



**VENT DU LARGE**



*École de voile  
hors-piste & solidaire  
depuis 2005*

# Tarifs et infos pratiques

STAGES & NAVIGATIONS  
OCTOBRE 2026 — AOÛT 2027



[ventdularge.org](http://ventdularge.org)

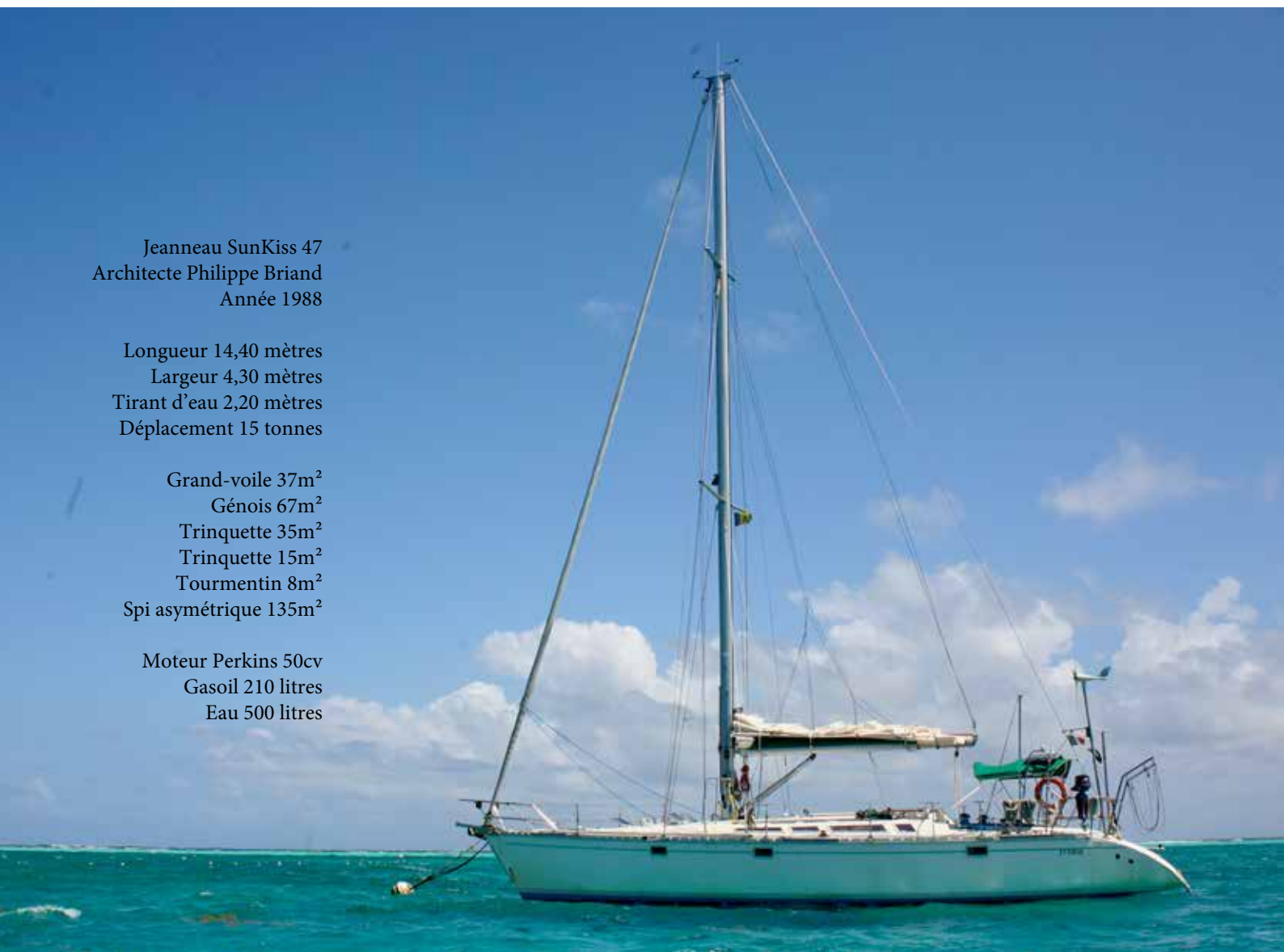
# LA BONNE ÉTOILE

Jeanneau SunKiss 47  
Architecte Philippe Briand  
Année 1988

Longueur 14,40 mètres  
Largeur 4,30 mètres  
Tirant d'eau 2,20 mètres  
Déplacement 15 tonnes

