

# Saison 2027

TOUTES LES FORMATIONS DE L'ANNÉE

SUR  
LES TRACES  
D'ULYSSE



TOUR  
D'EUROPE

NOUVEAUTÉS



*Centre de Voile*

# SPÉCIAL ANNIVERSAIRE



ATLANTIQUE / P. 14

## TOUR D'EUROPE

---

MÉDITERRANÉE / P. 28

## SUR LES TRACES D'ULYSSE

---



**École ouverte  
à toutes et tous !**



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

|                               |    |
|-------------------------------|----|
| L'ÉDITO                       | 03 |
| L'ÉCOLE DE VOILE              | 04 |
| LA NAVIGATION EN ATLANTIQUE   | 10 |
| LA NAVIGATION EN MÉDITERRANÉE | 24 |
| LES FORMATIONS EN DÉTAIL      | 40 |
| LES FORMATIONS SPÉCIFIQUES    | 46 |
| LA PRIVATISATION              | 57 |
| LES INFOS PRATIQUES           | 60 |

# L'édito



## 40 ans d'aventures, de passion et de transmission !



En 2027, Macif Centre de Voile souffle ses 40 bougies et met à l'honneur quatre décennies de passion et de transmission maritime.

En créant sa propre école de voile en 1987, la Macif avait un objectif : former ses sociétaires plaisanciers afin de transmettre les savoir-faire, les bons réflexes et la culture maritime qui permettent de vivre pleinement la passion de la mer en toute sérénité.

Fidèle à ses valeurs de professionnalisme, de bienveillance et d'accessibilité, notre école, agréée par la Fédération Française de Voile, continue 40 ans après d'accueillir toutes celles et ceux qui souhaitent apprendre, progresser et gagner en autonomie, du débutant qui embarque pour la première fois au marin expérimenté souhaitant perfectionner sa pratique.

Au quotidien, les équipes Macif Centre de Voile mettent leur expertise, leur disponibilité et leur enthousiasme au service de votre progression. Nos formateurs diplômés transmettent leur savoir avec exigence et convivialité, tandis que nos équipes administratives vous accompagnent pour construire le parcours qui correspond le mieux à vos envies et à vos objectifs.



Chaque saison, un programme varié vous est proposé :

- Formations sur monocoques et catamarans toute l'année, en Atlantique comme en Méditerranée.
- Destinations emblématiques : Bretagne, Corse, côtes atlantiques et méditerranéennes.
- Packs de progression adaptés à chaque projet.
- Parcours de formation du niveau débutant jusqu'à l'autonomie.
- Accompagnement personnalisé grâce au Coach Plaisance.
- Formations spécialisées : sécurité, météo, manœuvres de port, module voile du Capitaine 200 et bien d'autres.

En cette saison 2027, et afin de célébrer l'anniversaire de Macif Centre de Voile, nous vous proposons en complément deux parcours inédits "Spécial 40 ans", composés d'étapes adaptées à différents niveaux, qui vous emmèneront vers des horizons d'exception :

- **Le Tour d'Europe Atlantique**, une aventure grand large au départ de Brest vers les côtes suédoises, norvégiennes et danoises, avec un retour par Londres.
- **L'Odyssée d'Ulysse**, un voyage au cœur de la Méditerranée occidentale, de Toulon à Alicante, Cagliari, Syracuse, Palerme et Rome.

Vous l'aurez compris, cette nouvelle saison 2027 est placée sous le signe de la découverte, du dépassement de soi, de la sécurité, de la convivialité et de l'évasion.

De nouvelles destinations, de nouvelles aventures, de nouveaux équipages... et toujours le même plaisir de prendre le large ensemble.

**Bon vent à chacune et chacun d'entre vous et à bientôt sur les pontons !**



**Nicolas Llorens**  
Président du directoire Macif Centre de Voile





# L'école de voile



*Toute la flotte est  
équipée de ventilateurs  
(un par cabine et  
un dans le carré)*



*École ouverte  
à toutes et tous !*



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



# L'ÉCOLE (>1<)

**Pour vivre la mer sereinement !**

**40 ans d'engagement au service de la navigation.**



En 2027, Macif Centre de Voile célèbre ses 40 ans. Quarante années de passion, de transmission et d'engagement au service des plaisanciers. Depuis sa création en 1987, notre école associative à but non lucratif trace une route singulière dans l'univers de la prévention des risques en mer grâce à la formation nautique.

Née de la volonté de rendre la mer plus accessible et plus sûre, elle a accompagné des milliers de navigateurs dans leur apprentissage, en plaçant la prévention et la sécurité au cœur de sa pédagogie. Aujourd'hui encore, cette vision reste notre raison d'être : apprendre à naviguer avec confiance, responsabilité et plaisir.

## ■ CE QUI NOUS DISTINGUE

- Une école associative ouverte à toutes et tous.
- Une pédagogie centrée sur la sécurité et la prévention.
- Des formations embarquées sur voiliers habitables pour un apprentissage concret et responsable.
- Une expertise reconnue, construite au fil de 40 années d'expérience.

## ■ UNE ÉCOLE LABELLISÉE, DES FORMATIONS RECONNUES

Depuis quatre décennies, Macif Centre de Voile forme chaque année près de 2 000 stagiaires grâce à l'engagement d'une équipe de formateurs passionnés.

Notre école, c'est aussi :

- une flotte moderne composée de 10 bateaux (9 monocoques et 1 catamaran) ;
- des formations labellisées et agréées par la Fédération Française de Voile, les Affaires Maritimes ainsi que le Ministère de la Jeunesse et des Sports ;
- le label École Française de Croisière ;
- l'habilitation à organiser les stages de sécurité World Sailing ;
- le label Coach Plaisance.

Cette reconnaissance est le fruit de 40 années d'exigence, d'innovation pédagogique et d'engagement en faveur de la sécurité en mer.

## ■ DES FORMATIONS ACCESSIBLES À TOUTES ET TOUS

Débutants, navigateurs en perfectionnement ou marins expérimentés : chacun trouvera la formule qui lui correspond parmi nos quatre grandes familles de formations :

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

Week-ends tous niveaux, du Premiers Bords à l'Autonomie, croisières itinérantes, stages famille, couple ou groupe, rallyes, navigations hauturières, formations catamaran, stages thématiques, Coach Plaisance... notre offre répond à toutes les envies et à tous les projets de navigation.

Nos formations sont proposées au départ de La Rochelle (Port des Minimes), Vannes (Port de la Rabine), Marseille (Port de la Pointe Rouge) et Toulon (Vieille Darse). Certaines aventures commencent également à l'étranger ou en France d'outre-mer.

## ■ ENVIE DE DÉCOUVRIR L'UNIVERS DE LA MER ?

Depuis 40 ans, nous accompagnons les navigateurs dans leur progression avec la même ambition : transmettre les compétences, les réflexes et la confiance nécessaires pour naviguer en toute sérénité. À l'issue de chaque formation, votre parcours est valorisé grâce au Passeport FFVoile, véritable carnet de bord de vos compétences.

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

- une communauté passionnée ;
- un engagement fort pour la sécurité en mer ;
- un accompagnement personnalisé, y compris sur votre propre bateau grâce au Coach Plaisance ;
- quarante années d'expérience au service de votre navigation.



Découvrez l'ensemble de nos stages et embarquez avec nous dans l'aventure d'une navigation plus sûre, plus libre et plus responsable.

**Depuis 40 ans, nous partageons la même conviction : la mer est encore plus belle lorsqu'elle se vit en confiance.**

# 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.



**DES  
FORMATEURS  
DIPLOMÉS  
D'ÉTAT**



## ■ 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.
- Sensibilisation aux Violences Sexistes et Sexuelles.

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

# LA FLOTTE ( )

Les voiliers de la flotte 2027 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 appréciez 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>





**Toute la flotte est  
équipée de ventilateurs  
(un par cabine et  
un dans le carré)**



## 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)

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 écrin 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  
Nombre de moteurs : 2 - Cabines doubles : 4 - Salles de bains : 2





# La navigation en Atlantique



*Possibilité de paiement  
en plusieurs fois  
selon modalités  
(date d'inscription)*



*Toute la flotte est  
équipée de ventilateurs  
(un par cabine et  
un dans le carré)*



*École ouverte  
à toutes et tous !*



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

# LES FORMATIONS ( )

**Atlantique : une année exceptionnelle pour les 40 ans de l'école.**



À l'occasion de son 40<sup>e</sup> anniversaire, la base atlantique propose un programme de formations particulièrement riche, conçu pour vous accompagner dans

**votre progression vers l'autonomie et le perfectionnement en navigation hauturière.**

De février à octobre, plusieurs parcours itinérants permettront de découvrir des zones de navigation variées : les Açores, les îles Scilly, le Pays basque, la côte sud de l'Angleterre, le Portugal, la Galice ainsi que les côtes bretonnes.

L'année 2027 sera également marquée par la mise en place d'une nouvelle formation intensive en escadre entre La Rochelle et Brest, spécialement conçue pour les stagiaires souhaitant préparer leurs futures locations ou acquérir les compétences nécessaires à la fonction de chef de bord.

Pour les projets de grande croisière, le package dédié est reconduit avec trois modules complémentaires : météorologie, entretien du bateau et sécurité. Ces formations sont indissociables et l'inscription au package implique la participation à toutes les sessions programmées.

En complément de ces parcours exceptionnels, l'ensemble des formations habituelles reste proposé : stages tous niveaux, formations thématiques, croisières itinérantes, préparation à l'autonomie et permis bateau.

