigations de nuit ;
- avec des parcours côtiers pour découvrir des mouillages renommés sur le Canal de Bristol et le canal de Saint-Georges, avant d'aborder la mer d'Irlande.

Le programme prévoit trois grandes étapes :

### ÉTAPE 1 : les côtes de légendes et les Scilly

Une navigation peut s'effectuer entre Brest et une escale voulue sur les côtes de légendes Ouessant/Les Abers en évoluant à travers les cailloux dans le chenal du Four et/ou le Fromveur. Vous partez ensuite pour une traversée d'environ 100 milles avec navigation de nuit pour rejoindre les îles Scilly. Gestion des bascules de vent, de la marée et du trafic incessant des cargos, dont le fameux rail d'Ouessant, seront au programme de cette transmanche. Vous découvrirez alors l'archipel des Scilly, considérées comme les Antilles d'Angleterre avec ses plages de sable blanc rendant l'eau turquoise ; seule la température de celle-ci vous rappelle votre latitude !

### ÉTAPE 2 : traversée de la mer celtique

Au départ des Scilly, deux scénarios dans la mer celtique sont envisageables :

- soit vous rejoignez le sud-ouest de l'Irlande ;
- ou bien vous faites route vers le Pays de Galles.



La côte nord de la Cornouaille anglaise offre peu d'abris avant le canal de Bristol. Il faut donc compter un peu plus de 130 milles pour rejoindre le sud du pays de Galles avec des marinas, telles que Milford Haven, Swansea ou Cardiff, mais aussi un joli lot de mouillages bien abrités.

De là, vous prolongez votre route en contournant la réserve naturelle du Pembrokeshire pour vous engouffrer dans le canal Saint-Georges et rejoindre ainsi la mer d'Irlande. Il y a environ une centaine de milles entre Cardiff et la pointe Saint David's.

### ÉTAPE 3 : la côte sud irlandaise et l'arrivée à Dublin

La traversée peut s'effectuer jusqu'à Kinsale, mais si la météo le permet, pourquoi ne pas aller arrondir le légendaire phare du Fasnet situé à la pointe sud-ouest de l'Irlande ? Vous pouvez ensuite longer la côte de 130 milles de long, en direction du canal Saint-Georges.

Il vous reste alors moins d'une centaine de milles à parcourir. Vous traversez la mer d'Irlande pour rejoindre Dublin à 60 milles de distance.

L'autre possibilité, qui est privilégiée après l'option du Fasnet, est de longer l'est de l'Irlande entre Rosslare et Dublin distant de 70 milles.



**Toutes nos formations  
sur notre site internet  
[www.macifcentredevoile.fr](http://www.macifcentredevoile.fr)**

## ■ FORMATION ITINÉRANTE SAINT-MALO / LONDRES

### De Saint-Malo à Londres

- Niveau Perfectionnement ou Évolution.

### De Londres à Saint-Malo

- Niveau Évolution ou Autonomie.
- Durée : 12 jours.

Découvrez la Manche et ses îles, puis entrez dans Londres de la plus royale des manières : par son fleuve ! Deux versions possibles pour ce stage : sens aller ou sens retour.

Et si la Manche devenait votre terrain de jeu pour perfectionner vos compétences en navigation ? Cette formation voile, proposée par MCV, offre un parcours de 300 milles nautiques, au cours duquel vous découvrirez notamment les îles anglo-normandes ou la côte sud anglaise.

### Le programme

Que de noms chargés d'histoire au programme de cette formation sur voilier habitable ! Entre la cité corsaire de Saint-Malo et la capitale anglaise, vous commencez par une navigation qui vous mène jusqu'à Jersey et Guernesey. Saviez-vous que les îles anglo-normandes n'étaient séparées du littoral français que par 30 kilomètres de mer ?

Vous traversez ensuite la Manche, direction l'île de Wight, connue pour son festival de musique chanté par Michel Delpech ! Vous contournez l'île par le Nord pour découvrir le bras de mer qui sépare l'île de Wight de l'Angleterre. Appelée The Solent, ce bras de mer abrite notamment la ville de Cowes, considérée comme un lieu culte du yachting. C'est aussi sur ce plan d'eau que se déroule depuis le 14<sup>e</sup> siècle, la revue de la flotte royale



anglaise. Pour les passionnés de la Royal Navy, le Solent est donc un lieu incontournable.

La formation s'achève par une majestueuse remontée de la Tamise... Londres est ensuite à vos pieds !

***Le programme retour Londres - Saint-Malo suit les mêmes étapes principales.***

## ■ VERS LES ÎLES DU LARGE, STAGE HAUTURIER, DE PORTO AUX AÇORES : PORTO / HORTA (FAIAL)

- Navigation Évolution + Autonomie.
- Du 2 au 14 février.

Prenez le large pour de bon. Ce stage vous propose une traversée authentique de l'Atlantique nord-est, entre Porto (Portugal continental) et Horta, sur l'île de Faial, au cœur de l'archipel des Açores. Une navigation au long cours, véritable école d'autonomie et de gestion du voilier en haute mer. Pendant près de deux semaines, vous serez immergé dans

la réalité de la navigation hauturière : loin des côtes, en équipage réduit, avec comme seules références, la mer, le ciel, les cartes et les instruments de bord. C'est une expérience forte, formatrice, parfois exigeante, mais profondément marquante. Vous participerez pleinement à toutes les manœuvres et serez progressivement amené à assumer des responsabilités à bord, selon vos compétences et votre évolution pendant la traversée. Distance estimée : environ 900 milles nautiques.

Une traversée initiatique pour celles et ceux qui veulent sortir du côtier, et entrer pleinement dans l'univers de la haute mer.





**PRIVATISER  
SA FORMATION  
AVEC UN BATEAU  
COMPLET EN GROUPE,  
EN FAMILLE OU  
EN COUPLE,  
C'EST POSSIBLE !**

Voir page 49



## ■ CAP SUR L'ARCHIPEL AUTOUR DES AÇORES (HORTA / HORTA)

- Niveau Perfectionnement + Évolution.
- Du 16 au 28 février.

### **Navigation entre les îles des Açores.**

Prenez le temps d'approfondir votre pratique de la voile dans un cadre aussi magnifique que technique : les Açores, archipel volcanique au cœur de l'Atlantique. Ce stage en boucle, au départ et à l'arrivée de Horta (Faial), vous emmènera de l'île de Pico à São Jorge, de Terceira à Graciosa, voire plus loin selon la météo et le rythme de l'équipage.

Il est destiné à des navigateurs ayant déjà une base solide, souhaitant évoluer vers plus d'autonomie à bord, tout en continuant à apprendre dans un environnement formateur. Les Açores offrent un terrain de jeu idéal : distances suffisantes pour progresser, conditions souvent changeantes, mouillages abrités mais techniques, et une immersion complète dans la navigation de croisière semi-lointaine. Un stage au rythme de l'océan, pour renforcer vos acquis et évoluer vers l'autonomie, dans un décor exceptionnel.

## ■ BORD DE BRETAGNE VANNES / BREST / VANNES

- Premiers bords + Perfectionnement.
- Du 20 juillet au 1<sup>er</sup> août.

### **Bretagne sud, îles du Ponant et mer d'Iroise.**

Embarquez pour une navigation au départ du golfe du Morbihan, à la découverte de la Bretagne côté mer. Ce stage en boucle, de Vannes à Vannes, vous fera progresser à travers les paysages marins les plus emblématiques de la façade atlantique : Presqu'île de Quiberon, île de Groix, archipel des Glénan, Audierne, le Raz de Sein et l'incroyable mer d'Iroise entre Sein, Molène et Ouessant (selon météo). Le rythme alternera entre journées de navigation, escales dans des ports typiques (Concarneau, Audierne, Camaret...) et mouillages selon les conditions.





## ■ DE DUBLIN À GLASGOW, PAR LA MER D'IRLANDE

- Niveau Premiers bords + Perfectionnement.
- Du 3 au 15 août.

Partez à la découverte de la navigation hauturière dans une ambiance encadrée, progressive et formatrice. Ce stage vous propose une belle remontée de la mer d'Irlande depuis Dublin jusqu'à Glasgow en passant par quelques escales mythiques : l'île de Man, les îles d'Aran et les côtes sauvages de l'ouest écossais. Conçu pour des navigateurs qui souhaitent faire leurs premiers pas en voile ou se perfectionner leur pratique en croisière, ce stage allie apprentissage, découverte du large et expérience concrète de la vie en mer.

La diversité des plans d'eau – entre eaux ouvertes et abris protégés – en fait un parcours idéal pour progresser dans des conditions variées, tout en découvrant des paysages côtiers spectaculaires et des mouillages authentiques. Une aventure humaine et marine pour apprendre, pratiquer, comprendre... et aimer encore plus la mer.

## ■ LA ROCHELLE / BORDEAUX (ALLER ET RETOUR)

**De La Rochelle à Bordeaux :**

- Niveau Perfectionnement.
- Du 10 au 15 août.

**De Bordeaux à La Rochelle :**

- Niveau Évolution.
- Du 24 au 28 août.

120 milles de navigation technique entre pertuis, estuaire et ports mythiques de la façade Atlantique. Prenez le large pour un stage de perfectionnement entre La Rochelle et Bordeaux sur un itinéraire exigeant, riche en apprentissages et en sensations. Idéal pour les équipiers souhaitant gagner en autonomie sur des navigations longues, variées et parfois engagées.

### **Le programme**

Départ de La Rochelle avec traversée du pertuis d'Antioche. Passage entre les îles de Ré, Oléron et Aix. Navigation côtière en longeant Royan, cap vers l'entrée de l'estuaire de la Gironde. Remontée du fleuve avec ses bancs, courants et alignements jusqu'au cœur de Bordeaux, une arrivée unique au pied des quais historiques !

Le retour se fera par le même itinéraire, offrant des navigations de jour et de nuit selon la météo et les courants.



**Toutes nos formations  
sur notre site internet  
[www.macifcentredevoile.fr](http://www.macifcentredevoile.fr)**





## ■ DE GLASGOW À INVERNESS (ÉCOSSE)

- Niveau Évolution + Autonomie.
- Du 17 au 29 août.

Une navigation unique à travers l'Écosse, et les îles Hébrides, entre mer, lochs et canaux. Environ 500 milles nautiques. Envie d'élargir vos compétences de navigation dans un cadre hors du commun ? Ce stage vous emmène de Glasgow à Inverness, en passant par la côte ouest écossaise, le canal calédonien, le Loch Ness et les grands lochs intérieurs. Un véritable voyage marin et technique au cœur des Highlands !

### Le programme

Départ de Glasgow, cap vers la côte ouest en direction d'Oban, via les lochs côtiers. Passage par Fort William et entrée dans le Canal Calédonien, système d'écluses impressionnant. Traversée de plusieurs lochs spectaculaires, dont le légendaire Loch Ness. Arrivée à Inverness, au nord-est de l'Écosse, ville charnière entre mer du Nord et Highlands.

Un parcours mêlant navigation maritime et fluviale, pour développer une véritable autonomie dans des environnements variés. Un stage pour progresser, s'adapter, oser... dans un décor de carte postale écossaise.

## ■ D'INVERNESS À DUBLIN

- Niveau Premiers bords + perfectionnement.
- Du 31 août au 12 septembre.