Grand-voile 37m<sup>2</sup>  
Génois 67m<sup>2</sup>  
Trinquette 35m<sup>2</sup>  
Trinquette 15m<sup>2</sup>  
Tourmentin 8m<sup>2</sup>  
Spi asymétrique 135m<sup>2</sup>

Moteur Perkins 50cv  
Gasoil 210 litres  
Eau 500 litres



Paddle  
Palmes, masques et tubas  
Matériel de pêche  
Cirés jaunes  
Caméra Gopro

Système son portable  
Matériel de prise de son  
1 guitare  
1 basse  
1 cajón

Malette de jeux  
Matériel de dessin  
Bibliothèque technique  
Guides et documentation  
Romans et BD

# TARIFS 2026/2027

## STAGE DE FORMATION

- 4 stagiaires maximum
- À partir de 14 ans

### Tarifs par personne | De Septembre 2026 à Août 2027

2 jours : 450 €  
5 jours : 950 €  
7 jours : 1 250 €  
12 jours : 2 250 €  
14 jours : 2 650 €  
21 ou 25 jours : 3 800 € (transat)

#### Le tarif comprend :

- L'enseignement par un moniteur breveté d'État
- L'hébergement
- L'utilisation du matériel à bord
- Un gilet automatique et une flashlight
- Literie : draps, oreillers et taies
- L'assurance

#### Le tarif ne comprend pas :

- L'adhésion à l'association : 10 € par personne
- La caisse de bord\* : 20 € à 40 € par jour
- Les frais de voyage jusqu'au bateau et retour
- L'assurance IA optionnelle
- Les frais de douanes
- L'entrée dans les Parcs Naturels et les taxes locales

*\*Caisse de bord : frais réels d'avitaillement, de port et de gasoil partagés entre les stagiaires.*

#### Assurance annulation

ouest-assurances-plaisance.fr

## NAVIGATION À LA CARTE

- Privatisation de La Bonne Étoile
- Équipage de 5 à 7 personnes
- Aux dates de votre choix

### Tarifs 2026/2027

Programmes et tarifs : [ventdularge.org](http://ventdularge.org)

#### Le tarif comprend :

- L'enseignement par un moniteur breveté d'État
- L'hébergement
- L'utilisation du matériel à bord
- Un gilet automatique et une flashlight
- Literie : draps, oreillers et taies
- L'assurance

Il n'y a pas de caution ni de rachat de franchise.

#### Le tarif ne comprend pas :

- L'adhésion à l'association : 10 € par personne
- Les frais de port : en moyenne 60 € par nuit
- Les frais de gasoil : environ 10 € par jour
- L'avitaillement : nourriture et boissons
- L'assurance Individuelle Accident optionnelle
- Les frais de douanes, Parcs Naturels et taxes locales

#### Assurance annulation

ouest-assurances-plaisance.fr

# QUESTIONS PRATIQUES

## Arrivée la veille

Vous pouvez dormir à bord la veille des stages, même si vous arrivez au milieu de la nuit. Parfois je ne suis pas là, parfois on sort... On voit sur le moment comment cela se passe.

## Accès au bateau

Je vous transmets en dernière minute l'emplacement exact du bateau (qui n'a pas de place fixe) et le code d'accès éventuel du ponton. Je suis joignable si vous avez des difficultés à trouver.

## Douche

Les capitaineries sont toutes équipées de sanitaires. Il y a une douche froide à bord de *La Bonne Étoile* dans la salle de bain avant, et une douchette dans la jupe à l'arrière du bateau pour se déssaler après la baignade.

