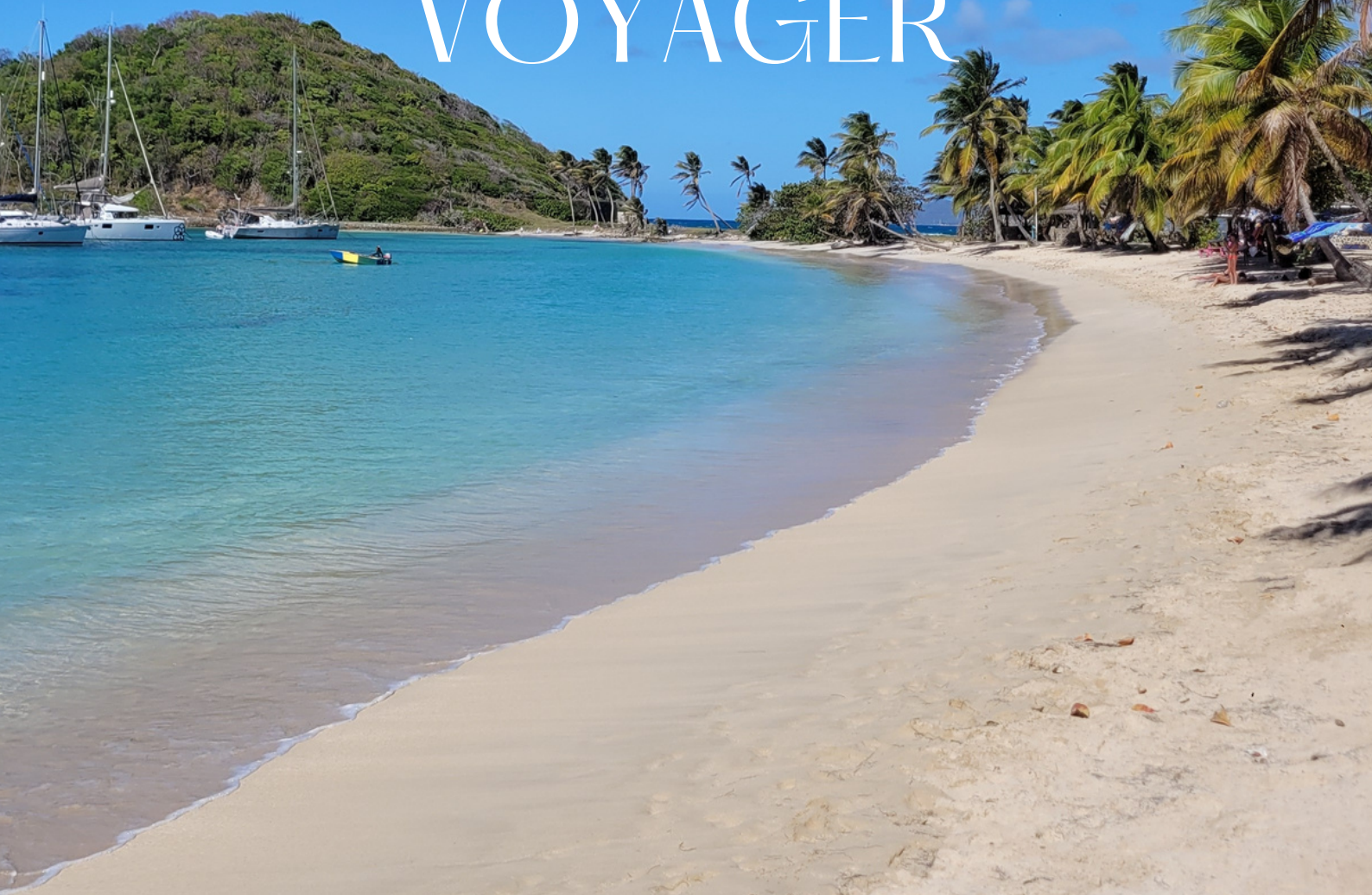




— ECOLE DE CROISIÈRE —

# NAVIGUER SE FORMER VOYAGER





— ECOLE DE CROISIERE —

# STAGE CROISIERE VOILIER EN GUADELOUPE

7 JOURS / 6 NUITS

**FORMEZ-VOUS EN  
VOILIER HABITABLE  
DÉCOUVREZ LA  
GUADELOUPE & SES  
DÉPENDANCES**

## **CAP SUR LA GUADELOUPE**

**Paradis de la voile** où le soleil, les alizés et les lagons turquoise créent **un terrain de jeu idéal pour la voile.**