**En 2027, rejoignez-nous pour célébrer 40 ans de passion maritime, progresser en navigation et partager ensemble de belles aventures en mer.**



Les formations :

## ■ FÉVRIER À AVRIL DIRECTION LES AÇORES

**La Rochelle / Porto (golfe de Gascogne, Galice, Portugal : stage intensif)**

- Niveau Autonomie.
- Du 22 février au 6 mars.

**Porto / Horta (Portugal, Açores)**

- Niveau Évolution + Autonomie.
- Du 8 au 20 mars.

**Horta / Horta (Archipel des Açores)**

- Niveau Évolution + Autonomie.
- Du 22 mars au 3 avril.

**Horta / La Rochelle (Açores, golfe de Gascogne)**

- Niveau Autonomie.
- Du 5 au 17 avril.

## ■ MARS À AVRIL ALLER-RETOUR LES SCILLY

**La Rochelle / Brest (Pertuis, Bretagne sud, îles du Ponant, mer d'Iroise)**

- Niveau Évolution + Autonomie.
- Du 1<sup>er</sup> au 13 mars.

**Brest / Brest (mer d'Iroise, les Scilly)**

- Niveau Évolution + Autonomie.
- Du 15 au 27 mars.

**Brest / La Rochelle (mer d'Iroise, Bretagne sud, îles du Ponant)**

- Niveau Perfectionnement + Évolution.
- Du 29 mars au 9 avril.

## ■ AVRIL À MAI ALLER-RETOUR LA ROCHELLE / SAINT-JEAN-DE-LUZ

**De La Rochelle à Saint-Jean-de-Luz (Pays basque, golfe de Gascogne)**

- Niveau Perfectionnement + Évolution.
- Du 19 avril au 1<sup>er</sup> mai.

**De Saint-Jean-de-Luz à La Rochelle (Pays basque, golfe de Gascogne)**

- Niveau Évolution + Autonomie.
- Du 3 au 15 mai.



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

## ■ JUILLET / NOUVEAUTÉ

**Stage escadre intensif** de La Rochelle à Brest pour se préparer à la location et devenir chef de bord (Bretagne sud, îles du Ponant, mer d'Iroise).

- Niveau Autonomie.
- Du 3 au 11 juillet.

## ■ AOÛT

**Saint-Malo à Londres (îles anglo-normandes, île de Wight, côte sud anglaise, Tamise)**

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

**Londres / Saint-Malo (Tamise, côte sud anglaise, île de Wight, Manche, îles anglo-normandes)**

- Niveau Évolution + Autonomie.
- Du 30 août au 11 septembre.

## ■ SEPTEMBRE À OCTOBRE VANNES / PORTO ET PORTO / LA ROCHELLE

**Vannes / Porto (Bretagne sud, golfe de Gascogne, Galice)**

- Niveau Évolution + Autonomie.
- Du 13 au 25 septembre.

**Porto / La Rochelle (Portugal, Galice, golfe de Gascogne, Pertuis charentais)**

- Niveau Perfectionnement + Évolution.
- Du 27 septembre au 9 octobre.

## ■ PACKAGE GRANDE CROISIÈRE (JANVIER À AVRIL)

- Météo : du 23 au 24 janvier.
- Entretien : du 13 au 14 février.
- Sécurité : du 24 au 25 avril.



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

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.



### 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.





# TOUR D'EUROPE

SUR LA ROUTE DES GRANDS HORIZONS  
ÉDITION SPÉCIALE 40 ANS



**Quarante ans après**  
ses premiers bords,  
Macif Centre de Voile célèbre  
son anniversaire en proposant  
de vivre une **aventure**  
**exceptionnelle** : plusieurs  
étapes différentes  
pour réaliser  
un **Tour d'Europe à la voile**  
au fil des plus belles mers  
du Nord de l'Atlantique.



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

De la Bretagne aux fjords de Norvège, des falaises écossaises aux îles de la Baltique, chaque stage est une promesse d'évasion et de découverte. La seule difficulté sera de choisir sur quelle étape vous souhaitez embarquer.

Porté par le vent, ce parcours conduit vers des horizons mythiques où se succèdent archipels sauvages, ports chargés d'histoire, terres lointaines et lumières infinies des latitudes nordiques. Les traversées, les quarts de nuit, les arrivées au petit matin et les escales dans des lieux hors du temps composeront chaque portion du parcours pour des expériences que seuls les marins connaissent vraiment.

Au-delà des milles parcourus, les **neuf étapes composant ce Tour d'Europe seront chacune une invitation à vivre l'aventure au grand large, à partager des moments rares et à réaliser un rêve de navigation.** Une occasion unique de prendre part à une épopée maritime qui marquera durablement celles et ceux qui embarqueront pour cette édition anniversaire des quarante ans.

Plus qu'une simple croisière, ce **Tour d'Europe est une expérience humaine et maritime hors du commun**, fidèle aux valeurs de transmission, de partage et d'excellence qui animent Macif Centre de Voile depuis toutes ces années.



## ÉTAPE 1

### De Brest à Dublin

- Du 17 au 28 mai.
- Niveau Évolution + Autonomie.

Cette première étape vous transporte des côtes bretonnes jusqu'à l'Irlande en traversant quelques-uns des plus beaux bassins de navigation d'Europe. Après une découverte de la mer d'Iroise et des abords d'Ouessant, le voilier met le cap sur les îles Scilly et la Cornouaille anglaise avant de visiter les Macareux Moines de l'île Lundy. La navigation se poursuit en mer d'Irlande puis le long de la côte orientale jusqu'à Dublin. Un parcours varié, idéal pour développer son expérience de la navigation hauturière.

## ÉTAPE 2

### De Dublin à Oban

- Du 31 mai au 11 juin.
- Niveau Perfectionnement + Évolution.

Après avoir quitté Dublin, le parcours longe les côtes d'Irlande du Nord avant de rejoindre Islay et ses neuf distilleries. La route se poursuit dans la Mer des Hébrides entre lochs, caps sauvages et paysages grandioses. Une navigation riche en manœuvres et en apprentissages dans un environnement marin exceptionnel.



**Toute la flotte est équipée de ventilateurs (un par cabine et un dans le carré)**



### ÉTAPE 3

#### De Oban à Lerwick

- Du 14 au 25 juin.
- Niveau Évolution + Autonomie.

Au départ d'Oban, cette traversée d'environ 360 milles conduit au cœur des archipels écossais les plus spectaculaires. Les Hébrides intérieures puis extérieures offrent des mouillages sauvages et des paysages marqués par les vents de l'Atlantique nord. Après une navigation le long de la côte nord de l'Écosse et à travers les Orcades, le voyage se termine aux îles Shetland après une nuit en mer. Une étape dépaysante, entre nature brute et culture maritime ancestrale.

### ÉTAPE 4

#### De Lerwick à Bergen

- Du 28 juin au 10 juillet.
- Niveau Évolution + Autonomie.

Cette étape relie les Shetland à la Norvège en franchissant la mer du Nord. Après avoir exploré les dernières terres écossaises, le voilier entame une traversée hauturière ponctuée d'une navigation de nuit. L'arrivée dans les fjords norvégiens marque un changement spectaculaire de décor, entre montagnes plongeant dans la mer et villages colorés. Une expérience unique mêlant navigation au large et découverte des paysages scandinaves de 200 milles nautiques.



**Un passeport valide  
sera obligatoire  
pour toutes inscriptions  
sur ce Tour d'Europe**

### ÉTAPE 5

#### De Bergen à Fredrikstad

- Du 12 au 24 juillet.
- Niveau Perfectionnement + Évolution.

Depuis Bergen, vous partez pour 300 milles sur la route des fjords et des côtes découpées du sud de la Norvège avant de rejoindre la Suède. Cette navigation sans parcours de nuit en mer permet de profiter pleinement des paysages et des nombreuses escales possibles. Les reliefs majestueux laissent progressivement place aux côtes plus douces et aux archipels suédois. Une étape équilibrée entre perfectionnement technique et découverte.

### ÉTAPE 6

#### De Fredrikstad à Copenhague

- Du 26 juillet au 7 août.
- Tous niveaux

Cette étape de 200 milles nautiques traverse les eaux protégées du Skagerrak et du Kattegat en direction de la capitale danoise. Le parcours longe le Bohuslän et ses îles avant d'entrer dans l'Øresund. Les nombreuses îles danoises offrent des conditions de navigation variées et des escales pleines de charme. Une croisière accessible, idéale pour perfectionner les manœuvres côtières.

### ÉTAPE 7

#### De Copenhague à Kiel

- Du 9 au 21 août.
- Tous niveaux

Au départ de Copenhague, cette navigation explore les détroits et archipels qui bordent le Danemark. La Riviera danoise est parsemée de petites îles, de villages de pêcheurs et de stations balnéaires au charme préservé. En poursuivant vers l'ouest, le voilier serpente dans la Dänische Südsee avant d'atteindre Kiel, grande cité nautique européenne. Une étape de 180 milles agréable qui met l'accent sur la précision de la navigation côtière.

#### Copenhague





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

## ÉTAPE 8

### De Kiel à Londres

- Du 23 août au 4 septembre.
- Niveau Évolution + Autonomie.

Cette grande étape de près de 400 milles nautiques combine navigation côtière et hauturière avec deux navigations de nuits. Après quelques jours à caboter dans la Dänische Südsee et ses îles, le bateau empruntera le canal de Kiel pour rejoindre la mer du Nord et longer les îles de la Frise, lieu de villégiature de nombreux néerlandais. Les marées et le trafic maritime offrent un terrain d'apprentissage particulièrement riche. L'aventure se conclut par la remontée de la Tamise jusqu'au cœur de Londres.

## ÉTAPE 9

### De Londres à Brest

- Du 6 au 18 septembre.
- Niveau Évolution + Autonomie.