Des lochs écossais à la mer d'Irlande, environ 200 milles nautiques de progression douce et d'aventure nordique. Un itinéraire rare, formateur et dépaysant pour apprendre à naviguer en douceur, dans des conditions évolutives. Ce stage s'adresse à celles et ceux qui souhaitent découvrir ou consolider leurs bases de navigation, enchaîner les jours de mer et s'immerger dans une aventure maritime accessible, de l'Écosse sauvage à l'Irlande accueillante.

### Le programme

Départ d'Inverness, cap vers l'ouest via le canal calédonien, traversée de plusieurs lochs magnifiques, dont le célèbre Loch Ness, passage de Fort Augustus et Fort William, avec navigation intérieure et écluses, sortie en mer à Oban ou Craobh Haven, début de la navigation côtière en Écosse du Sud, descente vers le North Channel en longeant les îles d'Islay ou Gigha selon conditions, traversée vers Dublin avec arrivée dans la baie, entre phares et courants.

### Objectifs pédagogiques

Acquérir les bases solides : réglages de voiles, manœuvres de base, sécurité. Comprendre les fondamentaux de la navigation côtière : cap, courant, météo, cartes, découvrir la navigation en canal (écluses, alignements, pilotage fin). Apprendre à vivre à bord sur plusieurs jours : vie collective, autonomie, veille, se familiariser avec des conditions variées, dans un environnement sécurisé.



**Toutes nos formations  
sur notre site internet  
[www.macifcentredevoile.fr](http://www.macifcentredevoile.fr)**



## ■ STAGE SEMI-HAUTURIER DUBLIN / LA ROCHELLE

- Niveau Autonomie.
- Du 14 au 27 septembre.

Vivez une expérience de navigation unique et engagée en embarquant pour un stage hauturier à bord d'un voilier habitable, entre l'Irlande et la côte atlantique française. Pendant deux semaines, vous traversez certaines des zones de navigation les plus captivantes et exigeantes d'Europe : la mer d'Irlande, l'archipel sauvage des Scilly, la mer d'Iroise et la Bretagne sud, avant d'atteindre La Rochelle, au terme d'un périple inoubliable. Ce stage s'adresse à des marins expérimentés souhaitant approfondir leur autonomie et leurs compétences en navigation hauturière. Il s'agit

d'un parcours intensif, combinant la gestion complète du voilier à la navigation en équipage réduit, de jour comme de nuit, avec un accent particulier sur : la planification de route en conditions semi-hauturières, l'interprétation fine de la météo marine et la prise de décisions, la veille active, la sécurité, la gestion de quarts, l'utilisation conjointe des moyens modernes (GPS, AIS, radar) et traditionnels.

La navigation astronomique : prises de hauteur au sextant, calculs de position, utilisation des éphémérides nautiques.

Durant cette traversée d'environ 700 milles nautiques, vous développez votre capacité à prendre des décisions en mer, à analyser la situation en toute autonomie et à manœuvrer un voilier habitable sur une longue durée dans des conditions variées.

## ■ DE VANNES À PORTO

- Niveau Évolution + Autonomie.
- Du 21 septembre au 3 octobre.

Un vrai pas vers la navigation hauturière sur près de 500 milles nautiques. Prenez le large pour une navigation engagée, technique et inoubliable entre Vannes et Porto, via la Bretagne Sud, le Golfe de Gascogne et la côte atlantique portugaise. Ce stage "Évolution + Autonomie" s'adresse aux équipiers ayant déjà navigué plusieurs jours et souhaitant acquérir une vraie expérience de navigation au large.

### Le programme

Départ de Vannes, cap vers Belle-Île, puis long-côte sud Bretagne (Croix, Glénan, Concarneau, Audierne). Passage du raz de Sein ou contournement de la pointe de Penmarc'h, selon météo. Cap vers le sud : la Corogne ou Vigo comme première escale espagnole possible. Navigation semi-hauturière ou côtière selon les conditions le long de la Galice et du nord du Portugal. Arrivée à Porto, joyau portugais entre Douro et Atlantique.

### Objectifs pédagogiques

Naviguer sur plusieurs jours consécutifs avec quarts, veille, gestion de la fatigue. Développer l'autonomie en navigation : choix de route, météo, anticipation. Travailler les manœuvres dans des ports étrangers, le mouillage, la gestion des entrées de nuit. Comprendre et gérer les effets de houle, courants, marées et variations de climat. Renforcer la cohésion d'équipage et la prise de décision.







# La navigation en Méditerranée



# LES FORMATIONS ( )

## Cap sur la Méditerranée - La Dolce Vita au rythme des vagues !

En 2026, nous embarquons pour l'Italie à bord de nos formations itinérantes entre Toulon et Rome. Plusieurs dates, plusieurs niveaux, mais une seule promesse : le plaisir de naviguer.

### ■ ALLERS-RETOURS TOULON / ROME

#### Toulon / Rome

- Niveau Évolution + Autonomie.
- Du 9 au 21 février.
- Niveau Perfectionnement + Évolution.
- Du 8 au 20 juin.

#### Rome / Toulon

- Niveau Évolution + Autonomie.
- Du 23 février au 7 mars.
- Niveau Perfectionnement + Évolution.
- Du 22 juin au 3 juillet.

### ■ DEUX ITINÉRAIRES POUR CETTE BELLE ESCAPADE

- 1 Le Cap Corse, les Cinque Terre et la sublime côte italienne.
- 2 Toulon, Bonifacio, Sardaigne, Olbia, puis cap sur les îles Ponza !

### ■ ET CE N'EST PAS TOUT ! VOUS RETROUVEREZ AUSSI :

- 12 formations itinérantes vers l'étranger.
- Stages "Système D" : pour se débrouiller comme un pro ! Du 10 au 13 mars et du 21 au 25 septembre.
- Formations "Whale Watching et environnement marin". Du 18 au 21 mai et du 14 au 17 septembre.

### ■ LE TRIO GAGNANT AVEC UN PACKAGE DE MARS À MAI VOUS PROPOSANT :

- Météo : du 6 au 8 mars.
- Manœuvre de port : du 18 au 20 avril.
- Solo : du 8 au 10 mai.



*Pour rappel, ces formations sont indissociables. Il faudra vous inscrire obligatoirement sur toutes les dates planifiées pour ce package.*

### ■ NOS INCONTOURNABLES AU DÉPART DE TOULON, SUR CATAMARAN LAGOON 380 S2

- La Corse (avec ou sans paddle !).
- l'île d'Elbe.
- Les îles d'Hyères.
- Les Week-ends à thème, tous niveaux !
- Les stages Sécurité-Survie : en mai et en septembre.

Et toutes nos formations récurrentes proposées chaque année pour vous former dans les meilleures conditions et les plus beaux endroits. À très vite à bord de nos bateaux !



**Toutes nos formations  
sur notre site internet  
[www.macifcentredevoile.fr](http://www.macifcentredevoile.fr)**





## ■ FORMATION SUR CATAMARAN, SUR LES ÎLES TOSCANES !

- Niveau Perfectionnement + Évolution.
- Du 23 juin au 5 juillet.

Au cours de cette formation, vous découvrez les splendeurs de la mer ligurienne tout en renforçant vos compétences de navigation. Ce parcours d'environ 450 milles permet d'alterner navigations côtières et hauturières. Vous partez de Toulon pour rejoindre les superbes îles toscanes (Elbe, Capraia et Pianosa), en passant par les îles d'Hyères, la Riviera, puis le Cap Corse.

Des sites à la beauté éblouissante, qui rendront à coup sûr inoubliable votre formation !

### Les thèmes abordés

- **Lors des navigations hauturières :** la sécurité au large (gestion du RIPAM), l'homme à la mer, la navigation de nuit, le routage, la stratégie météo (utilisation des fichiers météo et de l'électronique de bord), ainsi que la navigation en quart et les manœuvres. Initiation possible à l'astronomie.
- **Lors des navigations côtières :** navigation à l'estime, lecture de carte et points par relèvements, manœuvres de port, techniques de mouillage, gestion météo, manœuvres courantes et réglages du voilier, notion d'aérodynamique, manœuvres et réglages sous spi, communications et utilisation de l'électronique (VHF ASN, traceur, AIS, loch, girouette), maintenance technique et entretien du voilier. La gestion de la vie à bord et l'intendance sont également abordées.

### Le programme

#### ● De Toulon au Cap Corse

Difficile de ne pas succomber aux beautés de la Méditerranée ! La première partie de cette formation est un véritable hymne à des sites renommés depuis l'Antiquité.

Après avoir quitté Toulon, votre formation sur catamaran vous conduit droit vers les îles d'Hyères, également connues sous le nom d'îles d'Or : Porquerolles et Port-Cros sont des lieux idylliques pour renforcer vos compétences de navigation.

Vous filez ensuite sur Cannes et Antibes, avant de poursuivre sur la Riviera française avec un parcours côtier jusqu'à Monaco.

Il est temps de prendre le large ! Vous faites une étape de 100 milles qui vous conduit au



Cap Corse. Vous faites escale sur la plage de Macinaggio... des eaux azur qui raviront les amoureux de la mer.

#### ● Du Cap Corse aux îles toscanes

Depuis le Cap Corse, les îles toscanes sont à portée de voiles ! Seuls 27 milles nautiques séparent en effet Macinaggio de l'île d'Elbe. Vous découvrez tour à tour Capraia, Pianosa et Elbe.

Votre formation comporte un temps de cabotage autour de l'île d'Elbe, la plus grande des îles toscanes. Vous faites escale à Portoferraio, la ville la plus importante de l'île.

#### ● Retour vers Toulon

Il est ensuite temps de revenir vers le port de départ. Votre route retour passe de nouveau par le Cap Corse. Après une traversée de nuit, vous longez la côte d'Azur, en effectuant une navigation côtière vers les îles d'Hyères. Toulon est bientôt en vue !

## ■ FORMATION À LA MAINTENANCE (TOULON OU MARSEILLE)

- Niveau Perfectionnement + Évolution.
- Durée : 6 jours.

Pour se former sur l'entretien courant d'un voilier et sur la gestion des pannes et de la casse pouvant survenir à bord.

### Objectifs pédagogiques

#### JOUR 1

Présentation de l'équipage et de ses connaissances sur le thème du stage. Faire la différence entre l'entretien courant (périodicité) et les réparations (casse pour mauvaise utilisation, défaut de surveillance, vétusté du matériel). Les points à aborder sur l'entretien courant et comment le surveiller et le vérifier : état des voiles et du gréement (courant, dormant),

systèmes électriques embarqués (frigo, batteries, pilote, chargeurs, luminaires, contrôleurs) et système de plomberie (entretien des filtres, sondes, pompes, tuyauterie).

#### JOUR 2

Comment monter dans le mât et les points de contrôle (quoi vérifier). Faire les niveaux moteur (diesel et essence), comprendre le fonctionnement de base d'un moteur (transmission, danger), analyser les différents circuits (gasoil, huile, refroidissement, électrique). Entretenir les WC (démontage, changement des joints, détartrage, prévention). Détailler et vérifier les points où s'exerce des forces importantes sur le voilier (cadènes, tirant de cadène, ferrure d'étai, quille, pied de mat...).

#### JOUR 3

Entretien des winchs (démontage, remontage complet). Entretien du guindeau. Démontage et entretien du loch, vérification des passes coque et des vannes. Entretien et vérification de la transmission de l'appareil à gouverner (contrôle, vérifications, réglages).

#### JOUR 4

Réparations : - Shunter une batterie défectueuse - Démarrer un moteur sans le panneau de contrôle (boîtier MDI) - Changer les filtres à carburant et purger le système d'alimentation diesel - Résine et composite (fibre de verre, Carbone, kevlar, polyester, époxys, gelcoat), retouches en réel (fibre de verre, ponçage, gelcoat) - Matelotage de fortune : faire un brelage sur un espace cassé.

