

# Hip Hop Océan



8-16  
ans

## CONTACT ORGANISATEUR

Ufoval 74  
3 avenue de la plaine - BP 340  
74 008 Annecy  
Tél: 04.50.52.30.00  
ufoval@fol74.org

En savoir plus : [www.fol74.org](http://www.fol74.org)

### Les indispensables :

> Fiche Sanitaire complétée et signée.

## Piriac

### Hip Hop Océan

Centre de vacances Le Razay

Réf. 074008001

**Tu es passionné(e) de danse ?** Tu as envie de consacrer une partie de tes vacances à la découverte des styles de danse **hip hop** ? Ce séjour est fait pour toi !

Tu découvriras 5 styles de danse durant la semaine : le **Locking**, la **House dance**, le **hip hop**, le **Popping** et le **breakdance**. Tu verras, les sons écoutés seront également différents selon les styles.

Enfile tes baskets pour des répét' tous les matins, du lundi au vendredi : durant une heure, chaque séance sera consacrée à une thématique. Ce stage est encadré par Alex ou Cathy, des profs de danse professionnels qui sauront s'adapter aux niveaux et aux envies de chacun·e.

Tu auras également l'occasion de pouvoir t'entraîner pendant 2 heures au parkour en mode **Ninja Warrior à Up 2 Play** avec ses nombreux trampolines. Une partie de **bowling**, une projection au **cinéma** et une séance à la **piscine** couverte intercommunale sont aussi prévues.



---

# LES ACTIVITES

---

## Hip Hop

Les séances de hip hop auront lieu sur le centre. Ce sont des professeurs de danse diplômés, de Dance School Vallée, Alex et/ou Cathy qui se chargeront des cours, à raison d'une séance d'une heure par jour, du lundi au vendredi.

5 styles de danse seront abordés :

- le **Locking**, né au début des années 70, un style funk avec des mouvements arrêtés,
- la **House dance**, née dans les années 80, de la fusion entre une danse de club, et des pas hip hop
- la **new style / hip hop**, n'est autre que le brassage des genres fondamentaux tels que le lock, le pop, le break. C'est un genre qui est apparu dans les années 90 et qui a subi une évolution de par l'influence de la musique hip hop de cette même époque
- le **Popping**, met en avant les mouvements effectués debout. Ce style, qui influencera notamment Michael Jackson pour son moonwalk, est aussi marqué par une contraction rapide des muscles pour créer un effet de secousses dans le corps. (plutôt pour les ados)
- le **breakdance**, nouvelle discipline olympique, caractérisée pour ses mouvements au sol avec des figures

**Prévoir une tenue souple, confortable pour cette activité, une paire de baskets et une gourde.**

## Trampoline Parc & Ninja Warrior à Up 2 play

Basé à Pornichet, ce complexe indoor est idéal pour proposer des activités sportives et divertissantes. Un créneau de 2 heures est réservé pour le groupe au Trampoline Parc. Aussi, même en cas d'intempérie, cela permet de se défouler à l'abri, et en toute sécurité grâce à la supervision de l'équipe sur place qui se charge aussi de l'échauffement (les animateurs du centre sont bien sûr également présents avec les jeunes). Après la découverte des différents équipements (slack line, rouleau, zones remplies de cubes en mousse, poutre où s'affronter avec des boudins en mousse type battle-beem, tour de saut, boudins instables, anneaux suspendus, filets...), les jeunes seront challengés sur un parcours de type Ninja Warrior, sur un parcours acrobatique semé d'obstacles, afin de vivre une expérience unique et palpitante qu'ils ne seront pas prêts d'oublier. Le complexe exige des chaussettes antidérapantes pour cette activité.

## Bowling

Toujours dans le complexe Up 2 play, une partie de bowling est également au programme. Les chaussures seront fournies par le complexe. Que les jeunes soient débutants ou experts, de 6 à 16 ans, ils pourront jouer et s'amuser ensemble grâce aux bumpers (barrières) et toboggans qui facilitent le jeu des pros de la rigole ! Les personnes à mobilité réduite peuvent aussi profiter de l'activité grâce aux rampes d'accès. Un espace palet & molkky en accès libre permettra aux mordus des sports de précision de continuer sur leur lancée.

