



# ZAPRASZAMY ZA NARTY I SNOWBOARD DO FRANCJI



## ORCIERES MERLETTE 10 – 17.03.2012 r.

Stacja: **ORCIERES MERLETTE**  
([www.orcieres.com](http://www.orcieres.com))

Rezydencja: **Le Chalet d'Orcieres**

Termin: **10 – 17.03.2012 r.**

Cena: **1049 PLN** w opcji autokarowej  
**1999 PLN** w opcji autokarowej

Orcières 1850 leży na skraju Parku Narodowego Ecrins między dolinami Champsaur i Valgaudemar. W ciągu ostatnich lat zmiany w infrastrukturze spowodowały, że aspiruje on do najlepszych ośrodków narciarskich w Alpach Południowych. Z pewnością jest jednym z najwyżej położonych. Orcières 1850 próbuje łączyć cechy, które są ważne dla najlepszych ośrodków narciarskich we Francji. Ten spokojny zakątek Alp jest doskonały dla osób

szukających zarówno spokoju jak i wszelkiego komfortu. Tutaj szczególnie odczujemy alpejskie słońce i klimat dochodzący ze słonecznego wybrzeża riwieri francuskiej. Atuty ośrodka to przede wszystkim kameralny klimat oraz ciepła i przyjazna atmosfera pośród tras i stoków sięgających wysokości 2725 m n.p.m. W całym regionie do dyspozycji amatorów białego szaleństwa oddano ponad 100 km tras narciarskich. Dokładnie 44 trasy z przewagą zielonych i niebieskich tworzą wspaniały region dla początkujących. Korzystając z rekreacyjnych i wyjątkowo nasłonecznionych tras 'Opoualand' lub 'Milka' można w pełni docenić charakter tego miejsca. Ze względu na swoją specyfikę stacja została oznaczona przez Ski Club France, tytułem Petit Montagnards dla ośrodków wyspecjalizowanych w obsłudze dzieci. Szczególnie w ostatnich latach świetnie rozwiniętą infrastrukturę narciarską zarówno dla narciarzy jak i snowboardzistów. Snow Park położony na wysokości 2280 m n.p.m. dostarcza szalonych wrażeń nie tylko na half pipe. Znajdziemy tutaj 2 boarder crossy, oraz zawodnicze stoki do zjazdu i slalomu. System sztucznego naśnieżania, gwarantuje dobre warunki przez cały sezon. Ponad 54% regionu objęte jest armatkami śnieżnymi. Natomiast innowacyjny system wyciągów Telemix zapewnia szybkie połączenia między wierzchołkami górującymi nad Orcières.