#### JOUR 5

Réparation des voiles (couture, tape sur spi, usage du speedy steacher). Réparation de cordages (matelotage). Sortie et essais en mer pour contrôler que tout fonctionne et corriger le cas échéant tout ce qui est perfectible (réglage du mât en dynamique, drosse de barre...). Réflexion sur l'entretien annuel, hivernage, carénage.

#### JOUR 6

Nouveaux essais et contrôles. Navigation avec le plaisir de mieux connaître le voilier. Vérification de ce qui ne va pas et correction en mer. Analyse des efforts mécanique sur le gréement, la coque et le safran à toutes les allures. Prévention d'un démâtage. Nettoyage, rangement, débriefing de fin de stage, remplissage livret FFV.



Toutes nos formations  
sur notre site internet  
[www.macifcentredevoile.fr](http://www.macifcentredevoile.fr)



## **CAP SUR LA RIVIERA, DE MARSEILLE À CANNES (ET RETOUR)**

- **Niveau : Premiers bords + Perfectionnement.**
- **Durée : 7 jours.**

105 milles nautiques d'apprentissage, d'évasion et de manœuvres. Embarquez pour une aventure unique en Méditerranée : une formation complète à la navigation sur voilier habitable, entre Marseille et Cannes, en passant par les plus beaux sites de la Côte d'Azur.

### **Le programme**

Départ de Marseille, cap sur les Calanques de Cassis. Escale aux Embiez puis direction sur les sublimes Îles d'Hyères. Mouillage à proximité du Lavandou et passage devant la célèbre plage de Pampelonne. Escale festive à Saint-Tropez avec une navigation au pied du Massif de l'Estérel. Nuit au mouillage dans la rade d'Agay. Fin de l'aller dans la baie de Cannes avec un détour par les îles de Lérins. Le retour se fait par le même itinéraire, avec navigation en conditions variées pour parfaire votre autonomie à bord.

### **Objectifs pédagogiques**

Maîtriser les bases de la navigation sur voilier habitable. Apprendre à gérer sur plusieurs jours : planification, quarts, vie à bord. Renforcer ses compétences en manœuvres (voiles, ports, mouillages). Vivre une expérience immersive au rythme de la mer.

Prenez le large, progressez et découvrez la Côte d'Azur autrement.



### **INFO**

*Pour les formations de plus de 6 jours, le 7<sup>e</sup> jour sera un jour sans navigation avec possibilité de visite d'un lieu afin de permettre au formateur et au reste de l'équipage de se reposer et de repartir le lendemain en pleine forme.*



## ■ FORMATION PERFECTIONNEMENT + ÉVOLUTION : TOULON / ÎLES D'HYÈRES / SAINT-TROPEZ

● **Durée : du 28 avril au 3 mai.**

120 milles de navigation immersive entre nature préservée et escales mythiques. Vous avez déjà navigué et souhaitez franchir un cap ? Ce stage est fait pour vous. Embarquez pour une formation enrichie, entre perfectionnement technique et navigation plaisir, au cœur de la Méditerranée occidentale.

### Le programme

Au départ de Toulon, vous explorez les quatre joyaux de l'archipel des îles d'Hyères :

- Porquerolles et ses plages turquoises,
- Bagaud, sauvage et interdite à l'ancre (observation à distance),
- Port-Cros, parc national maritime,
- Le Levant, aux paysages singuliers.

Direction ensuite vers le Lavandou, puis Cap Camarat, longeant la célèbre plage de Pampelonne avant de faire escale à Saint-Tropez, port mythique mêlant tradition et animation.

Si le timing et les conditions le permettent, nous pousserons jusqu'à la rade d'Agay ou au Massif

de l'Estérel, à 20 milles à l'est de Saint-Tropez, offrant un cadre spectaculaire pour une dernière nuit au mouillage. Le retour suivra le même itinéraire, en adaptant le parcours pour multiplier les situations d'apprentissage.

### Objectifs pédagogiques

Perfectionner vos manœuvres à la voile (ports, mouillages, voiles en conditions variées). Travailler la navigation côtière sur plusieurs jours, y compris la gestion de route, météo, sécurité, anticipation. Mettre en pratique la vie à bord en autonomie : quarts, routines, gestion de l'équipage. S'initier ou approfondir la navigation de nuit, selon les conditions.

Entre criques isolées, escales emblématiques et manœuvres en conditions réelles, ce stage est idéal pour gagner en assurance, progresser rapidement et prendre goût à la navigation semi-autonome.



**Toutes nos formations  
sur notre site internet  
[www.macifcentredevoile.fr](http://www.macifcentredevoile.fr)**



**-10%**  
sur votre  
stage

**PRIVATISER  
SA FORMATION  
AVEC UN BATEAU  
COMPLET EN GROUPE,  
EN FAMILLE OU  
EN COUPLE,  
C'EST POSSIBLE !**

Voir page 49





## ■ FORMATION SYSTÈME D : POUR SAVOIR NAVIGUER SANS ÉLECTRONIQUE (TOULON OU MARSEILLE)

- Niveau : Perfectionnement.
- Durée : 5 jours.

### La navigation en mode Système D déconnecté

Cette formation est une nouveauté, à destination des plaisanciers disposant déjà du niveau 2 (Perfectionnement). L'objectif principal : vous apprendre à naviguer en envisageant tous les scénarii, de type panne électronique ou panne électrique. Le tout, en étant totalement déconnecté ! Sa vocation est de vous former pour mettre en pratique des astuces et vous faciliter la vie à bord face à certaines situations (pannes, avaries...).

### Objectifs pédagogiques

La navigation et ses astuces, la prévention des risques, les manœuvres de port, la vie à bord et la cuisine, le moteur et les pannes mécaniques, la liste et la gestion des avaries. Ces différents thèmes sont traités en théorie à quai et en pratique sur l'eau en navigation.

Au cours de cette formation orientée lowtech, vous apprenez à utiliser : la sonde à main (pour connaître la profondeur de l'eau lors d'un mouillage) et le loch avec chrono (pour mesurer la vitesse du bateau).

Vous découvrirez également : les bases de la navigation à l'estime pour pouvoir connaître la position de votre bateau sans aide de type navigation satellitaire, la navigation voile pure, ainsi que les manœuvres de port sur 2 des 5 jours de formation. Une fois ces bases et ces instruments expliqués, vous découvrirez la navigation sans électronique, sans électricité et avec une seule voile. Vous mouillerez sans guindeau électrique à la voile, faites du spi sans tangon et simulez une écoute qui casse puis avancez avec une amarre à la place...

## ■ DE TOULON À PALERME

- Niveau : Perfectionnement + Évolution.
- Durée : 13 jours du 5 au 17 juillet.

La méditerranée dans toute sa splendeur, du sud de la France à la somptueuse Sicile, en passant par la Corse et la Sardaigne ! Deux versions possibles pour cette formation : sens aller ou sens retour.

Stage alternant des navigations côtières (permettant de découvrir de nombreux mouillages et des ports typiquement méditerranéens) et des traversées semi-hauturières avec 2 navigations de nuit en quart (1 du continent vers la Corse et 1 de la Sardaigne vers la Sicile) ainsi que la gestion de la météo.

### Parcours côtier d'environ 600 milles

- Traversées pouvant varier de 120 à 180 milles en fonction du port d'atterrissage.
- Points d'intérêts touristiques : les îles d'Hyères, la Corse côte ouest et sud, la côte nord de la Sardaigne et la Sicile (Egades, Trapani, Palerme...).

### Thèmes abordés lors de votre formation itinérante voile

- Pour les navigations semi-hauturières : la sécurité au large (gestion du RIPAM), l'homme à la mer, la navigation de nuit, le routage et la stratégie météo (utilisation des fichiers météo et de l'électronique de bord) ainsi que la navigation en quart, les manœuvres et l'initiation à l'astro.
- Pour les navigations côtières : la découverte de nouveaux ports et mouillages avec des cas de manœuvres de port différentes et variées ainsi que la gestion météo et l'estime de navigation. Vous aborderez aussi les manœuvres courantes et les réglages du voilier, les manœuvres et réglages sous spi (si météo favorable), les communications et l'utilisation de l'électronique (VHF asn, traceur, AIS, loch, girouette), la maintenance technique et l'entretien du voilier sans oublier la gestion de la vie à bord et l'intendance.

Pour le stage retour de Palerme à Toulon (niveau Évolution + Autonomie, du 19 au 31 juillet), vous parcourez la même distance normalement que pour la formation aller mais selon les contraintes météo, elle pourra être allongée. Excepté cela, le planning restera le même que pour le stage Toulon / Palerme avec les deux navigations de nuit.



## ■ ET SI NOUS PARTIONS RENCONTRER LES DAUPHINS ET LES BALEINES ? (TOULON / TOULON)

- Tous niveaux.
- Durée : 4 jours

Venez découvrir, un stage unique de 4 jours mêlant observation de la faune marine, écologie embarquée et astronomie, pour pratiquer la Méditerranée autrement et apprendre à naviguer de façon responsable.

### Le programme

**Jour 1 :** Navigation vers le cap Sicié, formation à l'observation des cétacés, nuit aux Embiez.

**Jour 2 :** Navigation vers Porquerolles, observation en continu, pratiques écologiques à bord.

**Jour 3 :** Sortie en haute mer, observation nocturne des étoiles, retour vers minuit.

**Jour 4 :** Dernière sortie d'observation, retour à Toulon à 15h.

### Objectifs pédagogiques

Navigation côtière : - Lecture de cartes, relèvements, routage - Règles de sécurité et RIPAM - Techniques de mouillage et gestion des ports - Gestion des quarts et organisation de la vie à bord.

Écologie et environnement : - Identification des cétacés et comportements d'observation - Respect des distances et organisation de l'équipage en observation - Gestion des déchets, de l'eau, de l'énergie - Respect du sanctuaire Pelagos et de la charte Éconav.

Astronomie : - Observation de la Voie lactée, constellations (Orion, Grande Ourse, Cassiopée) - Apprendre à repérer l'étoile polaire et se repérer de nuit - Initiation au ciel nocturne méditerranéen.

## ■ STAGE HAUTURIER TOULON / ROME

- Différents niveaux en février/mars et juin/juillet.
- Durée : 13 jours

Embarquez pour une aventure unique à bord d'un monocoque, entre apprentissage et découverte, de Toulon à Rome. Cette formation à la navigation hauturière vous emmène sur l'un des plus beaux itinéraires de Méditerranée, au fil du vent et des escales : la Corse sauvage, la Sardaigne lumineuse et la côte italienne baignée d'histoire. À bord, vous apprenez à lire la mer, à anticiper la météo, à manœuvrer en toute autonomie. Chaque jour est l'occasion d'enrichir votre pratique : quarts de nuit, navigation à vue ou au compas, gestion de l'équipage et de la route.

L'itinéraire vous mène d'abord vers les reliefs escarpés de la Corse, entre criques secrètes et villages suspendus. Puis cap au sud, à la découverte de la Sardaigne, avec ses eaux cristallines et ses mouillages paisibles. Enfin, la côte italienne se dessine : Elbe, Giglio, Argentario... avant de remonter vers Rome, éternelle, majestueuse, point d'orgue d'un voyage inoubliable.

### Le programme

Deux routes, deux ambiances !