Dernière étape (380 milles) de ce tour d'Europe, reliant Londres à la Bretagne en traversant des zones maritimes emblématiques avec une navigation de nuit. Après la descente de la Tamise, le voilier suit la côte sud anglaise et fait escale à l'île de Wight avant de traverser la Manche à partir de la Cornouaille anglaise ou des îles anglo-normandes suivant la météo. Une conclusion majestueuse à un voyage exceptionnel autour de l'Europe du Nord.



Fredrikstad



Kiel



## À NOTER

Les itinéraires et escales sont donnés à titre indicatif. Ils pourront être adaptés en fonction des conditions météorologiques notamment.

Les navigations sont à effectuer en 11 jours plus les navigations de nuit. Les formations durent 13 jours mais il y a une journée off le 7<sup>e</sup> jour, afin de respecter les temps de repos obligatoires du formateur prescrits par le droit du travail. Cette journée permet aussi aux stagiaires de prendre du temps pour visiter les sites d'escales et se reposer.

Une autre journée répartie en 2 demi-journées sera réservée pour :

- la première matinée est généralement dédiée aux approvisionnements et à l'intendance, à la présentation du voilier, du parcours et aux consignes de sécurité ;
- la dernière demi-journée, le samedi, est dédiée à la logistique (plein de gasoil, eau, gaz) au nettoyage, à la maintenance et au débriefing de fin de stage (remplissage des livrets fédéraux).



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

- Navigation Évolution + Autonomie.
- Du 8 au 20 mars.

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.

## ■ LA ROCHELLE / PORTO

- Niveau Autonomie.
- Du 22 février au 6 mars.

### Cap au sud, cap sur l'aventure !

Vivez une véritable expérience de navigation hauturière en rejoignant Porto depuis La Rochelle. Cette traversée exceptionnelle vous emmène au cœur du golfe de Gascogne pour près de 450 milles nautiques d'apprentissage, de partage et d'évasion.

### Une formation grandeur nature

Entre les côtes atlantiques françaises et portugaises, ce stage vous plonge dans les conditions réelles de la navigation hauturière.

Encadré par un de nos skippers professionnels, vous participez activement à toutes les décisions et manœuvres du bord : préparation de la navigation, organisation des quarts, routage météo, pilotage, sécurité et gestion de l'équipage.

### Objectifs pédagogiques

Devenir autonome. Au cours du stage, vous apprendrez à : préparer et conduire une navigation, assurer la sécurité du bord, maîtriser les manœuvres, gérer la vie à bord, entretenir le bateau, piloter et naviguer, analyser la météo.

### Le programme

#### Des Pertuis Charentais au large Atlantique

Après l'accueil de l'équipage, le briefing sécurité et la préparation du bateau, nous quittons La Rochelle pour rejoindre les eaux des Pertuis Charentais. Selon les marées et les conditions du moment, la navigation se déroule entre l'île de Ré et l'île d'Oléron avant de mettre le cap vers le large.

#### La traversée du golfe de Gascogne

Point fort du stage, cette traversée d'environ 300 milles nautiques sans escale constitue une immersion complète dans l'univers de la navigation hauturière. Loin des côtes, chacun participe à la gestion des quarts, à la veille, au suivi météo, au routage et à la conduite du bateau de jour comme de nuit. Cette expérience unique permet d'acquérir les réflexes essentiels à la navigation au long cours et de développer une véritable autonomie en mer.

#### Cap sur le Portugal

Après avoir franchi le golfe de Gascogne, nous longeons les côtes galiciennes et nord-portugaises avant de rejoindre l'estuaire du Douro et la magnifique ville de Porto. Selon les conditions météorologiques et l'organisation du bord, une escale peut être envisagée dans un port de Galice, tel que Vigo, Muros ou La Corogne. L'arrivée à Porto marque l'aboutissement d'une aventure maritime riche en apprentissages, en émotions et en souvenirs.

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

- Niveau Évolution + Autonomie.
- Du 22 mars au 3 avril.

### 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.



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



## ■ DE LA ROCHELLE À BREST

- Niveau Évolution + Autonomie.
- Du 8 au 17 mai.

### Une aventure nautique le long de la côte Atlantique

Embarquez pour une croisière de formation entre La Rochelle et Brest et découvrez quelques-uns des plus beaux plans d'eau de la façade Atlantique. Entre navigation côtière, passages techniques, quarts de nuit et escales dans des ports emblématiques, ce stage vous permet de développer votre expérience tout en explorant des territoires maritimes d'exception.

### Objectifs pédagogiques

Préparer et conduire une navigation semi-hauturière, construire une route en fonction de la météo, pratiquer la navigation à l'estime sur plusieurs jours, gérer les quarts de jour et de nuit, comprendre et traverser les zones de trafic maritime (DST), manœuvrer un voilier

en équipage réduit, anticiper les effets des courants et des marées. Le parcours peut être adapté en fonction des conditions météorologiques.

### Le programme

Depuis les Pertuis Charentais, l'itinéraire longe les côtes vendéennes avant de rejoindre la Bretagne Sud. Selon les conditions, vous pourrez faire escale aux Sables-d'Olonne, à l'île d'Yeu, à Noirmoutier, dans la baie de Quiberon ou encore à Belle-Île, Houat ou Groix. La navigation se poursuit ensuite vers les ports et mouillages emblématiques de Bretagne Sud : Concarneau, Port-la-Forêt, les Glénan ou la rivière de l'Odet. Le point fort du stage est le passage du Raz de Sein, haut lieu de la navigation bretonne, avant l'entrée dans le goulet de Brest et l'arrivée dans sa majestueuse rade. Une croisière formatrice et dépaysante, idéale pour gagner en autonomie et accumuler de précieux milles d'expérience.

## ■ STAGE VOILE / DE LA ROCHELLE À SAINT-JEAN-DE-LUZ

- Niveau Perfectionnement + Évolution.
- Du 19 avril au 1<sup>er</sup> mai.

Retour sur un niveau plus élevé.

- Niveau Évolution + Autonomie.
- Du 3 au 15 mai.

Embarquez pour une croisière formatrice entre Atlantique et mer Cantabrique, des Pertuis Charentais jusqu'au Pays basque. Ce stage hauturier propose une navigation progressive et engagée, avec un itinéraire adaptable selon les conditions météo : descente de la côte landaise ou traversée du golfe de Gascogne vers les côtes espagnoles, avec des escales possibles à Gijón, Santander ou Bilbao. L'objectif est d'aller progressivement vers une autonomie complète en croisière hauturière, en conditions réelles de navigation. Au fil de la traversée, vous développerez des compétences essentielles de chef de bord : gestion et coordination d'équipage, organisation de la vie

à bord, prise en compte des contraintes logistiques et réglementaires, ainsi que la gestion de la sécurité et des situations d'urgence. Une attention particulière est portée à l'analyse et à l'adaptation du programme de navigation, y compris lors des navigations de nuit et des exercices de simulation. Les manœuvres en équipage sont approfondies : réglages fins selon les allures, virements, empannages, louvoyage et conduite en équipage réduit. La navigation est travaillée dans sa globalité, de l'estime au suivi de route, avec une utilisation avancée des outils électroniques et des techniques de pilotage. Le stage met également l'accent sur la météo et le routage : lecture des systèmes météorologiques, anticipation des conditions de mer, et prise de décision en fonction des évolutions possibles. La capacité à adapter le programme en temps réel constitue un axe central de progression. Entre escales portuaires, mouillages et navigations au large de la côte cantabrique, ce parcours offre une expérience complète de la croisière hauturière.



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

De La Rochelle à Bordeaux :

- Niveau Perfectionnement.
- Du 7 au 12 juin.

De Bordeaux à La Rochelle :

- Niveau Évolution.
- Du 14 au 19 juin.

120 milles de navigation technique entre pertuis, estuaire et ports mythiques de la façade Atlantique. Prenez le large 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.

**NOUVEAUTÉ**

## ■ STAGE VOILE ESCADRE INTENSIF DE LA ROCHELLE À BREST

- Niveau Autonomie.
- Du 3 au 11 juillet.

Prenez la barre d'une vraie aventure en flottille, entre Atlantique et Bretagne. Ce stage vous fait remonter la côte à travers les îles du Ponant et la mer d'Iroise, dans un cadre à la fois sauvage, changeant et spectaculaire.

### Le programme

Un itinéraire où chaque jour compte, et où chaque décision a du sens. Pensé comme une immersion totale dans la réalité du chef de bord, ce stage "Escadre" vous place au cœur de l'action : navigation, manœuvres, escales et prises de décision en autonomie complète.

À bord d'un voilier avec votre équipage, vous devenez tour à tour responsable du bateau, pendant que le formateur suit l'ensemble de la flottille depuis un second voilier, en rôle de bateau amiral. Le principe est simple et puissant : apprendre à naviguer seul... en conditions réelles, mais encadrées intelligemment. Sur 9 jours intenses, vous progressez au rythme de la mer et des situations rencontrées : ports, navigation côtière, mouillages, et traversées au large de la Bretagne sud et nord. Les conditions peuvent être exigeantes, mais toujours formatrices, et chaque étape devient un terrain d'apprentissage concret.

### Objectifs pédagogiques

Vous travaillez les fondamentaux du chef de bord : conduire et manœuvrer en équipage dans toutes les situations, organiser la vie à bord et gérer un équipage réel, anticiper la météo et adapter la navigation en conséquence, assurer la sécurité et prendre les bonnes décisions au bon moment, gérer la maintenance et les imprévus du bord, naviguer de jour comme de nuit, en autonomie progressive. Les navigations représentent l'essentiel du stage : environ 70 % du temps en mer, ponctuées de situations variées et de manœuvres techniques (spi, mouillage, réduction de voilure, navigation de nuit...). Le rythme est soutenu, l'expérience immersive, mais toujours structurée pour permettre à chacun de progresser.