## Les stages commencent à 10 heures

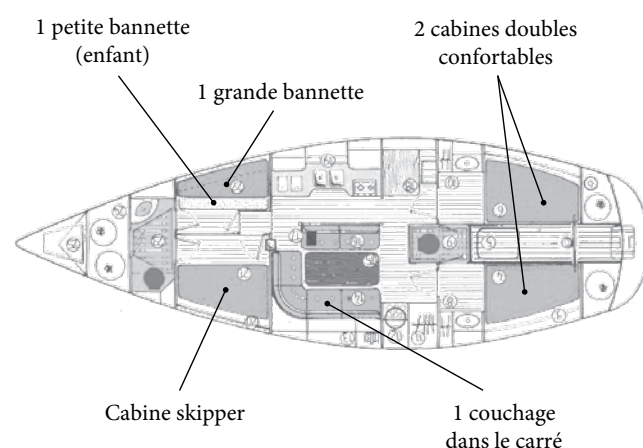
Si vous dormez à bord la veille, vous pouvez traîner au lit jusqu'à 9h30 ou aller boire un café sur le port.

## Les stages se terminent à 16 heures

On range et on nettoie le bateau collectivement le dernier jour pour qu'il soit prêt à accueillir un nouvel équipage.

## Cabines et couchages à bord de *La Bonne Étoile*

Les 4 stagiaires se répartissent dans les 2 cabines arrières + la bannette + le carré. Si deux personnes venues ensemble partagent une cabine (ce qui est généralement le cas), personne n'a besoin de dormir dans le carré.



Pour connaître la composition de l'équipage et l'organisation du couchage à bord : prenez contact.

## Avitaillement (les courses)

Il faut faire un approvisionnement sérieux avant de partir pour être autonome pendant la durée de la navigation. Pour les liquides, les produits secs et les produits de base, on peut généralement se faire livrer sur le ponton. On embarque l'eau de boisson en bouteilles (2 litres par jour et par personne) : pour une navigation de 14 jours avec 5 personnes, il faut donc 140 litres (16 packs, 2 caddies).

Pour le frais et les produits locaux, un petit tour au marché du coin est idéal pour remplir le filet mais on peut tout se faire livrer par le supermarché également. On complète avec de petites courses aux escales.

Les possibilités et les services diffèrent selon les ports, nous avons l'habitude de faire au mieux.

# DÉROULEMENT

## Sécurité

Je peux manœuvrer seul le bateau, j'assure votre sécurité et de celle du bateau : vous êtes libres d'expérimenter en toute sérénité. Chacun participe selon son envie, sans contraintes. Le plaisir est le moteur de l'apprentissage.

## Conditions de navigation

Un stage dans 10 nœuds de vent est très différent d'un stage dans 30 nœuds. Réglage des voiles, déplacements sur le pont, prises de ris, gestion du bateau : les apprentissages dépendent des conditions. On s'adapte.

## La vie en équipage

Bonne humeur et convivialité sont les ingrédients de base de la vie en mer. On trouve vite ses marques et le quotidien s'organise naturellement à bord. Vivre ensemble dans un petit espace demande de rester attentif aux autres, notamment en sachant respecter leurs moments de calme et leur besoin de tranquillité. À bord, il est tout à fait naturel d'être côte à côte sans forcément échanger, et sans que cela ne crée de gêne.

## La nourriture

Bien manger est essentiel en bateau. En navigation côtière, on fait généralement des salades ou sandwiches à midi et un bon repas le soir. On cuisine tout le temps au large, sauf conditions extrêmes : on est alors contents d'ouvrir une bonne conserve. Il y a toujours de quoi grignoter pendant ses quarts, le jour comme la nuit.

## Spécialités à partager

Confitures, miel, vins fins et fromages sont, entre autres, très appréciés à bord. N'hésitez pas à apporter des spécialités !

## La formation

L'apprentissage se fait dans une ambiance joyeuse et bienveillante. L'humour aide à prendre du recul, à dédramatiser certaines situations et à créer un climat de confiance. La présence de différents niveaux au sein d'un équipage restreint crée un environnement particulièrement favorable à l'apprentissage.