- **Route nord** (environ 390 milles)

Depuis Toulon, cap vers le Cap Corse, escale à Caprera dans l'archipel de La Maddalena, puis île d'Elbe et cabotage le long des Cinque Terre. La côte italienne se dessine peu à peu jusqu'à la descente vers le sud, entre villages suspendus et ports animés, jusqu'au Porto Turistico di Roma, à seulement 10 minutes de l'aéroport international.

- **Route sud** (environ 430 milles)

Cap vers le sud en longeant les rivages corses, d'Ajaccio à Bonifacio, puis découverte de la Sardaigne et des îles de La Maddalena jusqu'à Olbia. De là, grande traversée vers l'archipel des îles Pontines – joyaux volcaniques entre Naples et Rome – avant de remonter vers la capitale italienne.

### Objectifs pédagogiques

Navigation au large et de nuit. Tenue de quarts, planification de route. Lecture météo, gestion des traversées. Manœuvres sous voile et moteur. Pilotage côtier et escales techniques. Autonomie progressive à bord.





## **INFO**

*Pour les formations de plus de 6 jours, le 7<sup>e</sup> jour sera un jour sans navigation avec possibilité de visite d'un lieu afin de permettre au formateur et au reste de l'équipage de se reposer et de repartir le lendemain en pleine forme.*



*Toutes nos formations  
sur notre site internet  
[www.macifcentredevoile.fr](http://www.macifcentredevoile.fr)*





# DÉCOUVREZ LA NAVIGATION SUR NOTRE CATAMARAN LAGOON 380 S2

en Méditerranée, de février à novembre, sur tous les niveaux au départ  
et retour de Toulon !

**-10%**  
sur votre  
stage

**PRIVATISER  
SA FORMATION  
AVEC UN BATEAU  
COMPLET EN GROUPE,  
EN FAMILLE OU  
EN COUPLE,  
C'EST POSSIBLE !**

Voir page 49

## ■ PROFITEZ DE LA VIE EN CATAMARAN !

Naviguer en catamaran, c'est savourer la mer autrement. C'est aussi une manière différente et agréable d'aborder la formation à la croisière sur voilier habitable.

Là où les monocoques tanguent d'un bord à l'autre, le catamaran reste stable, offrant un confort appréciable à l'équipage.

Loin du roulis des monocoques, le cata glisse avec grâce. À peine un souffle dans les voiles... Le calme s'invite à bord, et avec lui, la sérénité.

C'est une autre manière d'apprendre, de découvrir la mer. Les manœuvres se font sans heurts, les gestes deviennent plus sûrs, l'esprit se libère.

Véritable bateau familial, le catamaran séduit par ses deux coques qui permettent de créer des espaces distincts, offrant plus d'intimité et de flexibilité à bord. Ici, c'est l'équipage qui rythme la croisière ! Chacun y trouve sa place, à son rythme, à son souffle. Ici, c'est vous qui donnez le tempo.

Pour cette nouvelle saison, nous avons prévu un large éventail de formations, adaptées à tous les niveaux, dans différentes destinations et à diverses périodes.

Tous nos stages se déroulent en Méditerranée, au départ et retour de Toulon, de février à novembre.



Toutes nos formations  
sur notre site internet  
[www.macifcentredevoile.fr](http://www.macifcentredevoile.fr)







**École ouverte  
à toutes et tous !**

## LAGOON 380 S2

Le Lagoon 380 S2 est un catamaran de croisière habitable tout confort et pouvant accueillir 6 stagiaires ainsi que le formateur.

C'est un magnifique multicoque, parfait pour les petits équipages, en famille ou entre amis. Le pont est particulièrement spacieux et l'espace disponible à l'intérieur comme à l'extérieur facilite tous les déplacements entre les différents endroits. La cabine offre des couchettes spacieuses. Côté navigation, le Lagoon 380 S2 est très rapide et lorsque les conditions de vent sont défavorables deux moteurs viennent en aide à la grand-voile. Le Lagoon 380 S2 dispose de trois ou quatre cabines au choix, ce qui répond vraiment à tous les besoins des marins qui aiment ces navires à l'allure moderne permettant de naviguer sans aucune gêne, dans un confort optimal et en toute sécurité.

Ce multicoque est conçu avec des fibres de verre et de polyester, et dispose de deux salles de bains, d'une cuisine avec toutes les commodités et d'un salon lumineux. Pour les amateurs de vitesse, le Lagoon 380 S2 avec ses deux moteurs puissants permet de profiter de la croisière.

## ■ DATES DE STAGES EN 2026

- **Week-end tous niveaux** du 23 au 25 mai, du 6 au 7 juin et du 27 au 28 juin.
- **Premiers bords** du 16 au 18 juillet.
- **Premiers bords + Perfectionnement** du 2 au 5 mars, du 7 au 10 avril, du 30 juin au 3 juillet, du 4 au 9 juillet, du 10 au 13 août et du 12 au 15 octobre.
- **Perfectionnement** du 3 au 6 mars, du 29 juin au 3 juillet et du 5 au 10 juillet, du 11 au 14 août, du 13 au 16 octobre.
- **Perfectionnement + Évolution** du 11 au 15 mars, du 13 au 24 avril, du 11 au 27 mai, du 8 au 13 juin, du 15 au 26 juin, du 20 au 31 juillet, du 3 au 8 août et du 31 août au 11 septembre.
- **Évolution** du 28 au 31 mai et du 29 septembre au 2 octobre.
- **Évolution + Autonomie** du 15 au 23 août et du 17 au 28 octobre.
- **Manceuvres de port** du 14 au 15 février, du 20 au 22 février, du 21 au 22 mars, du 4 au 6 avril, du 25 au 27 avril, du 1<sup>er</sup> au 3 mai, du 9 au 10 mai, du 11 au 14 juillet, du 25 au 28 août, du 19 au 20 septembre, du 3 au 4 octobre et du 30 octobre au 1<sup>er</sup> novembre.
- **Navigation en Duo** du 29 au 30 août.
- **Sécurité-Survie** du 4 au 8 mai et du 21 au 25 septembre.
- **Rallye des îles d'Hyères** du 7 au 10 novembre.

## ■ LES TARIFS POUR 2026



### BASSE SAISON

- Week-end : ..... 295€
- 3 jours : ..... 435€
- 4 jours : ..... 655€
- 5 jours : ..... 825€
- 6 jours : ..... 915€
- 9 jours : ..... 1 275€
- 10 jours : ..... 1 395€
- 11 jours : ..... 1 515€
- 12 jours : ..... 1 625€
- 13 jours : ..... 1 725€

### MOYENNE SAISON

- Week-end : ..... 325€
- 3 jours : ..... 485€
- 4 jours : ..... 725€
- 5 jours : ..... 915€
- 6 jours : ..... 1 015€
- 9 jours : ..... 1 395€
- 10 jours : ..... 1 535€
- 11 jours : ..... 1 665€
- 12 jours : ..... 1 785€
- 13 jours : ..... 1 885€

### HAUTE SAISON

- Week-end : ..... 355€
- 3 jours : ..... 535€
- 4 jours : ..... 795€
- 5 jours : ..... 995€
- 6 jours : ..... 1 115€
- 9 jours : ..... 1 495€
- 10 jours : ..... 1 635€
- 11 jours : ..... 1 765€
- 12 jours : ..... 1 885€
- 13 jours : ..... 1 985€

**INCLUS !**  
FRAIS DE PORT  
GAZ  
CARBURANT  
...





# Les formations en détail



# LES NIVEAUX ET CONTENUS DES FORMATIONS (⚙️)

## ☐ TOUS NIVEAUX

Découverte de la navigation à voile et de la plaisance sur des week-ends de 2 ou 3 jours ou faire le point sur les connaissances déjà acquises.

## ■ PREMIERS BORDS (niveau 1) ⚓

**OBJECTIF : Découvrir le rôle d'équipier / initiation à la voile.**

- **Sécurité** : s'équiper, déplacement et équilibre à bord, utilisation des winchs, règles élémentaires et conseils de sécurité, s'orienter par rapport au vent, réduction de voilure, arrêt du voilier.
- **Conduite et manœuvre** : prise en main moteur ou voile, envoi et affalage, se propulser et se diriger à la voile, changer d'amure, gérer sa vitesse et les allures, amarrage.
- **La vie à bord** : gérer ses déchets, signaler les objets dangereux ou polluants, préserver l'environnement marin, utilisation des sanitaires du bord.
- **Maintenance** : matelotage, entretien courant du navire.
- **Pilotage** : présentation de la carte et des instruments de navigation, liaison carte/paysage, approche des marées.

## ■ PERFECTIONNEMENT (niveau 2) ⚓⚓

**OBJECTIF : Confirmer le rôle d'équipier.**

- **Sécurité** : repérage des dangers, évaluer la force du vent et de la mer, utilisation VHF et AIS, organisation des secours en mer, approche de l'homme à la mer, connaissance et utilisation du plan de sécurité (ex. : contrôle et emplacement des vannes, hublots...).
- **Conduite et manœuvre** : conserver une trajectoire, réglage direct des voiles, connaissance des allures, notion de gain au vent, maîtrise du virement et de l'empannage, manœuvre de port de base, prise de coffre et mouillage, initiation au voile de portant, initiation au pilote automatique.
- **La vie à bord** : connaissance de la faune et de la flore en milieu maritime, choix des produits

d'entretien d'usage non polluant pour l'environnement.

- **Maintenance** : contrôle des niveaux moteur, et suivi de la maintenance, matelotage de base.
- **Pilotage** : suivre un cap ou un alignement, se positionner sur la carte, technique de navigation sur carte et utilisation de l'électronique de bord, calcul de marées et dérive, rédaction du journal de bord.
- **Météo** : notion de base, récupération et analyse du bulletin météo, lecture des instruments et du ciel.

## ■ ÉVOLUTION (niveau 3) ⚓⚓⚓

**OBJECTIF : Évoluer librement sur un plan d'eau connu, dans le but d'une location ou de l'achat d'un voilier.**

- **Sécurité** : localisation et utilisation du matériel de sécurité, règle de route RIPAM (Réglementation Internationale pour Prévenir les Abordages en Mer), anticiper et prévenir les dangers de navigation, programmation d'une navigation, procédure d'homme à la mer, procédure de sécurité VHF : messages de détresse et urgence médicale.
- **Conduite et manœuvre** : choisir et adapter les voiles aux conditions, réglage de voile direct et indirect, maîtrise des allures et réglage fin, notion de vent réel et apparent, sensibilisation au VMG, atteindre tous les points du plan d'eau de manière efficace, coordination des manœuvres en équipage, réalisation de toutes les manœuvres de port, utilisation des voiles de portant (spi, gennaker), utilisation du pilote automatique.
- **La vie à bord** : connaître les espèces naturelles du milieu marin et la réglementation de la pêche sur un voilier de plaisance, règle de respect des autres usagers, de l'espace maritime, de la faune et de la flore, adapter un avitaillement en fonction des situations de navigation.
- **Maintenance** : identifier et gérer les pannes moteur de base, connaître et utiliser les 5 nœuds de base (nœud de taquet, chaise, cabestan, huit, tour mort et deux demi clefs), suivi de l'entretien courant.





= Niveau de formation FFVoile

- **Pilotage** : élaborer et suivre une route (carte/traceur), intégration des courants/marée.
- **Météo** : connaissance des différentes sources météo, analyse des bulletins et évolution, connaissances des effets thermiques et de sites, adapter sa navigation aux contraintes météo (routage).