L'alternance entre responsabilités et repos permet de vivre pleinement l'intensité du stage sans perdre en lucidité. Plus qu'une formation, c'est une vraie expérience de mer : exigeante, vivante et marquante, qui transforme votre manière de naviguer et vous prépare à prendre la mer en toute autonomie.

40<sup>Ans</sup>



**-10%**  
sur votre  
stage

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

Voir page 57





## ■ DE BREST À SAINT-MALO

- Niveau Perfectionnement + Évolution.
- Du 12 au 23 juillet.

### Découverte des plus belles navigations de Bretagne

Entre Brest et Saint-Malo, embarquez pour une croisière de formation exceptionnelle au cœur des côtes bretonnes. Plus de 200 milles nautiques de navigation vous attendent dans l'une des zones maritimes les plus riches et les plus formatrices d'Europe. Courants puissants, marées spectaculaires, navigation côtière ou hauturière : ce stage vous permet de développer votre autonomie tout en découvrant des paysages maritimes parmi les plus remarquables de l'Atlantique.

### Une formation immersive en conditions réelles

Au départ de Brest, vous prenez part à toutes les dimensions de la navigation : préparation des étapes, conduite du voilier, veille, choix des routes, analyse météo et vie en équipage. Encadré par un professionnel, vous développez progressivement votre capacité à prendre les bonnes décisions et à gérer un bateau dans des environnements variés et parfois exigeants. Chaque journée apporte son lot d'apprentissages, d'observations et de nouvelles expériences de navigation.

### Objectifs pédagogiques

Assurer la sécurité du bord, maîtriser la conduite du voilier, participer à la vie de l'équipage, comprendre le fonctionnement du bateau, perfectionner ses techniques de navigation, analyser la météo marine. Le programme est susceptible d'être adapté en fonction des conditions météorologiques afin de garantir la sécurité et la qualité pédagogique du stage.

### Le programme : deux itinéraires possibles, une même aventure

Selon les conditions météorologiques, les marées et les choix de l'équipage, deux grands parcours peuvent être envisagés.

#### ● Option Nord : les Scilly et la Manche

Pour les amateurs de navigation hauturière, cette route offre une véritable immersion dans l'univers de la croisière au large. Après le passage du Goulet de Brest et le contournement d'Ouessant, le voilier met le cap vers les îles Scilly avant de traverser la Manche vers les côtes anglaises. Le retour s'effectue par les îles Anglo-Normandes avant l'arrivée à Saint-Malo.

Au programme : navigation hauturière et quarts de nuit, traversées au large, escales britanniques et ambiance transmanche. Environ 400 milles nautiques parcourus.

#### ● Option Sud : les merveilles de la Bretagne nord

Cette route privilégie la découverte des plus beaux paysages maritimes bretons tout en offrant une navigation technique et variée. Depuis la mer d'Iroise et le Chenal du Four, l'itinéraire longe la Côte de Granit Rose, les Sept-Îles et l'archipel de Bréhat avant de rejoindre la baie de Saint-Brieuc puis la côte d'Émeraude.

Au programme : navigation côtière exigeante, passages entre récifs et chenaux, escales emblématiques et découverte des plus beaux mouillages du nord de la Bretagne.

### Une arrivée prestigieuse à Saint-Malo

La dernière étape vous conduit jusqu'à Saint-Malo, cité corsaire emblématique. Les forts courants, l'importance des marées et les particularités de cette zone offrent un terrain d'apprentissage idéal pour mettre en pratique l'ensemble des compétences acquises durant le stage. Une conclusion parfaite pour cette croisière formatrice, exigeante et riche en découvertes.

## ■ FORMATION ITINÉRANTE SAINT-MALO / LONDRES

### De Saint-Malo à Londres

- Du 16 au 28 août.
- Niveau Perfectionnement ou Évolution.

### De Londres à Saint-Malo

- Du 30 août au 11 septembre.
- 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 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. Appelé 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.***



## ■ DE VANNES À PORTO

- Niveau Évolution + Autonomie.
- Du 13 au 25 septembre.

### Retour de Porto à La Rochelle :

- Du 27 septembre au 9 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 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 le long de la côte sud Bretagne (Groix, 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



*Possibilité de paiement  
en plusieurs fois  
selon modalités  
(date d'inscription)*



*Toute la flotte est  
équipée de ventilateurs  
(un par cabine et  
un dans le carré)*



*École ouverte  
à toutes et tous !*



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

# LES FORMATIONS ( )

**Direction le Sud, le soleil, les cigales... Bref, la Méditerranée !**

L'année 2027 marque une étape importante dans l'histoire de Macif Centre de Voile : **nous célébrons les 40 ans de notre école**. Quarante années d'apprentissage, de transmission, de rencontres et d'aventures partagées sur l'eau.

Pour fêter cet anniversaire comme il se doit, nous avons imaginé un programme méditerranéen exceptionnel, mêlant :

- des navigations emblématiques ;
- de nouvelles expériences de formation ;
- des événements festifs tout au long de la saison.

La Méditerranée offre un terrain de jeu unique pour apprendre, progresser et s'évader. Entre criques sauvages, îles préservées, villages côtiers chargés d'histoire et conditions de navigation variées, elle constitue un cadre idéal pour enrichir son expérience de marin.

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

Cette année anniversaire sera l'occasion de (re) découvrir ses plus beaux itinéraires à travers une programmation particulièrement riche.

## **Parmi les temps forts de la saison :**

Un parcours spécial 40 ans **"Sur les traces d'Ulysse"**, organisé d'avril à juin, un voyage anniversaire inspiré des grandes routes maritimes de la Méditerranée et des escales au cœur de territoires marqués par l'histoire, les cultures maritimes et l'esprit d'aventure des navigateurs.

Tout au long de l'année, vous retrouverez également les grandes navigations qui font le succès de notre programme méditerranéen :

- de la Corse aux Baléares ;
- de la Sardaigne aux côtes italiennes ;
- les Calanques et les îles d'Hyères.

Chaque stage est conçu pour vous permettre de développer vos compétences techniques tout en vivant une véritable expérience de navigation et de découverte de lieux uniques.



**De nouvelles formations thématiques viendront enrichir le programme.**

- **Yoga et Voile** : développer son aisance à bord tout en travaillant son bien-être physique en mai et en octobre.
- **Maintenance** : mieux comprendre son bateau, réaliser les opérations d'entretien courantes et gagner en autonomie sur plusieurs dates entre mai et octobre.
- **Whale Watching et environnement marin** : découvrir les cétacés et les écosystèmes méditerranéens tout en portant un regard différent sur la mer en mai et en octobre.

Les navigateurs en quête de progression retrouveront également nos formations techniques incontournables :

- Météo ;
- Manœuvres de port ;
- Navigation en solitaire ;
- Formations par niveaux.

Les stages **Sécurité-Survie**, essentiels pour renforcer sa préparation et sa confiance en mer, continueront également d'occuper une place importante dans notre programme. En octobre sur monocoque et en mai et septembre sur catamaran.

À l'automne, le traditionnel **Rallye des Calanques**, reliant Toulon à Marseille : une ambiance conviviale et fédératrice avec des animations et festivités spécialement organisées pour célébrer les 40 ans de Macif Centre de Voile.

Que vous soyez stagiaire fidèle ou nouvel embarqué, que votre objectif soit d'acquérir de l'autonomie, de préparer un projet de navigation ou simplement de vivre de belles aventures en mer, cette saison 2027 a été pensée pour vous.

Nous vous souhaitons de belles navigations et avons hâte de partager avec vous cette année anniversaire exceptionnelle.

 **Toute la flotte est équipée de ventilateurs (un par cabine et un dans le carré)**

 **École ouverte à toutes et tous !**



**INFO**

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

# SUR LES TRACES D'ULYSSE

40 ANS DE PASSION,  
UNE ODYSSEE D'EXCEPTION !

**De Toulon à Rome, embarquez  
pour le grand tour de  
la Méditerranée occidentale  
et vivre une aventure maritime  
exceptionnelle.**



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



École ouverte  
à toutes et tous !

Pour célébrer ses 40 ans, Macif Centre de Voile vous invite à effectuer **un tour de la Méditerranée occidentale** en six étapes, au départ et à l'arrivée de Toulon.

Plus de 2400 milles nautiques, six pays et une multitude d'îles légendaires : des Baléares à Malte, de la Sicile à Rome, chaque parcours associera découverte, progression technique et plaisir de naviguer.

## ÉTAPE 1

### De Toulon à Alicante

- Du 5 au 17 avril • 13 jours.
- Niveau Perfectionnement + Évolution.
- 480 milles nautiques • 2 navigations de nuit.

Cette première étape marque le début de l'aventure. Après un amarinage dans le cadre préservé des îles d'Hyères, l'équipage entreprend une première traversée hauturière vers les Baléares. Minorque, Majorque, Ibiza et Formentera dévoilent leurs criques turquoises, leurs ports animés et leurs paysages emblématiques. Enfin d'Ibiza et Formentera, le voilier rejoindra Alicante, ultime but de cette étape.



## ÉTAPE 2

### De Alicante à Cagliari

- Du 19 avril au 1<sup>er</sup> mai • 13 jours.
- Niveau Évolution + Autonomie.
- 480 milles nautiques • 2 navigations de nuit.

Après avoir longé les côtes espagnoles, l'équipage retrouve les Baléares avant d'entreprendre une grande traversée de près de 200 milles vers la Sardaigne. Cette étape alterne mouillages sauvages, navigation côtière et longues périodes au large.

