



**29<sup>EME</sup> COUPE NEPTUNE  
NIOLON (UCPA)  
DU 27 30 SEPTEMBRE 2007  
ORGANISEE PAR LE**

ASCEA - CESTA



Le centre UCPA de Niolon surplombe une petite calanque de roche calcaire typiquement méditerranéenne

**PLONGEES :**

Huit plongées sont prévues au programme sur une dizaine de sites de 10 à 40 mètres avec tombants et failles (Elvine, Baume Rousse, Les Yeux de Chat, Figueroles...). Selon le nombre de plongeurs, leurs niveaux et les conditions météo, possibilité de plonger sur les sites des Iles du Frioul et du Planier etc.

Emmène ton matériel (PMT, combinaison, ...). N'oublie pas de préciser ton besoin en matériel qui peut être prêté par la section (détendeur, stab). En autonomie, il faut être muni d'un 2<sup>ème</sup> détendeur ou d'un octopus, d'une table de décompression (MT92) et d'un profondimètre.

→ **ATTENTION : ENTRE LE LOCAL DE GONFLAGE ET L'EMBARCADERE, IL Y A UN ESCALIER RAIDE, QUI PEUT S' AVERER TRES DUR LORS DU RETOUR DE PLONGEE, COMPTE TENU DU MATERIEL A PORTER.**

**HEBERGEMENT :**

La calanque est bordée par des villages pittoresques. Ne manquez pas de faire étape à Carry-le-Rouet, Sausset-les-Pins et parcourez les calanques environnantes.

Le centre est situé à 20 minutes de Marseille et d'Aix-en-Provence, l'accès est facilité par l'autoroute A55, l'aéroport ainsi que par le TER (en provenance de la gare St Charles de Marseille). Tourisme et découverte pour tous ceux qui le souhaitent.

Petit village de type « village grec » construit autour d'un ancien fort de la marine nationale, équipé d'un bar et d'une salle restaurant avec terrasses ouvertes sur la calanque, le centre UCPA de Niolon a une capacité d'accueil de 161 vacanciers.

Le centre vous accueille dans des hébergements de 3, 4 ou 6 personnes. Les chambres de 4 sont équipées de salle de bains et les toilettes sont à proximité. Les chambres de 6 sont des bunkers réaménagés équipés de salles de bains et toilettes, bien connus des groupes pour leurs terrasses.

**ESPACES COLLECTIFS**

Un terrain de volley, une salle avec borne Playstation 2, billard et table de ping-pong sont à votre disposition. Pas d'accès Internet pour le moment.

D'une façon plus générale, le centre de Niolon est axé sur la détente et la nature, l'activité plongée n'étant pas forcément compatible avec des festivités nocturnes quotidiennes.



**NEPTUNE**

La plaquette de la Coupe Neptune réalisée par le CESTA se trouve sur le site du club : [www.asceagr.plongee.free.fr](http://www.asceagr.plongee.free.fr)



**29<sup>EME</sup> COUPE NEPTUNE  
NIOLON (UCPA)  
DU 27 30 SEPTEMBRE 2007  
ORGANISEE PAR LE**

**ASCEA - CESTA**



**POUR LES ACCOMPAGNANTS :**

**Activités prévues par le CEA CESTA:**

- Excursion à Carry-le-Rouet par le sentier côtier des douaniers. Cadre de villégiature choisi par Fernandel.
- Découverte de l'Estaque, sur les pas des peintres Cézanne, Braque et autres impressionnistes qui ont immortalisé un des quartiers les plus pittoresques de Marseille.
- Balade et pique-nique dans les Collines de Marcel Pagnol jusqu'au Pic du Taomé et à la grotte du Grosibou (non pas Gros Bisou). Manon des Sources et Jean de Florette sont passés par là... (Prévoir de bonnes chaussures de marche).
- Visite du Vieux Port de Marseille et embarquement pour les Iles du Frioul, l'île d'If et son Château.
- Visite de Cassis et des Calanques



**TRANSPORT :**

En car-couchettes, départ de Bruyères-le-Châtel le mercredi 26 septembre vers 18h, retour le 1er octobre vers 6h. Le car est partagé avec Saclay.

- ➔ le car sera utilisé comme transport si le nombre de participants est suffisant.
- ➔ compte tenu de la date d'inscription précoce, une alternative de transport avec le train est possible (se baser sur environ 60€, aller-retour).

**TARIF :** (plongées, hébergement en pension complète, hors transport):

- **adhérent(e)**
  - non encadrant<sup>1</sup> - cotisation totale : 300 €
  - encadrant : 275 €
- **autre plongeur(se)** - cotisation piscine ou autre club : 350€
- **accompagnant(e)** : 250 €

**Pour les accompagnant(e)s et les plongeurs non adhérents, la carte ASCEA-GR est obligatoire.**

**DATE LIMITE DES INSCRIPTIONS :**

**VENDREDI 6 AVRIL 2007**

Retour du coupon ci-après à Catherine ULMER, CEA/DIF/CSE, BP 12, 91680 BRUYERES LE CHATEL, email: [catherine.ulmer@free.fr](mailto:catherine.ulmer@free.fr), tél : 01.69.26.57.84 (travail), 06.74.88.21.12 **avec un chèque de 100 Euros**

**SORTIE COUPE NEPTUNE DU 26 AU 30 SEPTEMBRE 2007**

<b>Prénom - Nom</b>						
Accompagnant	OUI	<input type="checkbox"/>	NON	<input type="checkbox"/>		
Plongeur	OUI	<input type="checkbox"/>	NON	<input type="checkbox"/>		
↳ niveau	N1	N2	N3	N4	E2	E3
Nombre de plongées en milieu naturel :						

J'ai besoin du matériel suivant (entoure ton choix):

<u>Détendeur :</u>	NON	SIMPLE	DS+MANO
Stab :	NON	S	M L XL
<u>Bloc souhaité :</u>	Bi	15 l	12 l court 12 l long

Pour les encadrants N4, E2 et E3 :  
j'encadre. oui  non

<sup>1</sup> Sous réserve d'encadrer effectivement, case à cocher