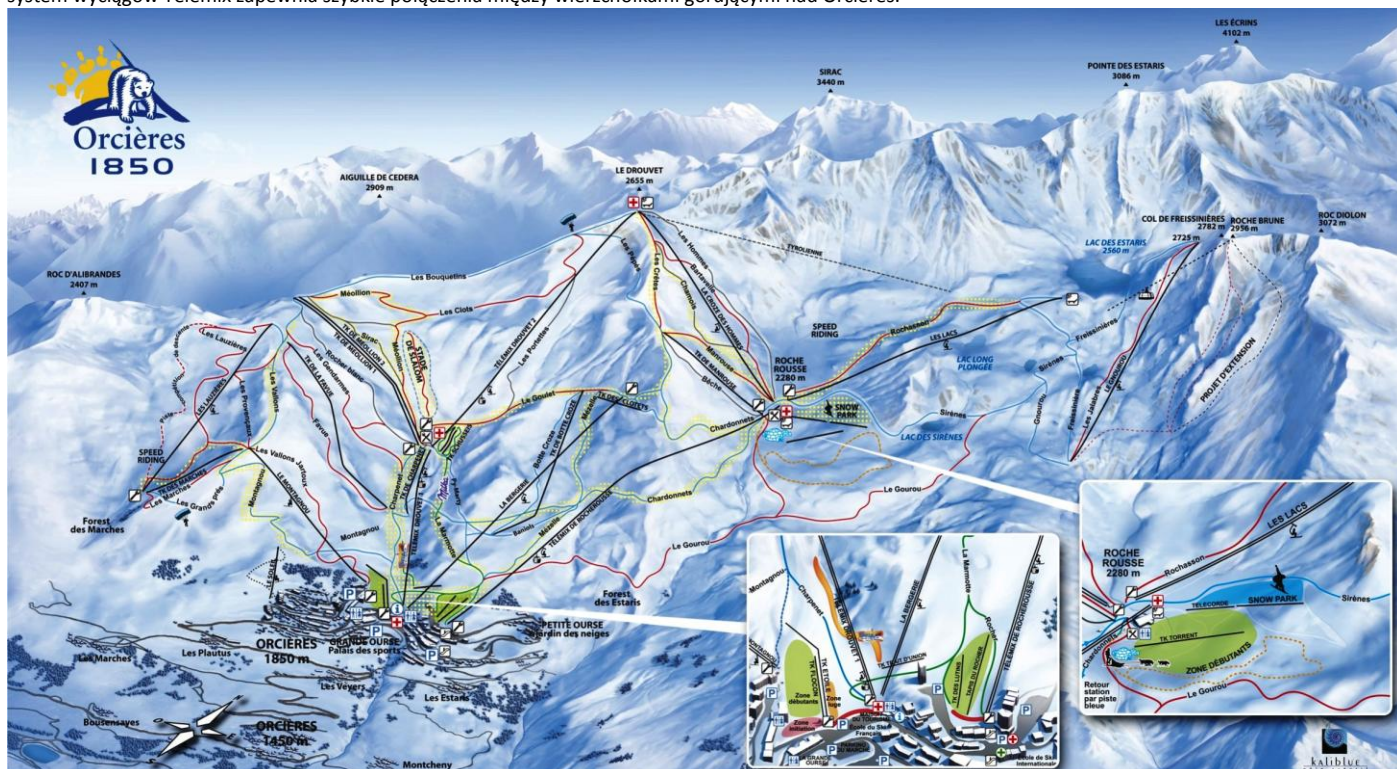
Akademicki Związek Sportowy Środowisko Warszawa  
zaprasza na narty i snowboard do Francji

# ORCIERES MERLETTE

1049 PLN AUTOKAREM  
1999 PLN SAMOLETEM

## 10 - 17.03.2012 r.

SZCZEGÓŁY [WWW.AZS.WAW.PL](http://www.azs.waw.pl) ZAPISY



Ośrodek dysponuje również trasami biegowymi, około 50 km. Znajdujące się w stacji Centrum sportowo-rekreacyjne „Wielki Miś” (**La Grande Ours**) ok. 3000 m<sup>2</sup> z basenem, sauną, kępielnią, jacuzzi, oraz lodowiskiem z pewnością umili czas wszystkim gościom szukającym wypoczynku po nartach. Specjały kuchni regionalnej, które znajdziemy w licznych chatkach górskich i restauracjach to świetna propozycja spędzenia wspólnie czasu. Bary i dyskoteki gdzie imprezy trwają do białego rana również dopełnią odpoczynek i zabawę apres Ski. W regionie znajduje się 44 tras położonych na wysokości 1850 m n.p.m. do 2725 m n.p.m: 7 tras zielonych, 14 tras niebieskich, 17 tras czerwonych i **6 tras czarnych**.



### Rezydencja le Chalet d'Orcieres

stanowi duży, tradycyjny szalet z drewna i kamienia, położony w sercu stacji, 50 m od wyciągu telemix (powrót do rezydencji na nartach) i 300 m od centrum rekreacyjno-sportowego. Posiada 72 apartamenty. W rezydencji oprócz apartamentów znajdują się: salon recepcyjny z kominkiem, sauna, sala fitness, parking zewnętrzny i wewnętrzny.