Le voyage se conclut à Cagliari après une arrivée spectaculaire par les côtes du sud de la Sardaigne.



## ÉTAPE 3

### De Cagliari à Syracuse

- Du 3 au 15 mai • 13 jours.
- Niveau Perfectionnement + Évolution.
- 480 milles nautiques • 2 navigations de nuit.

Cap vers le cœur historique de la Méditerranée. Depuis les côtes sauvages de Sardaigne, le voilier traverse vers la Sicile et découvre les îles Égades, la région de Marsala et les rivages chargés d'histoire du sud italien. Selon les conditions, le parcours pourra emprunter la route de Pantelleria ou faire escale à Malte, véritable carrefour des civilisations méditerranéennes. L'arrivée à Syracuse constitue l'un des temps forts culturels du voyage.

## ÉTAPE 4

### De Syracuse à Palerme

- Du 17 au 28 mai ● 12 jours.
- Niveau Autonomie.
- 300 milles nautiques.

Une étape placée sous le signe de la découverte. Après la côte orientale de la Sicile et le mythique détroit de Messine, vous rejoignez les îles Éoliennes, archipel volcanique classé parmi les joyaux naturels de la Méditerranée. Entre Stromboli, Vulcano, Lipari et Salina, les escales se succèdent dans des décors spectaculaires avant de rejoindre Cefalù puis Palerme.



Palerme

## ÉTAPE 5

### De Palerme à Rome

- Du 31 mai au 12 juin ● 13 jours.
- Niveau Autonomie.
- 350 milles nautiques ● 1 navigation de nuit.

Cette étape relie deux grandes cités méditerranéennes à travers quelques-uns des plus beaux paysages d'Italie. Après les îles Éoliennes, l'itinéraire remonte vers le golfe de Naples, Capri, Ischia et la célèbre côte Amalfitaine. Les îles Pontines ponctuent ensuite la route vers Rome, destination finale de ce magnifique parcours.



Rome

## ÉTAPE 6

### De Rome à Toulon

- Du 14 au 26 juin ● 13 jours.
- Niveau Perfectionnement + Évolution.
- 350 milles nautiques ● 2 navigations de nuit.

Dernier chapitre de cette Odyssée des 40 ans de notre école de voile. Depuis Rome, le parcours mène vers les îles Toscanes puis la Corse, dont les côtes sauvages offrent certains des plus beaux paysages maritimes d'Europe. Selon la météo, la route pourra passer par le Cap Corse ou les Bouches de Bonifacio avant une ultime traversée vers Porquerolles et Toulon. Une dernière étape qui clôturera avec brio ce parcours incroyable !



### À NOTER

Les itinéraires et escales sont donnés à titre indicatif. Ils pourront être adaptés en fonction des conditions météorologiques notamment.

Les navigations sont à effectuer en 11 jours plus les navigations de nuit. Les formations durent 13 jours mais il y a une journée off le 7<sup>e</sup> jour, afin de respecter les temps de repos obligatoires du formateur prescrits par le droit du travail. Cette journée permet aussi aux stagiaires de prendre du temps pour visiter les sites d'escales et se reposer.

Une autre journée répartie en 2 demi-journée sera réservée pour :

- la première matinée est généralement dédiée aux approvisionnements et à l'intendance, à la présentation du voilier, du parcours et aux consignes de sécurité ;
- la dernière demi-journée, le samedi est dédiée à la logistique (plein de gasoil, eau, gaz) au nettoyage, à la maintenance et au débriefing de fin de stage (remplissage des livrets fédéraux).

## NOUVEAUTÉ

### ■ STAGE SANTÉ & BIEN-ÊTRE YOGA ET VOILE

- Tous niveaux.  
Aucun prérequis en yoga ou en voile.
- Du 15 au 17 mai.
- Du 16 au 18 octobre.

#### Retrouvez votre sérénité au rythme de la mer

Dans un monde où le stress chronique impacte de plus en plus notre santé et notre qualité de vie, ce séjour vous invite à ralentir, respirer et vous reconnecter à l'essentiel.

Pendant trois jours, la voile et le yoga se complètent harmonieusement pour vous aider à retrouver un équilibre durable entre corps et esprit. Guidé par le vent, bercé par la mer et ancré dans le moment présent, vous découvrirez des outils simples et concrets pour mieux gérer le stress au quotidien.

#### Une immersion au cœur de la nature

Dès la première soirée, nous expérimentons le silence afin d'offrir à l'esprit un véritable temps de repos. Loin de l'agitation du quotidien, la nature devient notre alliée pour retrouver calme et clarté intérieure.

#### Le programme

##### JOUR 1

#### Retrouver son sentiment de sécurité

Yoga et méditation sur une île, initiation à la sécurité en mer, météo et manœuvres essentielles, navigation à la voile, méditation à bord.

##### JOUR 2

#### Larguer les amarres

Yoga et méditation sur la plage, navigation de crique en crique, techniques d'ancrage et d'amarrage, Yin Yoga face à l'océan, temps d'échanges et de partage.



##### JOUR 3

#### Prendre le large

Salutation au soleil, navigation vers le large, observation des cétacés, approfondissement des techniques de voile, séance de Yoga Nidra à bord.

#### Les bienfaits des pratiques proposées

Yin Yoga : une pratique douce qui favorise la mobilité articulaire, la récupération et la détente profonde.

Yoga Nidra : le yoga du sommeil pour apaiser le système nerveux et retrouver un sommeil réparateur.

Hatha Yoga & Danse du Dragon : pour renforcer le corps, développer l'équilibre et libérer les tensions physiques et émotionnelles.

#### Une alimentation qui prend soin de vous

Le séjour propose une alimentation gourmande, biologique et naturellement anti-inflammatoire, avec de nombreuses alternatives sans gluten et sans lactose. Nous découvrirons également les principes du jeûne intermittent doux et de la chrononutrition afin de favoriser l'énergie, la récupération et le confort digestif.

#### Vous repartirez avec :

- des outils concrets pour mieux gérer votre stress,
- une meilleure connexion à votre corps et à vos émotions,
- des bases en navigation à la voile,
- des pratiques de yoga faciles à reproduire chez vous,
- une profonde sensation de calme, de liberté et de ressourcement.

## ■ DIRECTION LES BALÉARES

- Niveau Perfectionnement + Évolution.
- Du 18 au 29 mai.
- Niveau Évolution + Autonomie.
- Du 7 au 19 juin.

### Boucle au départ et retour de Marseille

Embarquez pour une aventure exceptionnelle en Méditerranée, au départ de Marseille, à destination des eaux turquoises des Baléares. Ce stage itinérant vous propose une expérience immersive de navigation, entre cabotage, traversées hauturières et découverte de ports emblématiques.

### Le programme

Ce parcours semi-hauturier vous conduit progressivement vers davantage de maîtrise, de responsabilité et d'autonomie à bord. Au départ de Marseille, vous partez vers le sud-ouest pour une première grande traversée d'environ 200 milles jusqu'au nord de Minorque. Le parcours se poursuit autour des Baléares, alternant navigations côtières et escales dans des mouillages et ports caractéristiques : découverte de la côte nord de Minorque et de ses baies protégées, escales à Mahón et Ciutadella, entre patrimoine maritime et ambiance méditerranéenne, navigation vers Majorque avec mouillages dans des sites naturels remarquables, exploration de Porto Soller et de la spectaculaire gorge de Sa Calobra, navigation vers la côte espagnole continentale avec escale à Barcelone. Retour progressif vers la France avec navigation de nuit et ajustements selon la météo. Possibles escales sur la côte varoise avant l'arrivée finale à Marseille.

Au total, près de 630 milles nautiques de navigation encadrée.

### Contenu pédagogique

Ce stage alterne théorie et pratique à bord, avec un accent fort sur l'autonomie en mer.

- Navigation hauturière : organisation d'une traversée et gestion des quarts, sécurité au large et application du RIPAM, homme à la mer et procédures d'urgence, navigation de nuit, routage météo et stratégie de navigation, utilisation de l'électronique de bord.
- Navigation côtière : lecture de carte et navigation à l'estime, relèvements et points remarquables, manœuvres de port et gestion des escales, techniques de mouillage.
- Manœuvres et vie à bord : réglages de voile et conduite du bateau, initiation au spi, utilisation des instruments (AIS, VHF ASN, traceur, loch, girouette), maintenance et entretien du voilier, organisation de la vie à bord et gestion de l'équipage.

### Un apprentissage en conditions réelles

Le programme s'adapte aux conditions météorologiques et à la dynamique du bord, afin de garantir une progression cohérente et sécurisée. Chaque participant est amené à évoluer progressivement vers plus d'initiative et de responsabilité.

Entre navigations engagées, nuits en mer et découvertes de ports emblématiques, cette formation offre une expérience complète de la voile en Méditerranée, dans un cadre à la fois formateur et dépaysant.

**-10%**  
sur votre  
stage

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

Voir page 57



## ■ CAP SUR LES ÎLES D'HYÈRES (MARSEILLE / MARSEILLE)

- Niveau Évolution.
- Du 19 au 24 juillet, du 26 au 31 juillet, du 11 au 14 octobre.
- Niveau Perfectionnement + Évolution.
- Du 16 au 21 août.

Embarquez pour une formation voile en Méditerranée à bord d'un monocoque, au départ de Marseille. Cap vers l'un des plus beaux ensembles insulaires du littoral français : les Îles d'Hyères. L'archipel, également appelé Îles d'Or, regroupe plusieurs îles et îlots aux eaux cristallines, entre nature préservée et navigation côtière exigeante.