- Il n'y a pas de mauvaise question ou de question bête.
- Vous pouvez me poser 10 fois la même question.
- Je ne crie jamais, sauf pour prévenir d'un danger imminent.

## Navigation côtière : horaires et choix des escales

Parfois on part au milieu de la nuit, parfois on fait des grasses matinées : les horaires sont souvent dictés par la météo ou la marée. Le programme et les escales sont choisis collectivement selon les conditions de navigation, les destinations possibles, les avaries éventuelles... Quand la météo est clémente, nous passons la nuit au mouillage (à l'ancre). Dans le cas contraire, nous rejoignons un port.

## Topo météo et cartes : le rituel du départ

On se retrouve chaque matin autour de la table du carré pour étudier la météo, les cartes et préparer la navigation du jour.

## Manœuvres

Une personne stressée ou mal à l'aise ne peut ni profiter pleinement de la navigation, ni être efficace, ni apprendre sereinement. Chacun est donc libre d'observer, bien installé et sans gêner l'équipage, avant de participer aux manœuvres lorsqu'il se sent prêt.

## Debriefing | "les petits dessins"

Je fais des croquis et schémas pour illustrer ce qui a été expérimenté ou des phénomènes rencontrés. J'aime prendre des exemples concrets et sensibles pour fixer les idées. Sauf demande particulière, je ne fais pas de cours de théorie pure : mes explications ont pour but d'éclairer la pratique pour vous rendre opérationnel.

# AU LARGE / HORS-PISTE

La vie au large ou en croisière hors des sentiers battus dépend des conditions météo : on est très occupé quand les conditions sont mauvaises (repos, quart, repos...) et on dispose de beaucoup de temps libre lorsque la météo est clémente. Lecture, contemplation, musique, photo, vidéo, dessin, cuisine, pêche, écriture... chacun trouve son rythme. Aller au bout du monde ou traverser un océan est un voyage personnel. La vie à bord s'organise naturellement. Les repas du midi et du soir sont des temps de convivialité pendant lesquels tout l'équipage se retrouve.

## Second bénévole

Sur les transats ainsi que sur certaines navigations hors-pistes qui le nécessitent, nous embarquons un second bénévole qui occupe la bannette à l'avant. Les 4 stagiaires se partagent alors dans les deux cabines doubles à l'arrière.

## Les quarts

Au large, la veille est assurée 24h/24 par une rotation de l'équipage. Les quarts peuvent se prendre seul ou à deux selon les envies, les expériences et les conditions de mer.

## Thèmes particulièrement développés

Météo, route et stratégie, réglage des voiles, sécurité, équipements, communication, préparation et suivi technique du bateau, gestion de l'autonomie.

## Manœuvres

L'objectif au large comme en hors-piste (quand se faire porter assistance est difficile), est d'éviter tout accident corporel et toute casse matérielle. Le milieu de l'Atlantique n'est pas l'endroit idéal pour se lancer dans une série d'empannage et les manœuvres sont limitées au strict nécessaire.

## Formalités de douanes et visas

Nous avons parfois besoin d'une copie de votre passeport et de visas éventuels pour effectuer les formalités de douanes avant votre embarquement.

## Communications satellites

Les communications satellites sont réservées à la météo et à la sécurité. Il n'est pas possible de passer des communications privées avec le téléphone Iridium ni d'en recevoir du bateau.

## Relais à terre

Un relais à terre envoie régulièrement la position du bateau et l'ambiance du bord aux proches sur un groupe Whatsapp dédié. Il assure un soutien pour l'analyse météorologique et la stratégie si la situation est complexe ou que l'information manque à bord. Il peut gérer d'éventuels problèmes de sécurité ou nous aider à trouver des ressources et des solutions techniques pour pallier les possibles avaries.

## Santé : avant le départ

- Remplir la fiche médicale avec votre médecin
- Prévoir une ordonnance en cas de traitement
- Consulter votre dentiste pour un contrôle

## Médicaments

Conserver les médicaments dans des ziplocs, eux-mêmes dans une boîte étanche type tupperware.