**Apartamenty** – we wszystkich apartamentach znajduje się pokój dzienny z rozkładaną kanapą dla dwóch osób, w pełni wyposażona kuchnia z płytą vitroceramiczną, kuchenka mikrofalowa z grillem, lodówką, zmywarką, okapem. Telewizja satelitarna (płatna). Łazienka z wanną lub/i prysznicem, wc. Indywidualne szafki do przechowania sprzętu narciarskiego. Balkon.

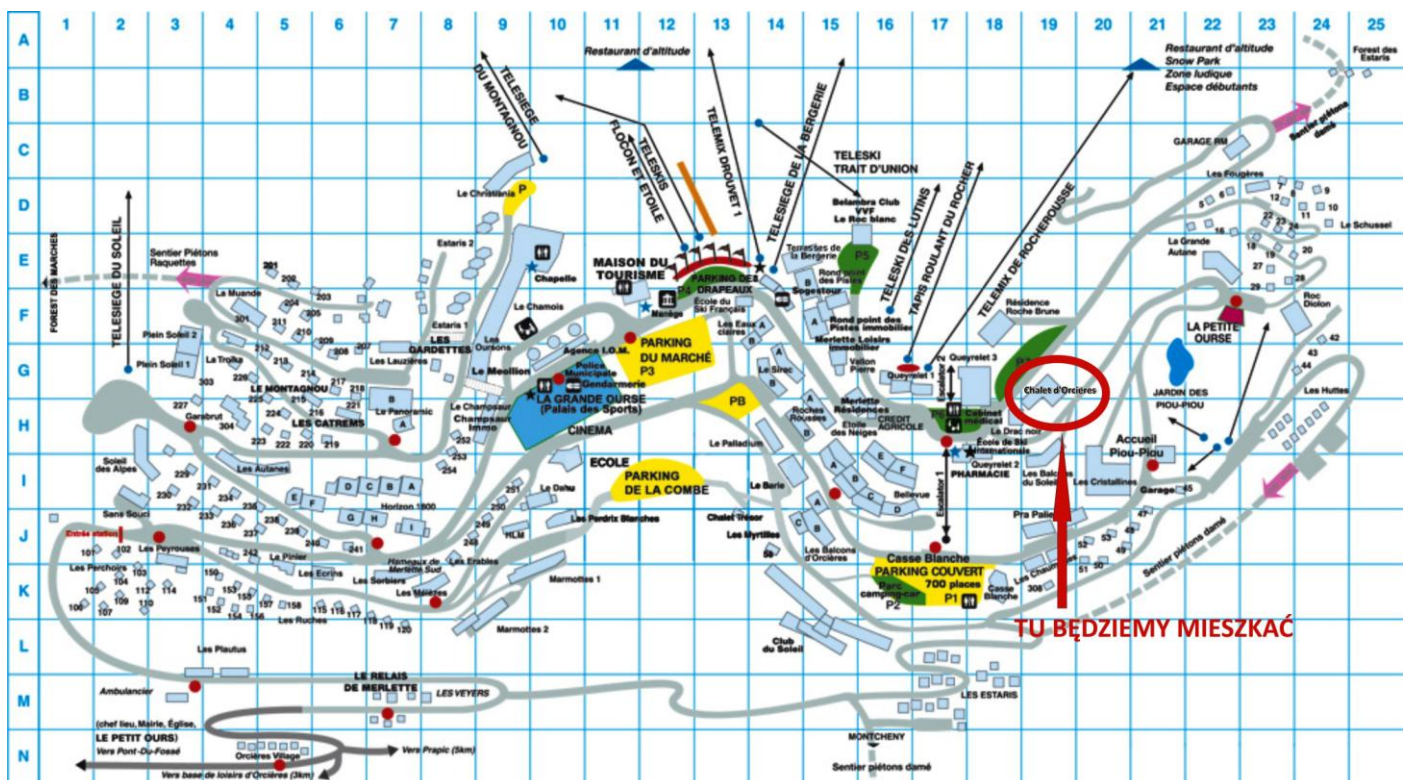


### Studio z kabiną lub apartament 2-pokojowy 4-osobowy:

pow. ok. 26-30 m<sup>2</sup>. Pokój dzienny z rozkładaną kanapą dla dwóch osób. Pokój lub kabina z podwójnym lub dwoma pojedynczymi lub piętrowym łóżkiem. Łazienka z wanną lub prysznicem i oddzielne wc (w niektórych apartamentach/studiach wc może być w łazience).