Entre eaux cristallines, îlets sauvages et culture créole vibrante, **vivez une expérience unique** : apprenez, naviguez et explorez, mer, aventure et douceur de vivre vous attendent !

## **PORT DE DEPART GOSIER**

**Marina Bas Du fort**

**Nous vous attendons à 11h à bord.**

Une fois à bord, vous faites connaissance avec vos formateurs ainsi qu'avec vos équipiers **autour d'un café de bienvenue. Vous assistez ensuite à votre premier briefing (programme, sécurité à bord, météo...)** avant de larguer les amarres et de mettre le cap sur votre première escale.





# STAGE CROISIERE VOILIER EN GUADELOUPE

ITINERAIRE  
7 JOURS / 6 NUITS

— ECOLE DE CROISIERE —

## NAVIGATION

Au gré du vent et des courants, nous pourrons faire les escales et navigations suivantes (listes non exhaustives):

### **MARIE-GALANTE,** **l'authentique** **SAINT -LOUIS**

Nuit au mouillage

### **ANSE CANOT**

Nuit au mouillage

Découverte de l'île et ses sentiers , baignade, visite en bus, à pied, ou possibilité de location de voiture.

### **LES SAINTES**

**Terre de Haut & Terre de Bas** - Nuit au mouillage  
**Entre la baie de Terre-de-Haut — classée parmi les plus belles du monde —** et les criques sauvages de Terre-de-Bas, les Saintes offrent un décor exceptionnel pour naviguer.

Itinéraire modifiable selon  
la météo



— ECOLE DE CROISIERE —

# STAGE CROISIERE VOILIER EN GUADELOUPE

ITINERAIRE  
7 JOURS / 6 NUITS

## NAVIGATION

### LA RÉSERVE COUSTEAU

Nuit au mouillage

**Ses eaux turquoise, ses îlets Pigeon et ses fonds coralliens protégés** en font une escale parfaite pour allier voile et découverte marine au **cœur d'un environnement préservé.**

### L'ILET DU GOSIER

Nuit au mouillage

Facile d'accès et abrité, c'est un mouillage idéal pour les manœuvres à la voile ou une pause baignade dans **un décor de carte postale.**

### ARRIVEE GOSIER

Après une dernière navigation, vous débarquez à Gosier et débriefez de votre semaine avec vos formateurs.

Votre débarquement est prévu à 14h.

Itinéraire modifiable selon la météo





# STAGE CROISIERE VOILIER EN GUADELOUPE

PROGRAMME  
7 JOURS / 6 NUITS

— ECOLE DE CROISIERE —



## PROGRAMME

### SECURITE

VHF, manœuvres HLM,  
RIPAM

### TECHNOLOGIE

Electronique et  
mécanique, noeuds  
marins

### METEOROLOGIE

Observation du ciel,  
interprétation des  
bulletins météo, effets site

### CARTOGRAPHIE

Lecture de carte, calcul de  
marée etc...