## Le Centre de Consultation Médicale Maritime (CCMM)

C'est le SAMU de la mer, joignable 24h/24, qui gère les problèmes médicaux à distance pour les marins des navires battant pavillon français dans le monde entier, plaisanciers ou professionnels. Avant de partir pour des grandes navigations, nous transmettons un dossier au nom du bateau qui contient les informations médicales concernant les membres d'équipage et la liste de la pharmacie du bateau. Seuls le capitaine et ce service ont accès à votre fiche médicale individuelle, qui reste confidentielle. En mer, on ne laisse pas traîner des symptômes qui persistent (douleurs, fièvre, toux, troubles digestifs...) : nous contactons le CCMM pour tout problème médical qui nous amènerait à consulter à terre.

# DEVENIR AUTONOME

En France, en l'absence de permis pour naviguer sur un voilier, chacun est libre de prendre la mer comme il l'entend.

Pour ceux qui aspirent à devenir skipper, l'enjeu est d'être à l'aise et serein en mer, d'assurer la sécurité pour profiter de ses navigations et de partager le plaisir avec son équipage. Il faut donc savoir communiquer avec ses équipiers, leur apprendre à gérer leur sécurité individuelle et répondre aux questions des curieux : ça fait partie du job.

## La pratique et l'expérience

L'autonomie s'acquiert progressivement en accumulant de l'expérience et en pratiquant. Il faut faire, refaire et en refaire encore pour maîtriser certains gestes techniques. Faire un nœud de chaise rapide, sans tâtonner, avec tous types de cordages et dans toutes les situations prend beaucoup de temps. Il faut aussi des compétences techniques pour faire face aux aléas : secourisme, mécanique, gréement...

On devient rapidement capable de gérer une navigation dans de bonnes conditions météo, sur un petit voilier bien préparé dans une zone connue et avec un équipage efficace. Puis petit à petit, on est à l'aise dans des conditions de vent et de mer plus difficiles, on peut partir plus loin, de nuit, avec des équipages débutants, sur des bateaux plus grands...

## En complément de nos formations

- Pratiquer le dériveur (sensations, se repérer avec le vent)
- Pratiquer la régate (manœuvres et réglage des voiles)
- Passer le permis côtier (RIPAM, balisage...)
- Passer le permis hauturier (cartes, navigation, marée)
- Passer le Certificat de Radiotéléphoniste Restreint (VHF et procédures, organisation des secours)
- Suivre une formation en secourisme
- Suivre une formation en mécanique (diesel marin)

*« D'importants éléments pour bien gérer une navigation ne peuvent s'apprendre ni dans les livres, ni avec un instructeur. La science de la navigation peut être enseignée, mais l'art de la navigation doit être développé avec l'expérience. »*

— **The American Practical Navigator, an epitome of navigation.**

Ouvrage publié par la National Geospatial-Intelligence Agency : encyclopédie qui tente de rassembler l'essentiel des connaissances théoriques nécessaires à la navigation.

## Se former en binôme

Si vous naviguez régulièrement avec la même personne, suivre une formation ensemble peut être particulièrement enrichissant pour apprendre à communiquer précisément, construire une culture commune et avoir des réflexes partagés.

## Conseils pour progresser rapidement

### 1. Préparer votre stage

- Étudiez le vocabulaire
- Faites une liste exhaustive de vos questions
- Cultivez-vous

### 2. Embarquer en pleine forme

### 3. À bord

- Portez-vous volontaire pour toutes les petites tâches
- Aiguissez votre sens de l'observation
- Écoutez le bateau et vos sensations
- Travaillez le vocabulaire, prenez des notes
- Soyez curieux de tout et posez des questions

La vitesse d'apprentissage dépend de votre motivation et de votre implication à bord, où il y a beaucoup à faire. Certaines personnes sont aussi plus douées que d'autres... Tout dépend de vous, l'appétit de mes stagiaires est toujours satisfait.

# S'AUTO-ÉVALUER

Les grilles de niveaux permettent de mesurer sa progression et les points à travailler. Il est bon de s'y replonger régulièrement au cours de son apprentissage.