**Apartament 2-pokojowy z kabiną lub 3-pokojowy 6-osobowy:** pow. ok. 38-43 m<sup>2</sup>. Pokój dzienny z rozkładaną kanapą dla dwóch osób. Pokój z podwójnym lub dwoma pojedynczymi łóżkami. Pokój lub kabina z łóżkiem piętrowym. Łazienka z wanną i oddzielne wc.



## SZCZEGÓŁY OFERTY:

### Cena obejmuje:

- ✓ zakwaterowanie w rezydencji **le Chalet d'Orcieres**, apartamenty 4. i 6. osobowe,
- ✓ w opcji autokarowej - przejazd autokarem klasy Lux (siedzenia lotnicze, ac, barek, wc, video):
  - wyjazd z Warszawy w piątek 9.03.2012 r. (godz. 16.30) – zbiórka o 16.00 na parkingu przy Pałacu Kultury i Nauki od strony ul. Świętokrzyskiej, przyjazd do Orcieres Merlette w sobotę w godz. wieczornych,
  - powrót – wyjazd z Orcieres Merlette w piątek 16.03.2012 r. (ok. godz. 21.00), przyjazd do Warszawy w sobotę 17.03.2012 (godziny wieczorne),
- ✓ w opcji samolotowej - przelot samolotem (PLL LOT CHARTERS), transfer w 2 strony, opieka pilota/rezydenta, przewóz sprzętu narciarskiego, opłaty lotniskowe:
  - wylot z Warszawy do Grenoble w sobotę 10.03.2012 r. o godz. 13.25 – zbiórka / odprawa o 11.30 – port lotniczy Warszawa Okęcie Terminal 1, przylot do Grenoble o godz. 16.00, transfer z lotniska do Orcieres Merlette autokarem, przyjazd na miejsce w godz. wieczornych.
  - przylot do Warszawy (z Grenoble) w sobotę 17.03.2012 r. o godz. 19.30
- ✓ wstęp na saunę, salę fitness w rezydencji,
- ✓ 6 wejść do SPA GRANDE OURS (opis powyżej) – przy zakupie 6 dniowego skipassu
- ✓ dostęp do internetu WIFI,
- ✓ ubezpieczenie (PZU) **Travel + Ski**,
- ✓ zużycie z prądu i wody, podatek VAT, opieka pilota/rezydenta Biura Espace Trans.

**Cena nie obejmuje:** taksy klimatycznej, poszewek na pościel i ręczników (możliwość zabrania własnego kompletu), kaucji zwrotnej za apartament, końcowego sprzątnięcia (istnieje możliwość posprzątnięcia we własnym zakresie), skipassu (6 dniowy skipass na cały region Orcieres Merlette dostępny dla klientów AZS / Espace Trans w cenie grupowej – 120 euro).

## PRZEDMIOTY I SUMY UBEZPIECZENIA:

### TRAVEL:

- Koszty Leczenia (KL) - 40 000 PLN
- Następstwa nieszczęśliwych wypadków (NNW): Za 100% uszczerbku na zdrowiu: 10 000 PLN,

### SKI

- Koszty Leczenia (KL) z amatorskim uprawianiem narciarstwa i snowboardu - 80 000 PLN
- Koszty Ratownictwa górskiego (KR) - 50 000 PLN
- Odpowiedzialność Cywilna na osobie i rzeczy – 100 000 PLN