## ■ AUTONOMIE (niveau 4)

**OBJECTIF** : Naviguer en autonomie, gérer un équipage, choisir sa zone de navigation.

- **Sécurité** : contrôle du matériel de sécurité, être autonome dans le choix du matériel selon les situations, définir et adapter son programme de navigation, prise en compte des impondérables jour et nuit avec exercices de simulation, maîtrise des procédures d'alerte et du secours en mer.
- **Conduite et manœuvre** : gestion et coordination de l'ensemble des manœuvres en équipage, adapter les réglages en fonction de l'allure pour optimiser la conduite, maîtrise complète des changements d'amure et du louvoyage, manœuvre en équipage réduit.
- **La vie à bord** : connaissance des règlements liés au site de pratique, gérer et organiser la vie à bord.
- **Maintenance** : prévention et gestion des risques d'avaries à bord, connaissances techniques approfondies de l'ensemble d'un voilier et capacité à mettre en œuvre les éventuelles réparations.
- **Pilotage** : maîtriser l'utilisation des différentes techniques de navigation de jour comme de nuit, analyse et critique du suivi de l'estime, gestion des aspects logistiques et législatifs lors d'une croisière.
- **Météo** : analyse et présentation de la météo, scénarios de gros temps, routage, connaissance des différents systèmes électroniques et application ou logiciel.

## FORMATIONS THÉMATIQUES

Elles ont pour objectif de se perfectionner dans une spécialité particulière : stages à dominante dont 70 % du temps est dédié au thème choisi.

### **PERFECTIONNEMENT (niveau 2) validé**

- Manœuvre de port.
- Réglages et conduite.
- Solo.
- Duo.
- Météo.
- Navigation.
- Entretien.

### **AUTONOMIE (niveau 4)**

- Escadre.
- Formation et certification pratique au moniteur.

## FORMATIONS DOUBLE NIVEAUX

### **PREMIERS BORDS / PERFECTIONNEMENT**

### **PERFECTIONNEMENT / ÉVOLUTION**

### **ÉVOLUTION / AUTONOMIE**

Ouverts à des stagiaires dont l'écart de niveau permet au formateur de consolider les acquis sur des stages où la longueur suffit à répondre aux attentes des deux niveaux. Ces navigations peuvent varier d'une durée de 5 à 13 jours avec pour les stages les plus longs une connotation itinérante et des navigations de nuit.

## FORMATIONS SPÉCIFIQUES

### **RALLYE**

Perfectionnement dans un esprit de compétition.

- **Thèmes** : règles de course, prendre le départ, réglage fin des voiles, manœuvre sous spi, tactique et stratégie.

### **SÉCURITÉ - SURVIE**

Formation à la sécurité pour les plaisanciers.

### **WORLD SAILING**

Formation à la sécurité réservée aux régatiers et aux coureurs, stage validant pour la course au large.

## COACH PLAISANCE VOILE

Prestation labélisée FÉDÉRATION FRANÇAISE DE VOILE ouverte aux pratiquants recherchant une formation personnalisée sur des thèmes précis sur leur propre bateau ou sur un bateau de location.

# LES FORMATIONS THÉMATIQUES (🕒)

La formation acquise à l'école (Premiers bords, puis Perfectionnement, Évolution et Autonomie) permet de se rapprocher du rôle de Chef de bord en manœuvre pour des navigations de beau temps, courtes et simples.

Une hésitation apparaît parfois à ce stade et engendre le besoin de gommer un point faible et de se donner toutes les compétences et l'assurance de réussir sa première navigation en tant que capitaine.

Après des années d'observation auprès de centaines de stagiaires, MCV a proposé dès 2002 des stages permettant de renforcer des thèmes sensibles faisant appel à des techniques spécialisées :

■ ■ ■ Niveau Perfectionnement validé

■ ■ ■ Niveau Autonomie validé

Durant ces stages, 70% du temps est consacré à la spécialité, le reste permettant une révision générale de la coordination des manœuvres, (virements, empannages, prises de ris, réduction de génois, mise à la cape, manœuvre d'homme à la mer, préparation, envoi et affalage sur spi, mouillage sur coffre et sur ancre).



## ■ LES FORMATIONS EN MER NIVEAU PERFECTIONNEMENT VALIDÉ

### MANŒUVRE DE PORT

- Casser son erre.
- Marche arrière, demi tour.
- Suivre un alignement.
- Accostage, mise à couple avant-arrière.
- Manœuvre des aussières, déhalage.
- Matelotage.
- Étude des ports.

### SOLO

- Les stagiaires (à tour de rôle) doivent barrer et manœuvrer seul.
- Manœuvre de port en solitaire.
- Positionnement en solitaire.
- Réglages en solitaire.
- Réductions de voilure en solitaire.
- Transmissions en solitaire.

### DUO

- Sécuriser, gérer et anticiper à deux sur un voilier habitable (particulièrement recommandé pour les couples navigant à deux ou sans aide du reste de l'équipage).
- Manœuvre de port en double.
- Manœuvre de l'homme à la mer en double.
- Navigation en double (traceur et cartes).
- Manœuvre de pont en double (spi, ris, virement, empannage).

### NAVIGATION

- Tenue de l'estime.
- Les courants, route surface, route fond.
- Atterrissage, étude des ports.
- Stratégie de navigation.
- Centrale de navigation, GPS, traceur.
- Recherche d'une cible.
- Simulation au radar (Atlantique).
- Entrée de port la nuit.



## RÉGLAGES ET CONDUITE

- Principes théoriques de réglage et conduite sur parcours directs et indirects.
- Types de réglages et formes de la voile selon les besoins du voilier.
- Barrer à toutes les allures et coordonner des actions de pilotage en situation de sous puissance et de surpuissance.
- Tester et analyser à la barre les performances du voilier dans toutes les conditions de vent et de mer.

## MAINTENANCE

- Réglage de mât en dynamique.
- Entretien courant.
- Gestion des pannes et de la casse.
- Réparation des voiles, cordages...
- Hivernage et carénage.

Voir page 24.

## ■ LES FORMATIONS EN MER NIVEAU AUTONOMIE

### ESCADRE

Stage de niveau 4 autonomie de 6 jours avec navigation et manœuvres de nuit à 2 voiliers dont un en bord libre et l'autre avec un formateur.

### FORMATION ET CERTIFICATION PRATIQUE AU MONITORAT

Stage de niveau 4 sur 9 jours validant auprès de la ligue FFV l'accès à la formation pédagogique de moniteur (trice). Validation pratique du niveau 4.

- Manœuvres (virement de bord, empannage, réduction de voilure...).
- Maîtrise des allures sur un parcours défini.
- Navigation en sécurité / Maîtrise des moyens matériels et des procédures de sécurité.
- Maîtrise de sa zone de navigation (GPS, navigation carte, courant, marée...).
- Sens marin, environnement, météorologie.
- Fonctionnement théorique du voilier et réglementation.

**Examen pratique :** réalisation d'un parcours, manœuvres courantes et gestion de sa zone de navigation.

**Examen théorique via des tests écrits :** météorologie, forces aéro et hydrodynamique, navigation, sécurité - matériel et conduite à tenir, technologie du navire et connaissance générale.



*Toutes nos formations  
sur notre site internet  
[www.macifcentredevoile.fr](http://www.macifcentredevoile.fr)*

## ■ LES FORMATIONS À TERRE

### MÉTÉO

- Étude des masses d'air, les nuages.
- La dépression océanique.
- Les brises thermiques.
- Stratégie de navigation.
- Recherche et analyse des sources météo.
- La météo pour les croisières à l'étranger.
- Fiche d'observation quotidienne.

### ENTRETIEN

- Gréement.
- Contrôle des pièces d'usure.
- Appareil à gouverner.
- Stratification et gel coat.
- Mécanique : réamorcer un diesel, déceler une panne du circuit de refroidissement.
- Hivernage.





# Les formations spécifiques



# LE COACH PLAISANCE (📏)

Des formations voile ou moteur directement sur votre bateau !

En collaboration avec la Fédération Française de Voile (FFV), Macif Centre de Voile vous propose de bénéficier de formations sur mesure, directement sur votre propre voilier ou bateau à moteur !

Agréé pour proposer ce type de formation labellisée, MCV vous fait bénéficier de toute l'expertise de ses formateurs pour vous initier ou vous perfectionner à la conduite de votre propre voilier (monocoque ou catamaran). Comme pour toutes les formations MCV, un accent particulier sera porté sur la prévention des risques en mer. Cette formation est adaptée aux attentes des plaisanciers, qu'ils soient déjà initiés, aficionados ou simples rêveurs d'océans.

Le principe de l'offre est simple : un coach, formateur à Macif Centre de Voile et agréé par la FFVoile, vient directement sur le bateau dont vous êtes propriétaire ou sur votre bateau de location durant la période souhaitée. La formation est sur-mesure, son contenu dépend donc de ce que vous souhaitez apprendre ! Retenez que le Coach plaisance délivre des conseils avisés qui vont des rudiments de la navigation plaisancière à l'expertise du grand large et de la navigation hauturière. Pour accéder à la prestation du Coach plaisance, un nombre minimum de jours de formation doit être réservé.

## BATEAU À MOINS DE 150 KM

de nos départs fréquents (La Rochelle - Vannes - Marseille - Toulon).

La réservation est de **minimum 1 journée**.

**290 € la journée\*** si moins de 45 pieds

**390 € la journée\*** si 45 pieds ou +

## BATEAU À PLUS DE 150 KM

de nos départs fréquents (La Rochelle - Vannes - Marseille - Toulon).

La réservation est de **minimum 3 journées**.

**390 € la journée\*** si moins de 45 pieds

**490 € la journée\*** si 45 pieds ou +

+ licence école FFV + assurance annulation (en option), l'adhésion à notre association est offerte.

+ Prise en charge des repas et de l'hébergement du formateur (si besoin).

*\*Il est possible de faire de la navigation de jour ou de nuit.*

*Toutefois, il n'est pas possible de faire les deux successivement pour respecter le temps de travail et de repos des formateurs.*



Pour en savoir plus et organiser la venue d'un formateur sur votre bateau, que vous soyez propriétaire ou qu'il s'agisse d'un bateau de location,

**contactez directement l'équipe  
Macif Centre de Voile par téléphone au :  
05 49 09 44 41  
du lundi au vendredi de 9h00 à 18h00.**



# LA FORMATION WORLD SAILING

**FORMATION  
SANS  
HÉBERGEMENT**

**indispensable pour les régatiers et les coureurs au large !**

Vous êtes skipper professionnel ou amateur ?

Pour participer à des régates ou/et à des courses au large, vous devez impérativement avoir votre certificat World Sailing, composé des modules Survie et Premiers secours. MCV propose également le Recyclage World Sailing.

Macif Centre de Voile est un "Centre Habilité World Sailing-FFVoile", et à ce titre, peut organiser des formations sur cette thématique. À l'issue de ces 2 jours, vous passerez un examen de fin de formation. Notez toutefois que c'est la Fédération Française de Voile qui délivrera les certificats.

## ■ LE PROGRAMME DU STAGE

La formation World Sailing comporte un module Survie de 2 jours + un module Premiers Secours d'une journée, les deux étant indissociables. Elle s'effectue en partie en salle, en partie en mer.