Elles doivent être utilisées avec discernement : prendre un ris par 15 nœuds de vent et mer plate n'a rien à voir avec la même manœuvre par 40 nœuds, dans une mer formée et avec la fatigue qui s'accumule. Toute la question est alors de savoir à quel moment cocher la case "prise de ris" dans une grille de progression.

La capacité à auto-évaluer ses compétences, gérer ses émotions et son état de fatigue sont les qualités essentielles du marin. L'humilité est la règle et il est sain de douter.

Les niveaux qui suivent s'inspirent du parcours de la Royal Yachting Association (RYA), référence anglaise en matière de formation nautique. Ils suivent trois étapes essentielles du parcours de skipper :

- Competent Crew : équipier de pont
- Day Skipper : skipper à la journée
- Coastal Skipper : skipper côtier

## Competent Crew

**TERMES MARINS** | Manœuvres, gréement, voile et environnement | Compréhension des consignes

**MANŒUVRES** | Utilisation des écoutes, drisses et de leurs winchs : envoi, affalage, prise de ris, enrouleur. Participation aux manœuvres : virement, empannage, arrêt, accostage et amarrage

**BARRE / RÉGLAGE DES VOILES** | Rose des vents | Marche du navire | Tenir un cap au compas et à vue | Barrer aux différentes allures

**MÉTÉO** | Echelle Beaufort, observation des conditions et sources météo

**MATELOTAGE** | Savoir faire ces nœuds et connaître leur utilisation : Nœud en huit | Nœud de cabestan | Un tour mort et 2 ½ clefs | Nœud de chaise | Lover un cordage | Nœud de taquet

**NAVIGATION / CARTE** | Identification de la route sur la carte | Suivi de la navigation et Observation du paysage | Point par relèvement et GPS | Notions sur les marées et les courants

**UTILISATION DE L'ANNEXE** | Mise à l'eau | Utilisation du moteur et navigation aux avirons

**ÉQUIPEMENT PERSONNEL** | Mettre son gilet automatique | Connaître son utilisation | Savoir où s'attacher

**INCENDIE** | Prévention / lutte

**HOMME À LA MER** | Avoir les bons réflexes | Appliquer efficacement les consignes | Comprendre les manœuvres de récupération

**SÉCURITÉ** | Utilisation de la VHF | Démarrage du moteur | Identifier l'armement de sécurité

**PRÉVENTION DES ABORDAGES** | Veille active | Anticipation des manœuvres | Relèvements constants | Esprit du RIPAM et règles de base | Balisage courant

**MAL DE MER** | Aspects physiques et physiologiques | Prévention

**OBSERVATION DES RISQUES** | Connaissance des risques liés à la navigation | Capacité à s'adapter à la vie du bord | Déplacements

# Day skipper

**TRAVAIL DE PONT** | Effectuer les manœuvres | Coordonner l'équipage | Réduction / changement de voiles | Préparation du mouillage | Prises de coffres | Manœuvres de port | Nœud de bosse | Nœud de chaise « à l'envers »

**NAVIGATION** | Préparer / suivre la navigation | Point par relèvement | Calculer le cap à tenir | Connaître le balisage courant | Utiliser le livre de bord | Utiliser le GPS | Utiliser le sondeur | Marées : hauteur d'eau / courant

**PILOTAGE** | Préparer / effectuer les entrées et sorties de port | Utiliser les alignements | Utiliser les relèvements | Utiliser les lignes de sonde

**MÉTÉO** | Connaissance des sources | Utilisation du baromètre | Prendre la météo à la VHF | Interpréter les bulletins

**RÈGLES DE BARRE** | Connaître le RIPAM | Appliquer les règles

**ENTRETIEN / RÉPARATION** | Tâches d'entretien courant | Propriétés des différents cordages

**PRÉPARATION DU BATEAU** | Check moteur | Choix des voiles | Rangement pont et intérieur | Savoir faire un avitaillement