## Baignade au centre aquatique intercommunal

Une séance au centre aquatique intercommunal couvert et chauffé, situé à 50 mètres du centre est réservée. Un animateur pour 8 enfants est présent dans l'eau. Aqua Piriac est composé d'un bassin « sportif » de 25m avec une profondeur progressive de 0.80m à 1.80m, avec une température en moyenne de 28°C et 5 couloirs pour nager ; ainsi que d'un bassin « ludique » avec une profondeur progressive de 0.80m à 1.30m, une température en moyenne de 30°C, une rampe d'accès pour les personnes à mobilité réduite et une banquette à bulles pour se détendre. Attention les garçons, pour le centre aquatique, le slip de bain est obligatoire. Pour les filles, le burkini est interdit.

## Cinéma

Une séance au cinéma associatif Atlantic, situé à La Turballe (commune limitrophe de Piriac-sur-Mer), est prévue. L'établissement est classé Art & Essai depuis 20 ans, avec les labels Jeune Public, Recherche et Découverte, Patrimoine et Répertoire. Les jeunes, munis du programme en début de séjour, décideront ensemble du film qu'ils souhaitent voir, en journée ou en soirée.

## Plage (au choix)

La plage la plus proche se situe à 800m du centre donc, en fonction de la saison, de la météo, de la température de l'eau (la baignade n'est pas autorisée en dessous de 18°) et des souhaits des jeunes, des balades à l'océan peuvent être proposées, tout comme des initiations à la pêche à pied. Des jeux sur le sable sont également possibles (châteaux de sable, circuit de billes, land art... en fonction de l'âge des participants, de leurs envies et de la marée !).

## Pêche à pied

A marée basse, des sorties pêche à pied en petits groupes sont proposées. Lors de cette excursion, les jeunes ont l'occasion de fouiller dans les flaques, sous les cailloux pour dénicher des crabes, attraper des crevettes et des petits poissons avec des épuisettes et ramasser des coquillages (bigorneaux, patelles, moules, huitres...). Les jeunes apprennent à reconnaître les différentes espèces.

## Activités traditionnelles de colo

En fonction des souhaits des enfants et des idées de l'équipe d'animation :

- Grands jeux : jeux de piste, sagamore, prise de drapeau, journées à thème, sardine, rallye photo, patatroc, olympiades, jeux de ballon...
- Environnement : jeux en forêt, herbier, observation d'oiseaux, construction de nichoirs, sentier des douaniers...
- Activités artistiques : land art, musique, fresques, bracelets...
- Ateliers cuisine : Confection de pain / pizzas cuits dans le four à pain traditionnel du centre, barbecue, goûter collectif et partagés (sablés, rose des sables, cookies, churros, smoothies, brochettes de fruits, crêpes, pancakes...)
- Petits achats souvenirs...
- Veillées : Activités d'expression, rallye choco, ambassadeurs, match d'impro, zapping, grille magique, escape game, astronomie, guinguette, confection de tisanes, burger quizz, homme en noir, quizz musicaux, relaxation, contes...

*A noter ! Nous nous réservons le droit d'annuler une activité si toutes les conditions de sécurité nécessaires à sa pratique ne sont pas pleinement remplies : météo, santé de l'enfant...*

*ATTENTION ! Si le comportement de votre enfant était de nature à nuire à sa sécurité ou à celle de ses camarades, ou encore à compromettre la qualité des vacances que nous nous efforçons de proposer à chacun, une décision de renvoi pourrait être prise à son encontre, frais de retour à votre charge...*

---

## LE CENTRE

---

Agréable station balnéaire, Piriac-sur-mer est située à la pointe de la presqu'île de Guérande entre le Golfe du Morbihan et la Côte d'Amour. Le Razay c'est à la fois un centre de vacances et un camping\*\*, gérés par la Fédération des Œuvres Laïques de Haute Savoie (FOL 74), situé à 800 mètres de l'océan et adjacent à la piscine intercommunale. Hébergés sur la partie centre de vacances, les jeunes pourront apprécier l'ambiance familiale, conviviale et profiter des équipements présents sur le camping (terrain de jeux : basket, volley/badminton, pétanque/molky, table de ping-pong, baby-foot) et surtout définir leur propre programme d'activités en lien avec l'équipe d'animation du séjour (veillée sur la plage, etc).