## SZKOLENIA NA STOPIEŃ INSTRUKTORA REKREACJI RUCHOWEJ AZS O SPECJALNOŚCI NARCIARSTWO ALPEJSKIE

### Kurs Instruktora Rekreacji Ruchowej Akademickiego Związku Sportowego o specjalności narciarstwo alpejskie.

(Autorski program szkolenia AZS przygotowany w oparciu o program nauczania narciarstwa zjazdowego SITN PZN)

#### 1. Część ogólna kursu – teoretyczna

**Część ogólna kursu** – poświęcona zagadnieniom ogólnym związanym z rekreacją ruchową oraz organizacją imprez sportowo – rekreacyjnych, w tym m.in. ze szkoleniem z pierwszej pomocy przedmedycznej. Ta część szkolenia prowadzona jest w formie wykładów, warsztatów i ćwiczeń. Obejmuje 50 godz. zajęć. Zajęcia prowadzone są w dwóch / trzech sesjach szkoleniowych. Podstawą zaliczenia tej części szkolenia jest pozytywne zdanie pisemnego egzaminu końcowego. Szkolenie w części ogólnej prowadzone jest w oparciu o autorski program Akademickiego Związku Sportowego. Absolwenci części ogólnej kursu instruktora rekreacji otrzymują Certyfikat Akademickiego Animatora Sportu. Raz ukończona część ogólna stanowi podstawę do ubiegania się o legitymację Instruktora AZS w różnych dyscyplinach (po zaliczeniu części specjalistycznej z danej dyscypliny).

- Część ogólna „Kursu Instruktora AZS” realizowana w PEDAGOGIUM Wyższej szkole Nauk Społecznych w Warszawie (ul. Marszałkowska 115 / Pl. Bankowy) w dwóch sesjach szkoleniowych. Termin zostanie podany po zebraniu zgłoszeń.
- Opłata **250 PLN**

#### 2. Część specjalistyczna kursu – szkolenie narciarskie

**Część specjalistyczna kursu** – poświęcona jest w całości zagadnieniom związanym z narciarstwem alpejskim. Szkolenie w tej części ma przede wszystkim wymiar zajęć praktycznych poświęconych nabywaniu umiejętności, zarówno w wymiarze osobistego doszkalania jak i również w kierunku zdobywania wiedzy metodycznej związanej z przyszłym wykonywaniem zadań w charakterze instruktora. Część specjalistyczna szkolenia to 100 godz. zajęć w tym ok. 25 % zajęć poświęconych jest wiedzy teoretycznej (sprowadza się to do podziału szkolenia na dwie „kolejne” części: teoretyczną i praktyczną). Szkolenie w części specjalistycznej prowadzone jest w oparciu o autorski program Akademickiego Związku Sportowego. Podstawą zaliczenia tej części szkolenia jest pozytywne zdanie egzaminu końcowego obejmującego zarówno umiejętności praktyczne jak i wiedzę teoretyczną. Absolwenci części specjalistycznej kursu instruktora rekreacji w danej dyscyplinie sportowej otrzymują stosowny Certyfikat ukończenia części specjalistycznej z narciarstwa alpejskiego, kursu instruktora rekreacji ruchowej AZS.

Ukończenie dwóch ww. części szkolenia i udokumentowanie ich stosownymi certyfikatami, jest podstawą do otrzymania legitymacji Instruktora Rekreacji Ruchowej Akademickiego Związku Sportowego. Uprawnienia te są uprawnieniami zawodowymi.