**MOTEUR** | Changer les filtres à eau / gasoil | Changer la turbine de la pompe d'eau de mer | Purger le circuit de gasoil

**SITUATIONS D'URGENCE** | Récupérer un homme à la mer (actions correctes) | Utiliser les fusées | Utiliser le radeau de survie | Passer un message de détresse | Passer / sécuriser une remorque | Procédures de sauvetage

**MANŒUVRES AU MOTEUR** | Réaliser les manœuvres dans diverses conditions de vent : Manœuvres de port | Prise de coffre | Mouillage

**MANŒUVRES À LA VOILE** | Prise de coffre | Mouillage à la voile | Réglages corrects des voiles aux différentes allures

**RÉALISER LA NAVIGATION** | Préparer / réaliser une navigation côtière en tenant compte des dangers pour la navigation, des limites du bateau et de l'équipage

# Coastal skipper

**PRÉPARER / RÉALISER UNE NAVIGATION**

**CÔTIÈRE** | Apprécier les limites du bateau | Navigation (carte) | Naviguer avec la marée | Abri, port refuges | Météo et stratégie | Documents de navigation | Formalités douanières

**GÉRER L'ÉQUIPAGE** | Organiser / gérer la navigation | Organiser / gérer les manœuvres | Organiser les tâches courantes | Naviguer efficacement aux différentes allures

**PRÉPARER LE BATEAU ET L'ÉQUIPAGE** | Réaliser un avitaillement | Préparer le bateau | Briefer et gérer l'équipage (sécurité) | Organiser la veille | Déléguer les responsabilités | Vérifier les équipements et le moteur

S'adapter en fonction :  
– des aléas météo  
– des limites de l'équipage  
– des limites du bateau

**PILOTAGE** | Entrées / sorties de port / chenaux de jour et de nuit | Utiliser toutes les techniques de navigation | Prendre en compte le balisage, les règlements et la marée

**MANŒUVRES AU MOTEUR** | Réaliser les différentes manœuvres de port dans toutes les conditions et dans un espace restreint

**MANŒUVRES À LA VOILE** | Réaliser toutes les manoeuvres : mauvais temps, espace restreint...

**MAUVAIS TEMPS** | Préparation du bateau pour le gros temps | Manœuvres et conduite dans le vent fort | Mesures à prendre en cas de visibilité réduite

**SITUATIONS D'URGENCE** | Récupération d'un homme à la mer (voile et moteur) | Mesure à prendre pour l'abandon du navire et hélitreuillage

# FICHE D'INSCRIPTION

**Type de stage :**

Embarquement le :

Embarquement à :

Débarquement le :

Débarquement à :

**Vos coordonnées**

Prénom et nom :

Adresse :

Email :

Mobile :

**Personne à prévenir en cas d'urgence**

Prénom et nom :

Email :

Mobile :

Je soussigné(e)

**J'atteste que :**

- J'ai adhéré à l'association Vent du Large et accepté les conditions de participation aux stages.
- J'ai informé le capitaine de la conduite à tenir en cas de problème de santé particulier.
- J'ai transmis ma fiche médicale CCMM si je participe à une grande traversée
- Je suis capable de nager 25 mètres et de m'immerger.
- J'ai été informé(e) de la possibilité de souscrire une assurance individuelle accident complémentaire.

Date et signature :

# AUTORISATION PARENTALE

## Le stage

Type :

Embarquement le :

Embarquement à :

Débarquement le :

Débarquement à :

## Vos coordonnées

Prénom et nom :

Adresse :

Email :

Mobile :

## Personne à prévenir en cas d'urgence

Prénom et nom :

Email :

Mobile :

Je soussigné(e)

certifie être le père / la mère / le responsable légal de

J'atteste que :

- Mon enfant a adhéré à l'association et j'ai accepté les conditions de participation aux stages.
- J'ai informé le capitaine de la conduite à tenir en cas de problème de santé particulier.
- J'ai transmis la fiche médicale CCMM si mon enfant participe à une grande traversée
- Mon enfant est capable de nager 25 mètres et de m'immerger.
- J'ai été informé de la possibilité de souscrire une assurance IA complémentaire .