## ■ MODULE SURVIE DU STAGE

Lors de ce module, vous aborderez les points suivants, essentiels pour la prévention des risques nautiques :

- Présentation de la formation, la réglementation WS.
- Prévisions météorologiques.
- Précaution et maintenance de sécurité.
- Contrôle des avaries et réparations.
- Gros temps, consignes à l'équipage, gestion du bateau.
- Voile tempête.
- Équipements de communication (VHF, GMDSS, par satellite...).
- Porter assistance à un autre navire.
- Organisation et méthode des SAR.
- Préparation et gestion du bateau et de l'équipage.
- Précautions contre l'incendie et utilisation des extincteurs.
- Pyrotechnie.
- Radeaux de survie et gilets de sauvetage.
- Manœuvre de l'homme à la mer et récupération.
- Combinaison TPS.
- Exercices radeaux de survie.

## ■ MODULE PREMIERS SECOURS EN MER

Le module "Premiers Secours en mer" est réalisé sur une journée et aborde les gestes médicaux qui pourraient être vitaux lors de la course au large. Il est dispensé en même temps que la formation World sailing. La Fédération Française de Voile l'a rendu obligatoire pour les coureurs souhaitant acquérir le certificat de survie World Sailing.

Les contenus présentés lors de ce module Premiers secours en mer sont les suivants :

- Diagnostic médical.
- Premiers soins.
- Traitements des hémorragies.
- Étouffements.
- Traumatismes.
- Hypothermie.
- Malaise cardiaque.

## ■ RENOUELER SON CERTIFICAT WORLD SAILING AVEC LE RECYCLAGE WORLD SAILING

Cette formation de 2 jours concerne les coureurs dont les certificats World Sailing doivent faire l'objet d'une formation de rafraîchissement pour donner droit à une nouvelle période de validité de 5 ans (si le délai de revalidation n'est pas dépassé). Le "recyclage" vise à refaire un point sur les deux modules : survie et premiers secours.

Le programme de cette formation consiste donc en une révision de tous les acquis de la formation de base (contenus théoriques et pratiques).

## ■ DATES ET COÛTS DES STAGES À LA ROCHELLE :

- Du 20 au 22 février, du 27 février au 1<sup>er</sup> mars, du 13 au 15 mars, du 27 au 29 mars, du 3 au 5 avril, du 17 au 19 avril, du 1<sup>er</sup> au 3 mai, du 8 au 10 mai.
- Coût : 625€ les 3 jours.

### WORLD SAILING RECYCLAGE :

- Du 20 au 21 février, du 13 au 14 mars, du 3 au 4 avril.
- Coût : 435€ les 2 jours.

# LA FORMATION SÉCURITÉ-SURVIE ( )

Destiné à sensibiliser les plaisanciers aux dangers de la navigation en mer, ce stage est devenu, en 25 ans, la référence en matière de prévention des risques sur voilier habitable.

Le stage “**Sécurité-Survie en mer**” est une formation pratique qui permet aux stagiaires de comprendre l'origine des difficultés qui peuvent surgir, de savoir les éviter et, le cas échéant, de les gérer, seuls ou avec le concours de sauveteurs professionnels.

En partenariat avec l'ensemble des organismes de sauvetage en mer, de multiples activités sont proposées aux stagiaires. Ces derniers sont sensibilisés aux gestes qui sauvent à travers des simulations : utilisation des fusées de détresse en situation réelle, apprentissage des techniques de remorquage, usage des embarcations de survie et des gilets gonflables, lutte contre l'incendie, immersion habillée, gestes de premiers secours, communications de détresse...

## ■ DURÉE

5 jours 1/2.

## ■ PUBLIC

Stagiaires MCV, propriétaires ou locataires de voiliers possédant une bonne expérience de l'habitable.



## ■ VOILIER

Monocoque ou catamaran.

## ■ LIEUX

- Port des Minimes, La Rochelle sur **monocoque** : du 22 au 27 juin et du 2 au 7 novembre (12h).
- Port de la Pointe Rouge, Marseille sur **monocoque** : du 06 au 11 octobre (12h).
- Vieille Darse, Toulon sur **catamaran** : du 4 au 8 mai et du 21 au 25 septembre.

## ■ COÛT

985€ sur monocoque.

## ■ THÈMES ABORDÉS

À terre (ou en salle) et en mer.

- Visite de sécurité.
- Prise en main du bateau en équipage.
- Briefing météo : phénomènes météo dangereux.
- Réduction de voilure, mise à la cape.
- Règles d'abordage.
- Entrée de port à la voile.
- Procédure d'urgence.
- Organisation des secours en mer.
- Moyens de communication d'urgence.
- Percussion de radeaux de survie.

## ■ MANŒUVRES EN ÉQUIPAGE RÉDUIT

- Réduction de voilure, établir ses voiles, affalage.

## ■ AVEC LE CONCOURS DU CENTRE CONSULTATIONS MÉDICALES MARITIMES DE TOULOUSE

- Vacation radio médicale.



## MANŒUVRES D'HOMME À LA MER

- Manœuvres d'homme à la mer en équipage.
- À la voile et au moteur.
- Localisation.
- Récupération statique.
- Récupération dynamique.
- De jour et de nuit.

## DÉMONSTRATION D'HÉLITREUILLAGE

- Démonstration d'évacuation sur voilier.
- Démonstration d'évacuation sur radeau de survie.
- De jour et de nuit.

## AVEC LE CONCOURS DE LA SNSM

- Technique de remorquage.
- Réamorçage et désamorçage circuit gasoil.
- Voie d'eau.
- Simulation d'avarie de barre.

## AVEC LE CONCOURS DE SPÉCIALISTES DANS CHAQUE DOMAINE

- Utilisation du matériel de lutte contre l'incendie.
- Utilisation réelle de l'armement pyrotechnique et de moyens de repérage (fusées parachute, feux à main, fumigènes, fluorescine, cyalume...).
- Démonstration de la combinaison de survie TPS.
- Tests de flottabilité : vestes, gilets, harnais, brassières.

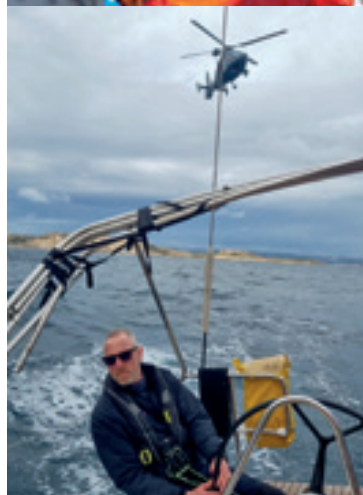
## DERNIER JOUR : BILAN FINAL D'ÉVALUATION

En fin de certaines journées, stagiaires et formateurs sont invités à participer à une conférence animée par différents intervenants :

- Les Affaires Maritimes.
- Les Centres régionaux opérationnels de surveillance et de sauvetage (Cross).
- Les Sauveteurs en mer (SNSM).

**À MARSEILLE**, avec le concours du Club Nautique Provençal de la Recherche Scientifique, des Marins Pompiers, de la SNSM, des Affaires Maritimes, du Cross MED, de Carènes Services, de Cotten, de Zodiac, de la Marine Nationale.

**À LA ROCHELLE**, avec le concours de la SNSM, des Affaires Maritimes, du Cross, des Capitaineries du Port des Minimes, du Grand Port maritime de La Rochelle, de la Marine Nationale et la Sécurité civile.



**Toutes nos formations  
sur notre site internet  
[www.macifcentredevoile.fr](http://www.macifcentredevoile.fr)**

# LE PERMIS MER ( )

Établissement agréé Affaires Maritimes n°079001/2008. Macif Centre de Voile est spécialisée depuis 1991 dans la formation permis Bateaux **côtier** (moins de 6 milles nautiques) et **hauturier** (plus de 6 milles nautiques) pour la conduite des **bateaux à moteur**.

Le succès de ces formations s'appuie sur trois principes qui ont fait leur preuve.

- Une formation privilégiant les thèmes de la **sécurité**, en droite ligne avec la prévention des risques nautiques.
- Une formation **intensive** à La Rochelle (3 jours pour le côtier, 4 jours pour le hauturier). Pour le permis côtier, la formation **privilégie la pratique** à bord de la vedette Antioche 650 de MCV.
- Une formation efficace et sérieuse (plusieurs formateurs agréés, moniteurs Brevet d'État en activité) offrant aux participants les meilleures conditions de réussite.

## PERMIS CÔTIER

**Cours théorique et pratique sur 3 jours du vendredi au dimanche à La Rochelle.**

- Préparation à la théorie en salle avec un formateur.
- Entraînement en ligne : possibilité examens blancs sur Internet pour réviser efficacement chez vous.
- Navigation pratique sur vedette à moteur de 6,50 m.

## ■ DATES ET COÛT DES STAGES

- **Du 15 au 18 mai, du 12 au 15 juin, du 9 au 12 octobre.**
- **Coût : 285€, 3 jours du vendredi au dimanche** (examen à la poste le lundi) code Vagnon compris. Prévoir timbres fiscaux de 78€ (droits d'inscription) et 30€ (frais administratifs) + adhésion annuelle à l'association MCV 35€ + licence FFVoile et nourriture.

## STAGE AVEC HÉBERGEMENT

## ■ CONTENU DU PERMIS CÔTIER

**Théorie : QCM de 40 questions**  
(5 erreurs maximum).

- Le balisage, les règles de barre et de route.
- Les signaux phoniques, de trafic portuaire, de détresse, les signaux météo.
- Les feux et marques des navires.
- Les règles de navigation et de sécurité.
- La réglementation des titres de conduite.
- Connaissance du service mobile maritime, du système mondial de sécurité en mer, du bon usage de la VHF, le numéro MMSI, l'appel sélectif de détresse (ASN), les zones du système mondial de détresse et de sécurité en mer (SMDSM).
- L'organisation du sauvetage.
- Les règles de pratique du ski nautique.
- L'autonomie en carburant.
- La protection de l'environnement, rejets, équipement, sanitaire des navires, peinture, la pêche, la faune, la flore.
- La météorologie.
- L'initiation à la carte.
- Les règles d'utilisation des écluses.

**Pratique :** sur un bateau à moteur 1 heure trente de pratique collective et 2 heures de conduite effective par candidat.

- Sécurité individuelle et collective, moyens de communication embarqués.
- Bulletin météo, le balisage, les obstacles.
- Le respect du milieu naturel.
- Mettre une brassière de sauvetage.
- Mettre en marche le moteur - appareiller, mouiller.
- Série de manœuvres - marche avant et arrière (casser son erre).
- Manœuvre pour récupérer un homme à la mer.
- Procéder à une prise de coffre ou de bouée.
- Suivre un cap.
- Suivre un alignement par l'avant et par l'arrière.



- Emploi de l'extincteur (simulation), les moyens de détresse.
- Situer 3 éléments mécaniques importants, niveaux, coupe-batterie, courroie d'alternateur, sortie d'eau, vanne de coque, bougie, injecteur...
- Accoster et amarrer le navire.

## PERMIS HAUTURIER

**Cours et exercices sur 4 jours (du lundi au jeudi) sur la navigation en salle (carte 9999) à La Rochelle + une demi-journée d'examen le vendredi.**

- Travail personnel indispensable avant de suivre la formation (envoi d'exercices auto correctifs simples).
- Connexion prévue sur internet pour entraînements et examens blancs.

### ■ DATES ET COÛT DES STAGES

- Du 19 au 23 janvier, du 16 au 20 février, du 16 au 20 septembre novembre.

D'autres dates sont susceptibles d'être mises en place. Nous consulter.

- **Coût : 385€, 4 jours du lundi au jeudi** (examen le vendredi) code Vagnon compris et fournitures prêtées (carte 9999, règle Cras). Prévoir timbres fiscaux 38€ (droit d'inscription) + adhésion annuelle à MCV 35€ + licence FFVoile et nourriture. Se munir d'un compas simple.