- Część teoretyczna i praktyczna szkolenia realizowana podczas pobytu w Orcieres Merlette w dniach 11 – 16.03.2012 r. w godz. 9.00 – 16.00 (część praktyczna) oraz w godz. 19.00 – 21.00 (część teoretyczna)
- Opłata **750 PLN**

### Nauka i doskonalenie jazdy na nartach pod opieką instruktorów narciarstwa.

- Zajęcia (5 dni x 2,5 godz. dziennie) w grupach max. 8 osobowych - opłata **250 PLN**

W związku z różnym stopniem umiejętności osób korzystających z tej opcji, planujemy prowadzić zajęcia na różnym poziomie zaawansowania. W związku z powyższym wypełniając formularz zgłoszeniowy prosimy aby:

- ✓ **Wariant A – dla początkujących** - wybierały osoby zaczynające naukę od „zera” oraz te, które miały epizodyczny kontakt z jazdą na nartach,
- ✓ **Wariant B – dla jeżdżących** - wybierały osoby, które już jeżdżą na nartach. W tej grupie również dostosujemy poziom szkolenia do poziomu umiejętności po przeprowadzeniu wstępnej weryfikacji.

Istnieje także możliwość wypożyczenia nart i snowboardów (ilość ograniczona): opłata za okres wyjazdu - **150 PLN**

### INFORMACJE PRAKTYCZNE - BAGAŻ

**Opcja autokarowa:** Biuro wprowadza limit bagażu Uczestnika na wszystkie wyjazdy autokarowe: 1 sztuka bagażu podręcznego do 5 kg i 1 sztuka bagażu głównego do 15 kg. Dla wyjazdów narciarskich dodatkowo 1 komplet sprzętu na osobę (narty / kijki / buty lub deska / buty), ale łącznie z bagażem nie więcej niż 25 kg. Ponieważ maksymalna ładowność autokaru jest ściśle limitowana prawem transportowym, Biuro / przewoźnik ma prawo odmówić zabrania na pokład bagażu przekraczającego opisany wyżej limit. Uczestnik imprezy autokarowej, zobowiązany jest do stawienia na 30 min przed planowanym wyjazdem.

**Opcja samolotowa:** Każdy pasażer wybierający się na narty może zabrać ze sobą bagaż główny do **16 kg+ jeden komplet sprzętu narciarskiego (narty lub snowboard w pokrowcu) do 10 kg** + jedna sztuka **bagażu podręcznego do 5 kg** o wymiarach nie przekraczających **55x40x20 cm** (zabierany na pokład samolotu). Przekroczenie wagi i wymiarów dotyczących bagażu wiąże się z koniecznością poniesienia dodatkowych opłat według taryfy przewoźnika.

### CO NALEŻY ZROBIĆ ABY Z NAMI POJECHAĆ:

- wypełnić deklarację dostępną na stronie [www.azs.waw.pl](http://www.azs.waw.pl), oraz przeczytać i zaakceptować regulamin
- wpłacić należną kwotę - po wypełnieniu deklaracji, zostanie wysłany mail ze szczegółami dotyczącymi płatności z numerami kont i tytułem wpłat:
  - ✓ zaliczka za wyjazd – I rata – w wysokości 700 PLN (opcja autokarowa) i 1 200 PLN (opcja samolotowa) na konto Biura Espace Trans,
  - ✓ zaliczka za szkolenie – I rata – 50 % wartości wybranego szkolenia na konto AZS Środowisko Warszawa,
- opłacić drugą ratę opłaty za wyjazd oraz za wybrane szkolenie w terminie nie późniejszym niż 2.03.2012 r.
- stawić się na wyznaczoną zbiórkę, z niezbędnymi dokumentami i odpowiednio spakowanym bagażem (ilość sztuk, limity kg).

Jednocześnie informujemy że w dniu 6.03.2012 r. (wtorek) planujemy organizację spotkania przedwyjazdowego. Szczegóły zostaną wysłane mailem.

### KONTAKT Z NAMI:



Organizatorem wyjazdu i szkoleń jest Akademicki Związek Sportowy Środowisko Warszawa,  
ul. Szpitalna 5, 00-031 Warszawa

tel. (22) 828 59 55, (22) 827 28 63, [www.azs.waw.pl](http://www.azs.waw.pl) e-mail: [warszawa@azs.pl](mailto:warszawa@azs.pl)

Touropoperatorem jest Biuro Podróży ESPACE TRANS [www.espacetrans.pl](http://www.espacetrans.pl)