### CONDUITE/REGLAGE

En fonction de l'allure et  
des conditions météo

### MANOEUVRES

Virement, empannage,  
prise de coffre, mouillage

### ORGA DU BORD

Gestion des stocks, tâches  
collectives, voca marin



# STAGE CROISIERE VOILIER EN GUADELOUPE

## INFORMATIONS PRATIQUES

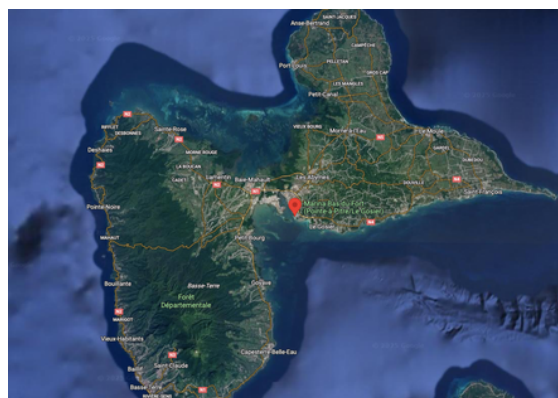
— ECOLE DE CROISIERE —



### NOUS REJOINDRE

Le lieu de rdv est à 11h le samedi à la marina de Gosier, Pointe-A-Pitre

Le débarquement sera vers 14h le dernier jour.



### Depuis l'aéroport de Pointe-A-Pitre

- Par taxi , +/- 20 min, entre 40 et 50€
- Par Bus , ligne AE1 (direct) 45min puis 20min de marche



— ECOLE DE CROISIERE —

# STAGE CROISIERE VOILIER

## CONTENU RECOMMANDÉ POUR VOTRE SAC DE VOYAGE AUX ANTILLES

### FOURNI À BORD

Literie : **draps & serviettes de toilettes & duvets/couettes**

Gilet individuel auto-gonflant avec flash-light

### PENSEZ À EMPORTER

- **SACS SOUPLES( PAS DE VALISE)**

- **Vêtements**

-T-shirts , Shorts légers et/ou maillots de bain

- Chemise à manches longues pour se protéger du soleil

-Coupe-vent léger ou veste imperméable (utile la nuit ou sous grain tropical)

- **Chaussures**

-**Chaussures de pont, basket, ou type Crocs fermées dédiés exclusivement à l'utilisation à bord** (différentes de celles pour excursions à terre).

-Tongues/sandales pour les escales

- **Des protections solaires**

Casquettes, lunettes, crème solaire.

- **Pharmacie**

Vos médicament spécifiques

Si vous êtes sensible au mal de mer

Médecine douce : Huile Essentielle

de menthe poivrée | Gingembre (en

capsule ou frais) ou Patch de

Scopolamine | Mer Calme

- **Trousses de toilette**

- **Une gourde** (eau filtrée potable à bord)

- **Un carnet pour prendre des notes** (des documents pdf vous seront fournis à la fin de votre stage)

- **Et pour la détente !**

Maillot et serviettes de bain, masques et tubas





— ECOLE DE CROISIÈRE —

# STAGE CROISIÈRE VOILIER

## MARINS EPICURIENS

### TENDANCE VEGGIE

#### PLATS

SALADE POIS CHICHE/  
CAKE OLIVES

SALADE LENTILLES/ POISSONS  
FUMÉS

SALADE HARICOT ROUGE/  
BANANE POYO

BROCHETTE BANANES  
PLANTAIN/PRUNEAUX/

POMME DE TERRE À L'INDIENNE/  
CHICKTAIL MORUE

GRATIN PATATES  
DOUCES/GIRAUMON

CHANA MASALA/RIZ

CURRY LEGUMES/ NOIX CAJOU

PATES THON

#### APERÔ BOISSONS

JUS FRUIT  
EAU PETILLANTE  
VIN ROUGE OU BLANC  
BIÈRES

#### PETIT DEJEUNER

CAFÉ À L'ITALIENNE  
THÉ / INFUSION  
FLOCONS D'AVOINE  
PAINS FRAIS/ BISCOTTES

Menu selon arrivage

— NAVIGATION —  
SLOW LIFE



## Contact

---

Ecole de croisière Slowlife.com  
info@ecoledecroisiereslowlife.com  
+ 33 7 83 97 87 31

LEVEZ L'ANCRE, LARGUEZ LES AMARRES  
SUIVEZ LE SOUFFLE DE L'OCÉAN

Crédit photo : Sophie Marziou, Isabelle Ruiz, Getty Image



— ECOLE DE CROISIERE —