Date et signature :



# Navire « LA BONNE ÉTOILE »

## Fiche médicale individuelle

*Nécessaire uniquement pour les grandes traversées*

Nom :

Groupe sanguin :

Prénom :

Poids :

Date de naissance :

Taille :

Antécédents médicaux / traitements en cours :

Médecin traitant :

Allergies connues :

Vaccinations : date du dernier rappel

Anti-tétanique :

Fièvre Jaune :

Autres vaccinations :

Antécédents de chirurgie :

Autres précisions utiles (éventuellement) :

# FAIRE SON SAC

Il est inutile de transporter trop d'affaires, que vous n'utiliserez pas et qui vont encombrer votre cabine. On peut faire laver / sécher en deux heures dans tous les ports.

Vos affaires doivent tenir dans un sac souple : les valises rigides sont impossibles à ranger dans les coffres. Si vous avez un sac étanche, c'est un plus sur certains bateaux.

Un sac trop grand est bien pratique : une fois qu'on a sorti les cirés, les bottes et le duvet on peut gérer facilement ses affaires sans tout sortir. Des équipets (placards) et des filets permettent d'organiser le rangement de vos affaires à bord si vous le souhaitez.

L'idéal est d'avoir plusieurs sacs ou pochons pour séparer les affaires : les chaussettes ; les sous-vêtements ; un sac de douche avec de grandes anses pour le suspendre ; un sac pour le linge sale.

## Cirés et vêtements pour la navigation

Privilégier des tenues confortables et non salissantes pour naviguer. Les vêtements techniques de montagne sont parfaitement adaptés au bateau. Des bons cirés coûtent chers mais c'est un investissement qu'on ne regrette jamais quand on navigue beaucoup. Une bonne salopette, dans laquelle on peut vivre plusieurs jours d'affilée, est plus importante qu'une veste qu'on enlève dès qu'on peut s'en passer.

Un coupe-vent suffit aux Antilles, des cirés et des bottes sont indispensables en Bretagne hors saison ou pour une grande traversée. On fait le point ensemble sur votre équipement à la réservation.

## CHECK-LIST

### L'essentiel

- ☐ Carte d'identité ou passeport
- ☐ Carte bleue
- ☐ Médicaments, ordonnance, lunettes de secours
- ☐ Lunettes de soleil
- ☐ Lampe frontale
- ☐ Leatherman ou couteau de poche
- ☐ Carnet de notes
- ☐ Bonnet en toute saison

### De quoi passer du bon temps

- ☐ Spécialités à partager avec l'équipage
- ☐ Appareil photo
- ☐ Instruments de musique
- ☐ Livres
- ☐ Matériel créatif
- ☐ Wing ou Kite
- ☐ Combinaison néoprène
- ☐ ...

### Effets personnels

- ☐ Duvet
- ☐ Sac de douche : trousse de toilette, serviette
- ☐ Sac pour le linge sale
- ☐ Sac de plage : maillot, tongs, serviette, casquette
- ☐ Tenue d'escalade
- ☐ Veste étanche de randonnée
- ☐ Pochon sous-vêtements
- ☐ Pochon chaussettes
- ☐ T-shirts / Chemise

### Pour naviguer (à adapter selon la saison)

- ☐ Chaussures bateau ou baskets à semelles blanches
- ☐ Short
- ☐ Jogging ou survêtement confortable
- ☐ Sous-couches techniques (haut et bas)
- ☐ Veste polaire
- ☐ Veste et salopette de ciré
- ☐ Bottes



**VENT DU LARGE**



*École de voile  
hors-piste & solidaire  
depuis 2005*

**Cédric Bar : 06 15 32 69 50**

**cedricbar@yahoo.fr**

VENT DU LARGE EST UNE ASSOCIATION LOI 1901  
SIEGE : 32 RUE GUIDICELLI - 13007 MARSEILLE  
JEUNESSE & SPORTS : 03111ET0029 • APE : 9312Z  
PRÉFECTURE : W313015524 • SIRET : 53088458400026

**ventdularge.org**