### Le programme

Cette formation est proposée sur différents niveaux et s'adapte à votre progression. Elle permet de développer vos compétences en navigation côtière et en conduite de voilier dans des conditions variées. Au départ de Marseille, le voilier évolue dans un bassin de navigation riche et progressif : à l'ouest, jusqu'aux calanques de Cassis et la côte provençale, vers les îles du Frioul et les mouillages autour de la rade de Marseille, à l'est, en direction des Îles d'Hyères : Porquerolles, Port-Cros et Le Levant. Selon les conditions, extension possible vers la côte varoise et les zones de navigation de la Côte d'Azur. Ce terrain de jeu permet d'alterner navigation côtière, mouillages et escales techniques.

### Contenu pédagogique

- Navigation côtière : navigation à l'estime, lecture de carte et relèvements, découverte de ports et mouillages variés, gestion des manœuvres d'entrée et de sortie de port, analyse et adaptation à la météo.
- Manœuvre et conduite du voilier : réglages des voiles et conduite du bateau, notions d'aérodynamique, navigation sous spi, techniques de mouillage.
- Vie à bord et autonomie : utilisation des équipements électroniques (VHF ASN, AIS, traceur, loch, girouette), maintenance et entretien courant du voilier, organisation de la vie collective et gestion de bord.

Le programme est défini en fonction des conditions météorologiques. Dès le premier jour, après l'analyse du bulletin météo, l'équipage et le formateur établissent une stratégie de navigation : itinéraire, escales et objectifs pédagogiques. Ces choix peuvent évoluer au fil de la formation.

La première journée est consacrée à la prise en main du voilier, le briefing sécurité et l'organisation de la vie à bord.

L'avitaillement est géré en partie par le formateur (1<sup>er</sup> repas du midi), tandis que les autres provisions

sont réalisées par l'équipage au fil du stage, en dehors des temps de navigation.

Les jours suivants, les navigations s'enchaînent autour de Marseille et vers les Îles d'Hyères, avec découverte progressive de l'archipel et de ses mouillages emblématiques : Porquerolles, Port-Cros et Le Levant. Le dernier jour est consacré au débriefing, au remplissage des livrets de progression, ainsi qu'aux opérations de nettoyage, maintenance et logistique du bateau (carburant, eau, rangement).



La zone de navigation de Marseille et des Îles d'Hyères est influencée par des systèmes météorologiques variés. Les Îles d'Hyères offrent par ailleurs un plan d'eau protégé de la houle du large, idéal pour l'apprentissage progressif et la mise en pratique.

### Une navigation formatrice et immersive

Entre navigation côtière, manœuvres techniques et vie à bord, cette formation propose une immersion complète dans la voile en Méditerranée, dans un cadre naturel exceptionnel au départ de Marseille.



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

## ■ FORMATION ITINÉRANTE : LE TRIANGLE DE MÉDITERRANÉE

- Niveau : Évolution + Autonomie.
- Du 2 au 14 août.
- Du 30 août au 11 septembre.

13 jours de navigation intensive pour traverser les plus beaux espaces de la Méditerranée occidentale, des Baléares à la Corse en passant par la Sardaigne, avant de revenir vers les îles d'Hyères. Un parcours d'environ **700 milles nautiques**, conçu comme une véritable croisière d'apprentissage, alternant navigations hauturières avec quarts de nuit et navigations côtières au cœur de mouillages méditerranéens emblématiques.

### Un itinéraire exceptionnel en trois grandes étapes

#### ● ÉTAPE 1 - Cap sur les Baléares

Après les préparatifs, les consignes de sécurité et la prise en main du voilier, vous larguez les amarres pour une première grande traversée d'environ 200 milles. Cette navigation hauturière inclut une ou deux nuits en mer avec organisation des quarts, gestion de la fatigue et routage météo. L'arrivée aux Baléares se fait selon les conditions dans les environs de Ciutadella ou de la baie de Fornells. Une navigation côtière permet ensuite de rejoindre Mahon, port naturel remarquable, propice à l'exploration et à la découverte.

#### ● ÉTAPE 2 - Sardaigne et archipel du large

Ensuite, nouvelle traversée d'environ 200 milles vers la Sardaigne, avec navigation de nuit et prise de décision sur route semi-hauturière. L'atterrissage se fait dans la région d'Oristano ou d'Alghero selon la météo. Le stage se poursuit vers le nord de l'île, jusqu'à l'archipel de Asinara, zone préservée aux eaux cristallines. Cette étape permet de travailler la navigation côtière active : mouillages, gestion des abris, analyse des conditions locales et manœuvres dans des zones parfois complexes.



#### ● ÉTAPE 3 - Corse et retour vers la Provence

La traversée vers la Corse permet d'aborder Bonifacio et sa navigation exigeante dans les Bouches. Le parcours continue ensuite le long de la côte ouest : Cargèse, Girolata, Galeria, Calvi, et la réserve naturelle de Scandola, site classé d'exception. Un dernier grand saut en mer d'environ 115 milles, incluant une navigation de nuit, permet de rejoindre les îles d'Hyères, avec escale possible à Port-Cros avant l'arrivée finale à Porquerolles.

### Contenus pédagogiques principaux

Ce stage est construit autour d'une progression concrète vers l'autonomie en navigation hauturière : calcul et maintien d'une route sur longue distance, choix de navigation en fonction des systèmes météo, navigation à l'estime sur plusieurs jours, gestion des quarts de jour et de nuit, lecture et anticipation du trafic (rails de cargos), manœuvres en équipage réduit et gestion du bateau en autonomie, adaptation permanente du programme selon la météo.

### Une expérience complète de croisière formatrice

La première demi-journée est consacrée à la préparation du bord : sécurité, organisation, présentation du bateau et du programme. Le reste du stage alterne navigations hauturières, escales techniques, mouillages et débriefings pédagogiques. Chaque étape combine apprentissage, navigation réelle et découverte : ports animés des Baléares, criques sauvages de Sardaigne, falaises corses et mouillages protégés des îles d'Hyères. Le programme peut être ajusté en fonction des conditions météo afin de garantir sécurité, cohérence pédagogique et richesse d'expérience. Une formation exigeante et immersive, pensée pour transformer votre pratique et vous faire franchir un cap décisif vers l'autonomie en croisière.



**Toute la flotte est équipée  
de ventilateurs (un par cabine  
et un dans le carré)**

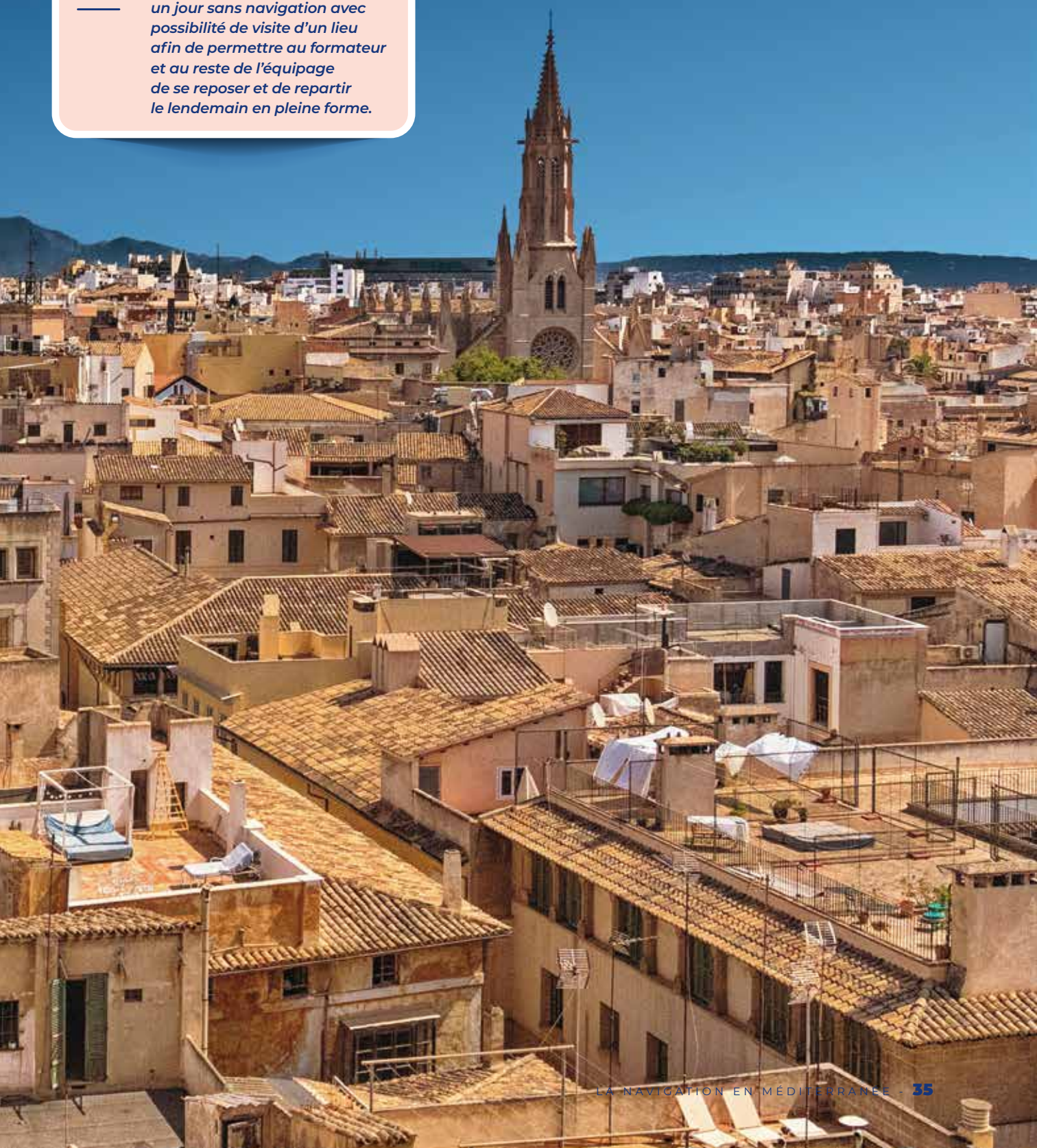


## INFO

*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)*



## ■ LA RIVIERA DE MARSEILLE À MARSEILLE

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

Partez pour une navigation inoubliable le long de la Riviera française. Une aventure rythmée par la douceur du vent, la beauté des paysages méditerranéens et le plaisir de la vie en mer. Depuis Marseille, cette croisière vous emmènera à la découverte des plus beaux mouillages et escales de la Côte d'Azur, entre criques sauvages, îles paradisiaques et villages emblématiques. Le périmètre de navigation pour votre formation de Marseille à Marseille pourra s'étendre jusqu'aux îles d'Hyères (Porquerolles, Port Cros) à l'Est ou jusqu'au port de la Grande Motte à l'ouest (côte bleue, Cary-le-Rouet, golfe de Fos, port de Bouc, Sainte Marie de la mer) quand le nombre de jours de navigation le permet.