### ■ CONTENU DU PERMIS HAUTURIER (EXTENSION PERMIS CÔTIER)

**Épreuve théorique (1h30) sur la navigation en 3 temps :**

- 1 :** (noté sur 12) - Épreuve éliminatoire si vous obtenez une note inférieure à 7.
- La carte marine 9999.
  - Faire le point par plusieurs relèvements ou gisements et porter ce point sur la carte.
  - Calculer la variation, la dérive due au vent, la dérive due au courant, le cap au compas, le cap vrai, la route sur le fond, faire l'estime.
  - Identifier les phares.
  - Contrôler son estime.
- 2 :** (noté sur 4).
- Calcul de marée (règle des douzièmes).
- 3 :** (noté sur 4).
- Précautions d'usage (noté sur 0,5).



#### INFO

*Défection ou abandon en cours de stage : toute défection ou abandon en cours de stage ne donnent droit, ni à remboursement ni à dédommagement.*



- Aides électroniques à la navigation (noté sur 0,5).
- Météorologie (noté sur 2).
- Réglementation et matériel de sécurité (noté sur 1).

**Pour être reçu, le candidat doit obtenir une note globale égale ou supérieure à 10 et ne pas être éliminé par la 1<sup>re</sup> épreuve.**

### STAGE AVEC HÉBERGEMENT

# LE STAGE DE PERFECTIONNEMENT MOTONAUTIQUE ( )

Navigation embarquée en mer à la rochelle dans le cadre de la prévention des risques nautiques.

MCV propose aux titulaires du permis côtier de se perfectionner à la pratique du motonautisme.

Les règles de navigation apprises lors de cet examen sont indispensables pour piloter un bateau à moteur.

À l'usage, on se rend compte toutefois d'un déficit pratique et de lacunes dans la gestion des situations critiques chez le plaisancier débutant ou peu expérimenté, qui manque de conseils, de repérages et d'informations concrètes pour se lancer dans la navigation en mer.

Plusieurs points sont peu développés lors du permis, par exemple :

- le mouillage,
- la lecture du GPS et du traceur de cartes,
- la cartographie,
- l'approche des ports,
- les courants et marées,
- la météo,
- la navigation en solitaire,
- la gestion des incidents.

La formation s'organise dans les pertuis d'Antioche et Breton : île d'Aix, île d'Oléron, Fort Boyard, île de Ré, le littoral charentais et vendéen.

Afin de lever les dernières appréhensions et de s'organiser pour sa sécurité, ce stage est primordial.

- Formateur : Diplômé Brevet d'État, BPJEPS spécialisation croisière.
- Stagiaires : 4.
- Vedette : 6,54 m Antioche 650 avec centrale de navigation et traceur.

## ■ DATES ET COÛTS DES STAGES

- Du 11 au 14 mai, du 5 au 8 octobre.
- Coût : 4 jours = 505€.

À la fin du stage, une attestation de participation sera notée sur le passeport voile.

## STAGE AVEC HÉBERGEMENT





# L'OFFRE PARRAINAGE ( )

(sur l'ensemble des stages proposés dans cette brochure).



Parrainez un **NOUVEL** adhérent et vous serez remercié à hauteur de **20% de remise** sur le prix de votre prochaine formation avec nous ! Faites lui gagner **5%** sur le coût de son premier stage.

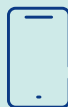


## COMMENT PROCÉDER :

### 1 / Inscription du filleul :

- Le filleul s'inscrit sur un stage et indique qu'il a un parrain (il doit fournir, nom, prénom et adresse mail).
- Macif Centre de Voile applique alors après vérification une remise de 5% sur le coût de son premier stage (hors adhésion, licence et assurance annulation).

**2 / Le parrain est alors prévenu de l'inscription de son filleul par mail.** MCV lui indique qu'il bénéficie de 20% de remise sur son prochain stage (non cumulable avec d'autres offres en cours et hors adhésion, licence et assurance annulation) et que ce bon doit être utilisé dans les 12 mois qui suivent (inscription et stage réalisé). Le parrain devra obligatoirement informer MCV de cette offre lors de son inscription (elle ne sera en aucun cas applicable a posteriori d'une inscription déjà réalisée).



Inscription exclusivement  
par téléphone au **05 49 09 44 41**

# LE MODULE VOILE DU CAPITAINE 200 ( )

Macif Centre de Voile propose une session de formation à ce brevet en Méditerranée, de mi-octobre à mi-décembre. La délivrance du module Voile du Capitaine 200 permet le commandement des navires à voile d'un tonnage inférieur à 200 UMS.

Pour être admis à suivre cette formation permettant d'acquérir le module voile, tout candidat doit :

- suivre les formations menant à l'acquisition des modules requis dans l'objectif à court terme de l'obtention du diplôme de capitaine 200 ;
- ou être titulaire du diplôme de capitaine 200.

Il faut aussi être âgé d'au moins 20 ans au 31 décembre de l'année de l'examen.

Pour pouvoir prétendre à cette formation continue et être admis en formation du module voile, il faut passer différentes étapes :

- une présélection à partir d'un dossier de demande de participation à cette formation,
- et des tests constitués d'une épreuve pratique effectuée à bord d'un navire à voile (les candidats ayant obtenu une note supérieure ou égale à 10/20 sont admis à suivre la formation du module voile).

Cette épreuve réalisée en équipage permet d'évaluer les capacités physiques et les acquis pratiques d'un candidat en qualité de chef de bord d'un navire de plaisance (se déplacer en toute sécurité, régler les voiles convenablement en fonction de l'allure, trouver ses repères sur le plan d'eau, tenir un cap imposé sous différentes allures, virer de bord et arrêter le navire sous voile).

Sa durée est d'au moins 45 minutes par candidat. Suite à cette évaluation et si le candidat est admis, il démarre sa formation continue avec Macif Centre de Voile à la Pointe Rouge à Marseille :

- **formation théorique** : 160 heures + examen 2 heures en salle ;
- **formation pratique embarquée** : 120 heures sur Dufour (voilier récent, appartenant à l'Association - 5 stagiaires maximum par bateau pour une formation optimale).

**TOTAL**  
282 heures.

**LIEU DE LA FORMATION**  
Port de la Pointe Rouge à Marseille.

**COÛT**  
3 950 €.



Pour plus de renseignements,  
Macif Centre de Voile : 05 49 09 44 41  
ou : [macif\\_centre\\_voile@macif.fr](mailto:macif_centre_voile@macif.fr)



# LA PRIVATISATION (👥)

Privatiser sa formation avec un bateau complet en groupe, en famille ou en couple !

**Vous pouvez réserver un bateau MCV** (sous réserve de faisabilité) si vous êtes déjà en équipage constitué et que vous connaissez suffisamment à l'avance vos dates et bien sûr dans la limite des disponibilités.

Le coût sera celui d'un stage complet (6 personnes sur les 45 pieds et 5 personnes sur les 40 pieds) pour la saison concernée que vous soyez 2, 3, 4, 5 ou 6 avec une remise de 10% sur le prix du stage.

**-10%**  
sur votre  
stage



Toutes nos formations  
sur notre site internet  
[www.macifcentredevoile.fr](http://www.macifcentredevoile.fr)

# LES RALLYES (🏆)

## ■ RALLYE DES PERTUIS

- Du 3 au 5 juillet.

**Cap sur l'aventure : participez au Rallye des Pertuis !** Embarquez pour trois jours de navigation en flottille, de régates amicales et d'escales festives hors des sentiers battus – ou plutôt, hors des Pertuis !

Naviguez entre amis, en famille ou entre passionnés dans une ambiance conviviale et sportive, entre mer et terre, avec chaque soir une nouvelle escale pour savourer ensemble le plaisir d'être en mer.

### Au programme :

- Des régates légères et accessibles à tous les niveaux.
- Des moments de détente au mouillage ou à terre.
- Des soirées chaleureuses : plancha, barbecue, balade à vélo, baignade ou resto, dans une ambiance joyeuse et décontractée.

**Un seul mot d'ordre : bonne humeur et plaisir de naviguer ensemble !**

*Programme susceptible d'évoluer selon la météo.*



## JOUR 1

### CAP SUR SAINT-DENIS D'OLÉRON

**8h30**

Accueil sur le ponton, avitaillement.

**10h00**

Départ du port, prise en main des bateaux.

**12h00**

Briefing sécurité au mouillage, présentation du rallye.

**14h00**

Premières manches en flottille.

**19h30**

Dîner convivial à Saint-Denis d'Oléron.



## JOUR 2

### DIRECTION ARS EN RÉ

**8h45**

Briefing.

**9h30**

Départ, navigation et régates.

**17h00**

Arrivée et remontée du canal d'Ars en Ré.

**20h00**

Barbecue festif à terre.



## JOUR 3

### RETOUR AUX MINIMES

**8h00**

Briefing.

**8h30**

Dernières manches.

**15h00**

Retour au port, nettoyage des bateaux.

**16h30**

Remise des prix et moment de clôture.



**Toutes nos formations  
sur notre site internet  
[www.macifcentredevoile.fr](http://www.macifcentredevoile.fr)**



## ■ RALLYE DES ÎLES D'HYÈRES

### ● Du 7 au 10 novembre.

Un long week-end de navigation sportive et de partage, entre les équipages de Marseille et de Toulon, dans l'un des plus beaux plans d'eau de Méditerranée !

4 jours de voile, d'escales et de convivialité.

Entre Toulon, Porquerolles, Port-Cros, Cap Bénat et le fort de Brégançon, ce rallye vous fera voguer au cœur du parc national d'Hyères. Une aventure à la voile ponctuée de manches sportives, de soirées chaleureuses, de moments de découverte... et de bonne humeur !



### JOUR 1

#### TOULON / TOULON Samedi 7 novembre

**Accueil 9h :** Accueil, briefing sécurité, météo, parcours.

**11h :** Prise en main & entraînement en rade.

Manches entre le cap Cépet et la rade.

Retour à quai, avitaillement et classement.



### JOUR 2

#### TOULON / PORQUEROLLES Dimanche 8 novembre

**9h :** briefing.

**10h :** départ vers Porquerolles.

Escale dans l'île mythique, soirée conviviale entre équipages.



### JOUR 3

#### PORQUEROLLES / PORT CROS / CAP BENAT / PORQUEROLLES Lundi 9 novembre

Navigation côtière dans les îles d'or.

Soirée animée avec quiz et de nombreux lots à gagner !



### JOUR 4

#### PORQUEROLLES / BREGANCON / TOULON Mardi 10 novembre

Retour vers Toulon par la presqu'île de Giens.

Arrivée vers 14h30, nettoyage, classement final & débriefing.



**Les parcours et les escales  
peuvent être modifiés en fonction  
des événements météo.**





# Infos pratiques



## CONDITIONS GÉNÉRALES

### ■ RÉSERVATION/PAIEMENT

Nos stages sont réservés aux adhérents. Toute inscription est réputée ferme au paiement d'un acompte de 20% du coût du stage majorée du montant de l'adhésion et de la licence FFVoile. Le deuxième acompte de 30% doit être versé au plus tard 3 mois avant le début du stage, le solde de 50% 1 mois avant l'embarquement (possibilité d'échéancier de paiement sur demande).