---

# ECOLABEL EUROPÉEN & ETIQUETTE ENVIRONNEMENTALE A

---



Développé par AFNOR Certification en France, l'écocertification européenne garantit l'engagement des structures d'accueil dans une démarche environnementale impliquant les salariés comme les usagers. Exigeant, c'est le seul label écologique officiel européen utilisable dans l'ensemble des États membres. D'application volontaire, il représente l'excellence environnementale des produits et des services. Son obtention repose sur cinq critères : la gestion des énergies (chaudière économe, éclairage led, entretien consciencieux...), l'économie d'eau (mitigeurs économes, mousseurs sur les robinets..), la réduction et tri des déchets (achats rigoureux, grammage des portions, tri sélectif y compris des biodéchets...), le management environnemental (politique environnementale, formation du personnel, informations des usagers...) et la qualité du cadre de vie (produits d'entretien écolabellisés, espaces verts entretenus sans pesticides, promotion des déplacements doux, ...). Il s'agit d'une démarche d'amélioration continue. Pour nous soutenir dans cette démarche, merci de suivre les préconisations du trousseau (gourde plutôt que bouteilles plastiques, serviette de table en tissu plutôt qu'en papier, crème solaire « éco-friendly », non nocive pour l'environnement, idem pour le savon et le dentifrice, éviter l'envoi de bonbons en emballages individuels...).



Certificat n° FR/1447/2023

Le centre s'est également porté volontaire pour évaluer et communiquer à ses usagers l'empreinte environnementale d'une nuit passée sur site. Concrètement, quatre indicateurs environnementaux sont renseignés et déterminent une note globale entre A et E, A étant la meilleure note : l'impact sur le climat, la consommation d'eau, la consommation de ressources non renouvelables et la part des produits bio ou écolabellisés dans les approvisionnements. L'audit a permis d'attribuer la note A à l'établissement, qui continue par ailleurs à mettre en place un plan d'action pour animer l'équipe et les usagers.

---

## L'EQUIPE D'ENCADREMENT

---

1 animateur.trice pour 8 jeunes en moyenne encadre les différentes activités. L'équipe de direction se compose d'une directrice et d'un(e) assistant(e) sanitaire. Des personnes de service assurent l'entretien des locaux. Un cuisinier économe permanent et ses aides préparent les repas. Les animateurs.trices, quel que soit le moment de la journée, sont toujours présents, avec un souci constant de sécurité et d'apprentissage.

---

## LE TRANSPORT

---

Voyage en train de jour jusqu'à la gare du Croisic. Transfert en car ou en minibus entre la gare du Croisic et le centre. L'encadrement est assuré par l'équipe d'animation (1 adulte pour 10 enfants au maximum). Selon l'heure de départ, vous devrez prévoir un pique-nique pour l'aller. Cela sera précisé sur la convocation.

---

## SANTÉ

---

*Veillez remplir avec attention et sans omission la FICHE SANITAIRE en nous indiquant par exemple les allergies ou les régimes alimentaires particuliers.*

Le suivi médical est assuré par un.e adulte qualifié.e qui se charge des soins médicaux légers ou de l'application des traitements en cours. Si votre enfant est malade, il est conduit chez le médecin et vous en êtes immédiatement avertis. Si votre enfant a un traitement en cours lors de son séjour, il est impératif **de joindre l'ordonnance aux médicaments** (en quantité suffisante pour le séjour) que vous donnez au responsable à l'arrivée sur site ou à l'animateur responsable du convoyage en cas de transfert. Les éventuels frais médicaux sont avancés par le centre, les ordonnances sont ensuite adressées aux familles contre remboursement (sauf si vous nous avez fourni une attestation CMU en cours de validité). Il est essentiel de nous informer, lors de l'inscription, de tout problème particulier important concernant la santé de votre enfant, pour garantir une meilleure prise en charge.