### Thèmes abordés lors de votre stage de voile

- 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 et les manœuvres et l'initiation à l'ASTRO.
- 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.

### Le programme

#### ● Marseille / Calanques de Morgiou ou Sormiou

Accueil à bord et avitaillement à la Pointe Rouge. Après les vérifications techniques et le briefing sécurité, vous mettrez les voiles en direction des célèbres calanques, pour un premier mouillage spectaculaire entre falaises calcaires et eaux turquoises.

#### ● Calanques / Île de Porquerolles

Cap au sud-est pour une belle navigation d'environ 6 à 7 heures vers l'île de Porquerolles. Votre arrivée en milieu d'après-midi se fera par un mouillage dans l'anse de Notre-Dame ou au Langoustier. L'île, classée parc national, invitera à la détente, aux balades et à la baignade dans un décor idyllique.

#### ● Porquerolles / Saint-Tropez

Nous poursuivrons notre route vers l'est, longeant les caps de la presqu'île de Giens puis de Saint-Tropez. Arrivée dans le mythique golfe, mouillage en baie ou escale au port (selon disponibilités). Vous profiterez d'une soirée à terre pour flâner dans les ruelles du vieux village ou découvrir l'ambiance festive de la station balnéaire.

#### ● Saint-Tropez / Îles de Lérins

Le lendemain, l'équipage effectuera une navigation vers les îles de Lérins, face à Cannes. Le voilier sera au mouillage entre les îles Sainte-Marguerite et Saint-Honorat.

#### ● Îles de Lérins / Villefranche-sur-Mer

Route vers l'est jusqu'à la rade de Villefranche, l'un des plus beaux endroits naturels de la Côte d'Azur. Protégée des vents, cette baie profonde offrira un décor grandiose. Vous pourrez, si le timing le permet, faire une escale à terre dans ce charmant village.

#### ● Villefranche / Antibes ou Cannes

Cette navigation côtière vous mènera en direction de l'ouest. Selon les envies de l'équipage et les conditions météo, nous ferons escale à Antibes, ville d'art et de culture avec ses remparts et son marché provençal, ou à Cannes pour découvrir son célèbre littoral et ses ruelles animées.

#### ● Antibes - Cannes / Cap Taillat - Cavalaire-sur-Mer

Votre retour sera progressif vers l'ouest en passant vers l'un des plus beaux sites naturels du littoral varois, le Cap Taillat.

#### ● Cap Taillat / Île des Embiez ou Bandol

Vous continuerez par une longue mais belle navigation vers les côtes ouest-varoises. Votre arrivée sera prévue en fin d'après-midi aux Embiez ou à Bandol. Dîner à terre possible pour découvrir les produits locaux et profiter de l'ambiance méditerranéenne.

#### ● Embiez - Bandol / Marseille

Cette fois-ci ce sera le dernier bord vers Marseille. Débarquement en fin de journée à la Pointe Rouge puis débriefing et nettoyage du bateau. Viendra alors les au revoirs à vos coéquipiers, avec des souvenirs plein la tête et l'envie de repartir très vite !



## ■ À LA DÉCOUVERTE DE LA CORSE MARSEILLE OU TOULON ALLER/RETOUR

Partez pour une formation voile en monocoque habitable à destination de la Corse, véritable joyau entre mer et montagne. Macif Centre de Voile vous propose une immersion complète en Méditerranée, alliant navigation côtière, traversées semi-hauturières et découverte d'un littoral d'exception. Plusieurs niveaux de formation sont proposés tout au long de l'année, sur monocoque ou catamaran, permettant à chacun de progresser à son rythme vers davantage d'autonomie.

### Un itinéraire complet et formateur

Sur une base d'environ 450 milles nautiques, cette formation alterne navigation côtière et grande traversée : navigation vers les Îles d'Hyères et premières escales techniques, traversée semi-hauturière vers la Corse (110 à 150 milles selon la météo et le port d'arrivée), navigation côtière le long du littoral corse, traversée retour vers la Provence avec navigation de nuit. Deux navigations nocturnes sont généralement réalisées : une à l'aller et une au retour. Un temps de pause à terre est intégré au programme afin de respecter les obligations de repos et permettre une découverte du territoire.

### Objectifs pédagogiques

- Navigation hauturière : organisation et préparation d'une traversée, sécurité au large et application du RIPAM, homme à la mer et procédures d'urgence, navigation de nuit et gestion des quarts, routage météo et stratégie de navigation, utilisation de l'électronique de bord, vie à bord et autonomie de l'équipage.
- Navigation côtière : navigation à l'estime et lecture de carte, relèvements et suivi de route, découverte de ports et mouillages, gestion des manœuvres et escales.
- Manœuvres et technique : réglages de voile et conduite du voilier, navigation sous spi, techniques de mouillage, utilisation des équipements (AIS, VHF ASN, traceur, etc.), entretien et maintenance du bateau, organisation de la vie à bord.

### Programme de navigation

Navigation côtière vers les Îles d'Hyères avec escale à Porquerolles.



- **Traversée vers la Corse** : depuis Porquerolles, cap sur la Corse avec arrivée possible à Calvi (environ 115 milles). Traversée semi-hauturière incluant une navigation de nuit.
- **Découverte de la Corse** : navigation côtière le long de l'île avec escales possibles selon la météo : Girolata, Ajaccio, Propriano, Bonifacio, Cargèse. Des mouillages emblématiques peuvent également être envisagés, notamment dans le golfe de Valinco ou au sud de l'île.
- **Retour vers la Provence** : remontée vers le continent avec escale possible à Port-Cros puis navigation côtière vers Marseille ou Toulon selon l'organisation du stage.
- **Une navigation adaptable** : les escales et itinéraires sont définis en fonction des conditions météorologiques, du niveau de l'équipage et des objectifs pédagogiques. La priorité reste toujours la sécurité, la cohérence de la progression et l'exploitation des meilleures fenêtres météo.
- **Une immersion complète en Méditerranée** : Entre traversées engagées, navigation côtière et vie à bord, cette formation offre une expérience complète et progressive de la voile en conditions réelles, au départ de Marseille ou Toulon, vers l'un des plus beaux territoires maritimes de Méditerranée.

# LE CATAMARAN, LA CROISIÈRE EN TOUTE SÉRÉNITÉ

Une autre façon de naviguer, une autre façon d'apprendre.

**-10%**  
sur votre  
stage

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

Voir page 57

Naviguer en catamaran, c'est découvrir la mer autrement.

Stable, spacieux et confortable, le catamaran offre des sensations uniques et une approche sereine de la croisière habitable. Là où les monocoques peuvent rouler et gîter, le catamaran reste équilibré et agréable à vivre, même pour les équipages débutants.

Dès les premiers bords, le plaisir est au rendez-vous. Le bateau glisse silencieusement sur l'eau, porté par le vent. Les manœuvres sont fluides, les déplacements faciles et l'apprentissage se fait naturellement, dans une ambiance conviviale et détendue.

## ■ UN BATEAU PENSÉ POUR LA VIE À BORD

Avec ses deux coques, le catamaran offre de véritables espaces de vie. Chacun profite de son intimité tout en partageant les moments de navigation et de détente. En famille, entre amis ou lors d'un stage de formation, chacun trouve sa place à bord. Ici, le rythme de la croisière s'adapte à l'équipage et non l'inverse.

## ■ DES FORMATIONS POUR TOUS LES NIVEAUX

Que vous soyez débutant ou navigateur confirmé, nos stages sont conçus pour vous permettre de progresser à votre rythme. Tout au long de la saison, de février à novembre, nous proposons des formations adaptées à tous les profils. Les stages se déroulent en Méditerranée, avec départ et retour à Toulon.



**École ouverte  
à toutes et tous !**



**Possibilité de paiement  
en plusieurs fois selon modalités  
(date d'inscription)**



## ■ LE LAGOON 380 S2 : CONFORT ET PERFORMANCE

Notre support de formation est le Lagoon 380 S2, un catamaran de croisière reconnu pour sa fiabilité, son confort et ses qualités marines.

Il peut accueillir jusqu'à six stagiaires et un formateur dans des conditions idéales :

- Grand pont sécurisé et spacieux
- Cabines confortables et couchettes généreuses
- Salon lumineux et convivial
- Cuisine entièrement équipée
- Deux salles d'eau
- Configuration 4 cabines

Sous voiles, le Lagoon 380 S2 est rapide, stable et particulièrement agréable à barrer. Lorsque le vent faiblit, ses deux moteurs assurent une navigation confortable et sécurisée.