### ■ ANNULATION PAR MCV

En cas d'annulation de stage avant le départ (ex. : avaries, manque de participants,...) et à défaut d'une formule de substitution, il sera procédé au remboursement du stage (hors prestations) et sans autre indemnité. **Les montants de l'adhésion, de l'assurance annulation et de la licence restent acquis à MCV et ne peuvent faire l'objet d'aucun remboursement. Si l'annulation se produit durant le stage (interruption pour avaries, Covid...), il sera procédé au remboursement des jours non réalisés (hors prestations).**

### ■ ANNULATION PAR L'ADHÉRENT

Une assurance annulation pour cause de force majeure peut être souscrite par l'adhérent à l'inscription pour un montant de 10 €. En cas de force majeure (raison médicale, accident, décès, licenciement économique notamment) et après validation par l'assureur de MCV au cas par cas, l'adhérent ayant souscrit une assurance annulation sera remboursé dans la limite des acomptes versés (hors prestations). Dans les autres cas d'annulations, non prises en charge par l'assurance annulation ou pour les adhérents n'ayant pas souscrit cette option de 10 € à l'inscription, les sommes versées au titre des acomptes ou solde, restent acquises en totalité à MCV. **Dans tous les cas les montants de l'adhésion, de l'assurance annulation et de la licence restent acquis et ne peuvent faire l'objet d'aucun remboursement.**

### ■ CAS DE FORCES MAJEURES ET ÉVÈNEMENTS EXCEPTIONNELS

Macif Centre de Voile se dégage de toutes responsabilités concernant les cas de forces majeures (grèves, intempérie, guerre ou état d'urgence) qui perturberaient le déroulement normal d'un stage. Les demandes de remboursements de jours de stages liées à un ou des événements indépendants de notre volonté (cas de forces majeures ou autres) qui entraîneraient une réduction de la durée d'un stage ne seront pas pris en compte, sauf cas exceptionnels. Les frais éventuels engagés à titre personnel pour régulariser une situation ne seront en aucun cas pris en charge.

### ■ DÉFECTION OU DÉBARQUEMENT EN COURS DE STAGE

Toute défection ou abandon en cours de stage ne donnent droit ni à remboursement, ni à dédommagement. Il en est de même en cas de débarquement justifié par des attitudes ou agissements susceptibles de compromettre la sécurité de l'équipage ou de perturber le bon déroulement du stage et cela, sur décision du Chef de Bord.

### ■ APTITUDE À LA PRATIQUE DE LA VOILE

**L'adhérent atteste sur l'honneur savoir nager 25 m, être capable de s'immerger, être médicalement apte à la pra-**

**tique de la voile** et s'engage à informer le formateur de toute pathologie ou allergie dont les conséquences peuvent se trouver aggravées par un recours médical rendu plus difficile en mer. Si cette pathologie ne contre indique pas le stage, il est impératif d'apporter avec soi les médicaments correspondant au traitement en cours. MCV se dégage de toute responsabilité relevant d'un cas médical. Pour les stagiaires de 75 ans et plus, un certificat médical devra être transmis à MCV avant le stage.

### ■ DURÉE DU STAGE

Pour tous nos stages d'une durée supérieure à 6 jours et itinérants, une journée est laissée libre et sans navigation, ce qui permet au formateur de profiter de son repos réglementaire. Macif Centre de Voile favorisera un lieu d'escale pour la découverte de sites à terre, sans toutefois prendre en charge les frais éventuels correspondants.

### ■ PASSEPORT OU CARTE D'IDENTITÉ

Un passeport valide est indispensable et obligatoire pour **tous les stages à l'étranger hors Europe** (si MCV était contraint de se dérouter vers un autre pays pour des raisons d'avaries techniques, de météo défavorable, ou d'évacuations sanitaires d'un des membres de l'équipage...). **Pour tous les stages en Europe** le passeport n'est pas obligatoire (seule une carte d'identité valide à la date du stage et valable les 6 mois suivants au moins) excepté les stages qui partent de France vers l'Angleterre (Cornouailles, Scilly, Angleterre sud, les îles Anglo-Normandes...).

### ■ SÉCURITÉ

Certaines circonstances exceptionnelles non maîtrisables par MCV (avaries, météo, entrée de port inaccessible), peuvent contraindre à modifier le cours du stage (lieux ou horaires de début ou fin de stage, programme, voilier de substitution). Dans ce cas, MCV n'est tenue ni à remboursement ni à indemnité. Toute activité en dehors de la pratique de la voile s'effectue sous votre responsabilité (baignade, plongée et notamment apnée, sorties à terre...). En conséquence le non respect des consignes du formateur pour des raisons de sécurité doit faire l'objet d'une décharge de responsabilité sur le livre de bord.

### ■ ACCORD DE VOLONTARIAT DANS LE CADRE DES HÉLITREUILLAGES

Le stagiaire donne son accord individuel, pour la possibilité de participer à des exercices d'Hélitreuillage, auprès du commandant du navire et du partenaire MCV.

### ■ EMBARQUEMENT

Dans le cas où un stagiaire ne peut embarquer le 1<sup>er</sup> ou le 2<sup>e</sup> jour du stage (ex. : s'il a un imprévu majeur de dernière minute) il faut prévenir le formateur MCV qui fera en sorte de le récupérer à ce moment-là. Cela s'applique seulement sur les stages d'une semaine et non itinérants. Pour tous les autres cas de figure, l'embarquement se fait uniquement le premier jour du stage.

### ■ DROIT À L'IMAGE

Le stagiaire accepte ou refuse (en cochant la case correspondante sur les conditions générales de vente lors de son inscription à une formation) à l'association Macif Centre de Voile l'utilisation de son image. Si le stagiaire accepte, toutes les photos pourront être éditées sans qu'il s'y oppose et elles deviendront ainsi libres de droit.

### ■ OFFRES PROMOTIONNELLES

Le stagiaire autorise MCV à lui communiquer des offres sur des stages de formation à la bonne pratique de la navigation et sur la prévention des risques en mer.



## LES DÉTAILS PRATIQUES

### ■ LES BATEAUX

Basés au Port des Minimes (La Rochelle), Vannes, Pointe Rouge (Marseille) et Toulon entre autres, les voiliers de MCV se retrouvent aussi en escales itinérantes, ponton visiteurs.

### ■ VOTRE ARRIVÉE

- Par la route : possibilité de parking face au ponton.
- Par le train.
- **La Rochelle** : des bus urbains assurent la liaison Gare TGV/Port des Minimes toutes les 20 minutes.
- **Vannes** : gare TGV à 1200 m du port, des bus assurent la liaison avec le Port.
- **Marseille** : bus ou métro de la gare TGV à Pointe Rouge.
- **Toulon** : gare TGV à 1500 m, bus assurant la liaison avec le port.

### ■ L'EMBARQUEMENT

Rendez-vous au ponton de départ, le 1<sup>er</sup> jour du stage, à 9h pour les derniers préparatifs avant le départ (instructions adressées aux équipiers en général 3 semaines avant l'embarquement). Embarquement la veille autorisé et gratuit à partir de 18h mais sans possibilité de cuisiner, ni de se servir des sanitaires et autres, uniquement pour le couchage en cabine sauf imprévu de dernière minute (retard du voilier, grutage, pandémie...), sinon vous avez des possibilités d'hôtels sur le port à votre charge (liste des structures avec prix MCV sur demande). Les stagiaires se répartissent les différents couchages, le formateur disposant de la cabine skipper. Le dernier jour du stage, équipiers et formateur procèdent au rangement et nettoyage du bateau, ce dernier devant être ensuite libéré de tout occupant (sauf continuité immédiate ou stages à l'étranger).

### ■ L'ÉQUIPEMENT

Prévoir dans un sac souple : bottes et chaussures antidérapantes (chaussures de pont ou de sport), nécessaire de toilette, serviette éponge, linge de rechange en fonction de la durée du stage, duvet (sac de couchage), drap double, coussin-oreiller (pour les amateurs), vêtements chauds suivant la saison, bonnet, lunettes de soleil (cordon de retenue pour les lunettes), crème haute protection, stick à lèvres, gants coupés (protection des paumes en manœuvre pour les cordages) et chargeur pour téléphone ou appareil photo. À défaut de posséder le vôtre, un pantalon de ciré peut vous être prêté (sauf sur les voiliers de location). MCV n'est pas responsable des effets personnels des stagiaires.

### ■ LA CAISSE DE BORD (REPAS FORMATEUR INCLUS)

La caisse de bord constituée dès le départ, est gérée par les stagiaires (compter environ 17 €/jour/personne, 25 € pour les Antilles). Elle ouvre les seules dépenses de nourriture, formateur compris, lequel se charge généralement de l'avitaillement du premier repas (il peut arriver néanmoins exceptionnellement que ce dernier soit dans l'impossibilité de le faire, notamment dans les ports autres que ceux de nos départs habituels). Pour le restant des courses alimentaires, cela se fait de manière collective en dehors des heures de navigation.

Les autres frais (le gaz, le fuel et les frais d'escales) sont à la charge de MCV (intendance du bord confiée aux équipiers). Pendant quelques jours, vous allez vivre hors de votre cadre habituel avec pour seul souci, la pratique de la voile et l'inten-

dance du bord. Votre passion "raisonnée" pour la MER, et un minimum de tolérance, devraient dissiper les petits inconvénients nés de la promiscuité de courte durée.

### ■ DES STAGES PROGRESSIFS BASÉS SUR LA PRATIQUE

- De la première journée du niveau Premiers bords à MCV, jusqu'au niveau Autonomie, vous allez suivre une formation concrète, au travers d'une réelle navigation, dispensée par une équipe de vrais professionnels qui ont choisis de vous transmettre leur savoir et leur sens marin.
- Vous embarquerez sur des voiliers récents sélectionnés pour leur qualité maritime, dotés de tous les équipements demandés par la croisière moderne (enrouleurs de génois, grand-voile full batten, étai largable, pilote automatique, traceur de cartes). Ils sont constamment entretenus et révisés par l'équipe technique MCV.
- D'étape en étape, 5 ou 6 équipiers au maximum vont se partager pratique et théorie du niveau Premiers bords (jaune), du Perfectionnement (orange), de l'Évolution (vert) et de l'Autonomie (bleu), en intégrant des modules précis correspondant à l'objectif que vous vous serez fixé.
- Équipier précieux grâce à votre niveau Évolution, la location est à votre portée et vous apprécierez de pouvoir prendre la responsabilité de la navigation dans des conditions de mer et de météo adaptées à votre savoir faire.
- Objectif final, le niveau Autonomie qui vous permet d'envisager enfin l'acquisition de votre voilier, ou la location sous d'autres latitudes.



# Pour nous joindre :



Contactez-nous sur  
**macif\_centre\_voile@macif.fr**



Nous vous répondons  
du lundi au vendredi de 9h à 18h  
au **05 49 09 44 41**



Rendez-vous sur  
**<http://www.macifcentredevoile.fr>**



Suivez-nous sur **les réseaux sociaux**  
**Facebook et Instagram**



1 rue Jacques Vandier  
79037 Niort Cedex 9



Conception : Agence Charivari&com | Niort - Impression : Les Impressions Dumas | Niort - Photos : Alexandre Bergevin, Alexis Courcoux, Vincent Curutchet/ALeA/Macif, William Moureaux, Louen Pinault, J-M Rieupeyrout, Alain Vivet, Planet Obserber/Hoa-Qui, Sébastien Richard, Macif Centre de Voile, ©Shutterstock, DR. Document imprimé sur papier certifié PEFC issu de forêts gérées durablement et par une entreprise Imprim'Vert. Sous réserve d'erreurs typographiques.