---

### ALIMENTATION

---

Les repas sont préparés par l'équipe de cuisine. Fort de plusieurs années d'expérience, les menus sont élaborés en prenant soin de travailler des produits de saison et limitant au maximum les emballages individuels. Différents types de repas peuvent être proposés aux enfants (en fonction des idées de l'équipe cuisine, s'il y a une journée à thème, un brunch, un pique-nique...). Le partage du repas est un moment convivial, d'écoute et d'échange entre les personnes. C'est un temps éducatif durant lequel les animateur-ices veillent à ce que chacun goûte de tout, mange suffisamment et participe activement au débarrassage et au nettoyage des tables. Les régimes alimentaires médicaux sont respectés. Les convictions religieuses et philosophiques le sont également, si elles n'ont pas d'incidence sur l'organisation collective (menu de substitution). **Merci de nous en informer en amont afin de faciliter les commandes de l'équipe cuisine :** [le.razay@fol74.org](mailto:le.razay@fol74.org)

---

### ARGENT DE POCHE

---

Une somme de 20 € semble largement suffisante. Vous la remettez à un animateur en utilisant l'enveloppe « argent de poche » que vous recevrez avec la convocation de départ ou encore mieux dans un petit porte monnaie fermant bien (pour éviter toute perte) avec le nom de votre enfant dessus. Pensez aux pièces, les commerçants vous remercieront !

---

### LINGE

---

Pour un séjour d'une semaine, il n'y a pas de lessive prévue, hormis en cas de besoin (énurésie, etc). C'est l'équipe éducative / service / ménage du centre qui s'en occupe. Malgré l'attention que l'on peut y apporter, il existe toujours, en collectivité, un risque de problème de lavage (linge déteint, abîmé). Il est préférable de choisir des vêtements pratiques, pas trop délicats, ayant déjà servis, plutôt que des vêtements neufs. Afin de réduire les risques de pertes, **il est indispensable de marquer les vêtements au nom de votre enfant**, et si possible faire la valise avec lui pour qu'il reconnaisse ses affaires.

---

### OBJETS DE VALEUR

---

Ils sont déconseillés (vêtements de marque, console de jeux, bijoux, appareil photo numérique) et restent sous la responsabilité de l'enfant. **Aucun remboursement ne sera effectué en cas de dégradation, de perte ou de vol.**

---

## COMMUNICATION

---

**INTERNET** Des nouvelles sont données presque quotidiennement sur le blog du séjour, et régulièrement accompagnées de photos. Pour le consulter, il suffit de vous rendre sur le site [www.fol74.org/blogs-de-nos-sejours](http://www.fol74.org/blogs-de-nos-sejours). L'identifiant et le mot de passe vous seront communiqués sur la convocation de départ. Sur le camping, le wifi est disponible autour de l'accueil et de la terrasse.

**COURRIER** Nous incitons les jeunes à vous envoyer une lettre après leur arrivée. Ils sont bien sûr libres d'écrire autant de fois qu'ils le souhaitent. N'oubliez pas de glisser dans la valise des enveloppes timbrées à votre adresse. Des lettres de votre part sont également recommandées et les bienvenues. Nous vous conseillons de privilégier le courrier pour correspondre. Vous pouvez l'adresser à Centre du Razay / Nom du séjour / Nom et Prénom de votre enfant / Route du Razay / 44420 Piriac sur mer.

**TELEPHONE** Si vous souhaitez exceptionnellement joindre votre enfant par téléphone, faites-le au moment des repas entre 12h15 et 13h00 ou entre 19h00 et 19h45 en vous armant de patience car la ligne est souvent occupée (02.40.23.69.76). Nous vous demandons d'écourter vos appels de façon à ce que chacun ait la possibilité de joindre son enfant... et que celui-ci puisse manger au même rythme que ses camarades. Pour les jeunes, le **téléphone portable** est déconseillé, afin de profiter pleinement de la vie de groupe. Si toutefois l'enfant l'amène durant le séjour, son **utilisation sera réglementée par l'équipe d'encadrement** (le téléphone ne sera pas autorisé pendant les activités, il leur sera remis sur demande au moment des douches).

---

### AVANT LA COLO

---

La directrice publiera sur le BLOG "la lettre aux enfants", ce document est à destination de vos enfants. Dans celui-ci, la directrice donnera les derniers détails et informations à connaître avant le départ en colo !