Moderne, performant et facile à prendre en main, il constitue le bateau idéal pour apprendre, progresser et profiter pleinement de la croisière en Méditerranée.

**Rejoignez-nous à bord du Lagoon 380 S2 et vivez une expérience de navigation unique en Méditerranée. Formation, découverte et plaisir de la mer se conjuguent au rythme du vent.**

## ■ DATES DE STAGES EN 2027

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

## ■ LES TARIFS POUR 2027

Tarifs susceptibles d'évolution en cours d'année.



### BASSE SAISON

- Week-end : .....300€
- 3 jours : .....445€
- 4 jours : .....670€
- 5 jours : .....845€
- 6 jours : .....940€
- 9 jours : .....1 305€
- 10 jours : .....1 430€
- 11 jours : .....1 555€
- 12 jours : .....1 665€
- 13 jours : .....1 770€

### MOYENNE SAISON

- Week-end : .....335€
- 3 jours : .....495€
- 4 jours : .....745€
- 5 jours : .....940€
- 6 jours : .....1 040€
- 9 jours : .....1 430€
- 10 jours : .....1 575€
- 11 jours : .....1 705€
- 12 jours : .....1 830€
- 13 jours : .....1 930€

### HAUTE SAISON

- Week-end : .....365€
- 3 jours : .....550€
- 4 jours : .....815€
- 5 jours : .....1 020€
- 6 jours : .....1 145€
- 9 jours : .....1 530€
- 10 jours : .....1 675€
- 11 jours : .....1 810€
- 12 jours : .....1 930€
- 13 jours : .....2 035€

### INCLUS !

FRAIS DE PORT,  
GAZ,  
CARBURANT,  
ASSURANCE  
ANNULATION,  
TAXES  
DIVERSES  
...



# Les formations en détail



*Possibilité de paiement  
en plusieurs fois  
selon modalités  
(date d'inscription)*



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



*Toute la flotte est  
équipée de ventilateurs  
(un par cabine et  
un dans le carré)*



*École ouverte  
à toutes et tous !*

# 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.

## ■ 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



*Possibilité de paiement  
en plusieurs fois  
selon modalités  
(date d'inscription)*



*Toute la flotte est  
équipée de ventilateurs  
(un par cabine et  
un dans le carré)*



*École ouverte  
à toutes et tous !*



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

# LE COACH PLAISANCE (📏)

Des formations voile ou moteur directement sur votre bateau !



En collaboration avec la Fédération Française de Voile, 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 bateau (monocoque, catamaran ou bateau à moteur). Comme pour toutes les formations, un accent particulier sera porté sur la prévention des risques en mer. Cette prestation 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 et seules 3 personnes maximum peuvent être formées.

## 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 FFVoile

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

L'adhésion à notre association est offerte.

\*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.

Tarifs susceptibles d'évolution en cours d'année.



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 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.

## ■ RENOUVELER 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 26 au 28 février, du 05 au 07 mars, du 26 au 28 mars, du 02 au 04 avril, du 23 au 25 avril, du 30 avril au 02 mai.

- Coût : 645€ les 3 jours.

### WORLD SAILING RECYCLAGE :

- Du 27 au 28 février, du 27 au 28 mars, du 03 au 04 avril, du 24 au 25 avril, du 1<sup>er</sup> au 02 mai.
- Coût : 450€ 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 21 au 26 juin et du 1<sup>er</sup> au 6 novembre (12h).
- Port de la Pointe Rouge, Marseille sur **monocoque** : du 04 au 09 octobre (12h).
- Vieille Darse, Toulon sur **catamaran** : du 10 au 14 mai et du 20 au 24 septembre.

## ■ COÛT

- 1 010€.

## ■ 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.

Tarifs susceptibles d'évolution en cours d'année.

## STAGE AVEC HÉBERGEMENT



## 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 21 au 24 mai, du 11 au 14 juin, du 10 au 13 septembre.**
- **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.

Tarifs susceptibles d'évolution en cours d'année.

## 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 15 au 19 février, du 15 au 19 mars, du 15 au 19 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

*Annulation ou abandon en cours de stage : toute annulation 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.**

Tarifs susceptibles d'évolution en cours d'année.

### 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 17 au 20 mai, du 7 au 10 juin, du 14 au 17 septembre.
- Coût : 4 jours = 505€.

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

Tarifs susceptibles d'évolution en cours d'année.

## 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.

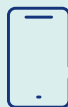


## COMMENT PROCÉDER :

### 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 sur monocoque et sur catamaran. 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 monocoque mais aussi sur catamaran (5 à 6 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 €.

Tarifs susceptibles d'évolution en cours d'année.



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

- Perfectionnement.
- Du 2 au 4 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 CALANQUES

- Perfectionnement.
- Du 11 au 14 novembre.

Macif Centre de Voile vous invite à son traditionnel rallye de fin d'année ! Un grand week-end sportif et convivial pour naviguer ensemble entre les flottes de Toulon et de Marseille.

Cette 16<sup>e</sup> édition sera tout particulièrement festive puisqu'elle célébrera le 40<sup>e</sup> anniversaire de Macif Centre de Voile !



### JOUR 1

#### TOULON / EMBIEZ

**Accueil 9h** : accueil, avitaillement et briefing (sécurité, météo, parcours).

**11h** : départ de Toulon. Parcours vers le cap Sicié, puis route vers le Grand Rivaud (à laisser à tribord). Passage sur un point GPS (cercle de bip à 0,02 NM) dans la baie de Bandol.

**Fin de journée** : arrivée aux Embiez par le travers de la cardinale Nord La Casserlane (à laisser à tribord).

**Soirée** : apéritif convivial à bord de l'un des navires et soirée libre au Vieux Port.



### JOUR 2

#### CAP SUR LA CIOTAT

**10h** : départ des Embiez.

**En mer** : magnifique parcours côtier le long de Sanary, Bandol et Saint-Cyr-les-Lecques. Arrivée technique entre l'Île Verte et le Bec de l'Aigle.

**Soirée** : escale à La Ciotat, apéritif partagé sur les voiliers et soirée à terre.



### JOUR 3

#### LES HONNEURS DE LA RADE DE MARSEILLE

**10h** : départ de La Ciotat en direction des îles du Frioul.

**En mer** : parcours tactique adapté à la météo. Ligne d'arrivée jugée entre la cardinale Ouest Sourdaras et le phare du Château d'If.

**Soirée spéciale** : Amarrage au Frioul. Apéritif dînatoire, grand quiz marin et **gâteau d'anniversaire pour les 40 ans de Macif Centre de Voile !**



### JOUR 4

#### LE FRIOUL ET L'EMBLÉMATIQUE PLANIER

**8h30** : Nettoyage des voiliers et préparation du déjeuner.

**11h** : Départ du Frioul. Tour du Frioul (sens trigonométrique) puis virement autour de l'Île du Planier (à laisser à bâbord) avant le retour vers la Pointe Rouge.

**16h** : Clôture de la ligne d'arrivée, au nord de la balise tribord de la digue de Pointe Rouge (à laisser à tribord).



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



# Infos pratiques



*Possibilité de paiement  
en plusieurs fois  
selon modalités  
(date d'inscription)*



*Toute la flotte est  
équipée de ventilateurs  
(un par cabine et  
un dans le carré)*



*École ouverte  
à toutes et tous !*



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

## 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. Facilités de paiement en plusieurs fois selon la date d'inscription (modalités à voir).

### ■ 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 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 cas de force majeure est incluse dans le coût du stage (raison médicale, accident, décès, licenciement économique notamment). Après validation par l'assureur de MCV au cas par cas, l'adhérent sera remboursé dans la limite des acomptes versés (hors prestations). Dans les autres cas d'annulations, non prises en charge par l'assurance annulation, les sommes versées au titre des acomptes ou solde, restent acquises en totalité à MCV. **Dans tous les cas les montants de l'adhésion 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 pratique 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 corres-

pondant 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 nous étions contraints de nous 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...). Attention pour ces destinations, un passeport valide devra être en votre possession sur le stage, faute de quoi nous ne pourrions pas vous embarquer !

### ■ 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 aux alentours.
- 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 la date de départ). 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 imprévus 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. 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 unique occupation, la pratique de la voile et l'intendance 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.

### ■ RÉPARTITION DES CABINES

Les grands principes :

Le premier arrivé est le premier installé. Le carré est toujours considéré comme 1 cabine. Néanmoins, une nouvelle répartition peut être effectuée par le formateur afin de respecter les dispositions ci-après :

**Femme seule** : nuitée avec une autre femme, ou toute seule dans une cabine, ou toute seule dans le carré (avec rideaux). Mixité hors couple non autorisée.

**Couple** : doivent être ensemble dans une cabine voire dans le carré.

**Cabine Formateur** : le formateur est prioritaire sur une cabine complète.

### ■ 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.

Tarifs susceptibles d'évolution en cours d'année.



# 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>**



1 rue Jacques Vandier  
79037 Niort Cedex 9



Suivez-nous sur **les réseaux sociaux :**

**Facebook**



**Instagram**



Conception : Agence Charivari&com - Niort. Impression : Les Impressions Dumas - Niort - Rédaction : Virginie Mounier/Macif Centre de Voile. Photos : Alexandre Bergevin, Mourad Chefai/Macif, Alexis Courcoux, Vincent Curutchet/AléA/Macif, William Moureaux, Louen Pinault, J-M Rieuepeyrou, Alain Vivet, Planet Observer/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.