---

### LE JOUR DU DEPART

---

Documents à remettre le jour du départ :

- Fiche sanitaire (remplie et signée)
- Médicaments + ordonnance (le cas échéant)
- Argent de poche (porte monnaie nominatif)
- Fiche d'inventaire (à mettre dans la valise)
- Pass'nautique

---

## ASSURANCE

---

Tous les enfants participant à nos séjours sont assurés en responsabilité civile et individuelle accident. **Nous vous rappelons que les pertes d'objets, les vols, les bijoux, les espèces ne sont pas garantis par l'assurance.** En cas d'accident corporel, l'assurance intervient en complément des remboursements de la sécurité sociale et de votre mutuelle, sur présentation des bordereaux de remboursement accompagnés de la référence du sinistre qui vous sera communiquée par nos services.

# FICHE TROUSSEAU – Automne PiRiAC

Nom et Prénom de l'enfant: .....

<b>Chaque pièce du trousseau doit être marquée aux nom et prénom du jeune, à l'aide de bandes tissées et cousues.</b>	Conseillé	Dans la valise	Sur soi	Inventaire de l'animateur <b>ARRIVEE DEPART</b>	
VALISE ou SAC DE VOYAGE (sans cadenas svp)	1				
<b>POUR SE PROTEGER DU SOLEIL</b>					
CHAPEAU, CASQUETTE ou BOB	1				
CREME SOLAIRE (non nocive pour les océans)	1				
LUNETTES DE SOLEIL <b>AVEC LIEN</b> (Sinon perte en mer)	1				
<b>POUR TOUS LES JOURS</b>					
TEE -SHIRT, POLOS	8				
PULLS ou SWEATS dont <b>2 Chauds</b>	4				
COUPE VENT / IMPERMEABLE	1				
ECHARPE / BUFF / FOULARD	1				
SHORT, BERMUDA ou PANTACOURT	2				
PANTALON	5				
ROBE ou JUPE	facultative				
SLIP, CULOTTE ou CALECON	8				
PAIRE DE CHAUSSETTES	8				
PYJAMA (plus en cas d'énurésie)	1				
NU-PIEDS	facultatif				
BASKETS	1 paire				
<b>POUR LES ACTIVITÉS</b>					
SAC A DOS avec de vraies bretelles (pas de sac à main)	1				
GOURDE 1 LITRE (pas de bouteille plastique)	1				
SERVIETTE DE PLAGE / PISCINE	1				
MAILLOT DE BAIN (dont 1 slip de bain pour la piscine)	1				
CHAUSSETTES ANTIDERAPANTES (Obligation Up 2 Play)	1 paire				
SANDALES robustes pour marcher (pas de tongs)	facultatif				
BOTTES EN CAOUTCHOUC (pêche à pied)	1 paire				
LAMPE FRONTALE (éventuelle veillee nocturne)	facultatif				
<b>POUR LE FONCTIONNEMENT</b>	1				
PANTOUFLES (dans les bâtiments)	1				
NÉCESSAIRE COURRIER: Bloc, enveloppes, timbres, stylo	facultatif				
<b>POUR LA TOILETTE</b>					
TROUSSE DE TOILETTE : Gel douche ou savon avec étui, shampoing, peigne ou brosse, brosse à dent, dentifrice non polluant, mouchoirs en tissu...					
SERVIETTE DE TOILETTE	1				
SAC A LINGE SALE (un sac plastique suffit)	1				

*Facultatif : gant de toilette, baume pour les lèvres et serviette de table.*

**RAPPEL des conditions générales de vente : DOMMAGE DES BIENS DE L'ASSURE** (Avec une franchise de 10% des dommages avec un minimum de 37,50€ ) En tout état de cause, le montant total assuré par enfant ne pourra pas dépasser 110 €. **Tout objet de valeur et non obligatoire pour le séjour** (par exemple, téléphone portable, console, bijoux, etc...) **reste sous la responsabilité totale et entière de leur propriétaire. Il ne pourra en aucun cas être pris en charge par l'assurance pour quelque motif que ce soit : perte, dégradation, vol, etc...** **LES OBJETS DE VALEUR sont déconseillés** (vêtements de marque, téléphone portable, console de jeux, bijoux ...) **Aucun remboursement ne sera effectué en cas de dégradation, de perte ou de vol.**