



SEMINAIRE MEDECINE ET VENT
ILE MAURICE





ILE MAURICE - LE MORNE



Du 26 juin au 12 juillet
(Du 27 au 11 à Maurice)



/ LE SPOT

L'île Maurice est un lieu incontournable de la planète glisse. Cette terre est magique et envoûtante avec ses lagons turquoises, sa flore et ses senteurs.

Le Morne est le point de rencontre des rideurs venus des 4 coins de la planète. Face au rocher du Morne, kitesurfez les meilleures vagues du monde.

Le centre ION CLUB (anciennement Club Mistral) se trouve directement sur la plage de l'hôtel Indian Resort. Le centre propose des stages de kitesurf dans une baie protégée à quelques centaines de mètres du centre principal. Sur cette baie, vous avez pied et pouvez évoluer en toute sécurité.

Matos : Une quinzaine de planches et une trentaine d'ailes (de 4 à 14m²) de kite North Kiteboarding de l'année.

Combiné Windsurf / Kitesurf / Surf possible (cours / location).





/ LE SPOT

Devant le centre **ION CLUB**, un lagon bordé d'un reef à 600 m permet d'évoluer sans difficulté. Son fond de hauteur très variable permet d'avoir pied assez loin de la plage. Idéal pour ceux qui souhaitent se perfectionner. Néanmoins, munissez vous de chaussons puisque le corail y est fortement présent .

Une zone plus abritée est réservée à l'**initiation** tandis que ceux **débutant dans les vagues** pourront s'essayer sur Little Reef sans danger. Ce spot est situé devant le centre à environ 400 m de la plage.

Les plus avertis équipés de talkie-walkie partiront en mini groupe sur **Manawa**, situé à 2 km, plus au vent de la côte sur le reef extérieur. On se contentera de regarder One Eye de loin car attention, située sous le vent , cette vague se creuse de manière très puissante et casse sur le reef affleurant !

Le foil est possible uniquement à marée haute dans le lagon.





/ ENTRE TERRE ET MER

Côté terre, de nombreux sites à découvrir sur l'île, le jardin pamplemousse est un des plus visités, situé près de Port Louis ce jardin botanique abrite une grande variété de plantes tropicales. Chamarel la terre aux 7 couleurs est quant à elle une véritable curiosité volcanique, à ne pas manquer pour ses couleurs uniques au monde. La maison Eureka, est une beauté coloniale qui date de 1830, elle possède un magnifique jardin entouré des cascades de la rivière Moka. Sans compter Port-Louis, la Capitale, Cap Malheureux et sa fameuse église au toit rouge...la liste est longue, vous l'aurez compris ! Mais n'oubliez pas de faire un détour par l'une des rhumeries de l'île certaines sont de toute beauté.

Côté mer, vous ne serez pas en reste. Outre la pratique des sports de glisse vous pourrez aussi vous adonner aux plaisirs de la randonnée subaquatique dans le lagon de Blue Bay, plonger en mer, nager avec les dauphins dans la baie de Tamarin, mais aussi tester le scaphandre ou plus étonnant encore le sous marin ! Et oui l'île Maurice ne manque décidément pas de surprises !



RIU CREOLE



/ LE RIU CREOLE

Rénové l'hiver dernier, l'hôtel Riu Creole**** fait partie d'un complexe de 2 hôtels. Situé sur le front de mer de la plage du Morne, directement sur le spot, Le Riu Creole vous accueille pour un séjour dépaystant face au lagon du Morne Brabant.

Les services :

- Piscine : 2 piscines d'eau douce, piscine pour enfants, transats-parasols et serviettes gratuits à la piscine.
- Terrasses-solarium
- Wifi : wifi gratuit dans les parties communes de l'hôtel, wifi payant dans les chambres.
- Boutique/kiosque





/ RIU CREOLE

Chacun des restaurants de l'hôtel propose un style de cuisine différent et une atmosphère particulière.

Les restaurants :

- La gaulette : restaurant principal avec terrasse
- Bangalore : restaurant indien
- Kaori : restaurant asiatique
- Savanne ouvert 24/24 : bar et snack bar avec terrasse (en tout inclus)
- La Cambuse : lobby Bar et snack avec terrasse
- Sega : lounge bar
- Tamarin : bar sur la plage

Formule tout compris 24h/24.





/ RIU CREOLE

Formule tout compris, port du bracelet All Inclusive obligatoire.

- Sports et activités : salle de gymnastique, ping-pong, beach-volley, kayak, matériel de snorkeling, 1 initiation à la plongée en piscine, jacuzzi et bain turc.
- RiuFit, plusieurs fois par semaine : dos sain, aquagym, stretching, bums-legs-tums.
- Animations : animation pour adultes en journée (quotidien), activités au studio RiuArt (6 fois par semaine), musique live, spectacles ou animation soirée Riu (quotidien), Karaoke (plusieurs fois par semaine).
- Discothèque : entrée et consommations à la discothèque (ouverte 6 soirs par semaine)

Renova Spa

Une équipe professionnelle vous accueille dans un cadre luxueux, raffiné et zen. Elle vous propose tout un choix de massages, salon de beauté et coiffeur (payant).

Bains bouillonnant, hammam et salle de sport : gratuit.





ION CLUB



ION CLUB

Le centre ION CLUB se trouve directement sur la plage de l'hôtel Indian Resort, dans un environnement parfait pour les familles, à proximité de la piscine, d'un restaurant et du beach bar.

Le centre ION CLUB propose des stages de kitesurf dans une baie protégée à quelques centaines de mètres du centre principal. Sur cette baie, vous avez pied et pouvez évoluer en toute sécurité. Une quinzaine de planches et une trentaine d'ailes (de 4 à 14m²) de kite North Kiteboarding de l'année.

Possibilité de cours de surf tous niveaux et / ou location (Bic de 5'10 à 9'0). Excursions sur Tamarin sur demande.

Combinés Windsurf / Kitesurf / Surf possibles (cours et / ou location).





/ Votre séjour

Séjour Séminaire médecine et vent du 26 juin au 12 juillet 2017

Votre séjour comprend :

Vol Emirates Paris Maurice via dubai

Transferts aller retour

14 nuits au Riu Créole en chambre latérale vue mer base double (chambre à partager possible en option avec autre participant) en formule all inclusive du 27 au 11 juillet 2017

Tarif : 2 150€

Votre séjour ne comprend pas :

Les suppléments bagages hors franchise de la compagnie aérienne

Les assurances optionnelles "Multirisques Tranquilité" et extension "Spécial Rider" (assurance casse et garantie vent).

Les options



/ Votre séjour

En Option

Supplément single : 750€

Supplément chambre supérieure : 125 €

Supplément départ Province : 50€

ION Club:

Supplément storage sécurité sur le spot : 110€

Supplément location de kite sur 13 jours : 430€

Supplément location de windsurf sur 13 jours : 430€

Supplément stage kite 10h semi privé : 420€

N'embarquez que votre bonne humeur, nous nous occupons du reste !



/ Votre séjour

Droits d'enseignement : 200 euros (la participation aux enseignements entraîne la délivrance d'un certificat de présence pour déductibilité fiscale du voyage), géré par l'association

Seminaire participatif : présentez un topo d'une durée d'une heure, et bénéficiez d'une réduction sur l'inscription.

Renseignements séminaire médical: Dr PROTHOY docteurprothoy@gmail.com

Orateurs : Dr PROTHOY Ivan, médecin du sport, et d'autres selon recrutement



/ Votre séjour

Pré Programme d'enseignement :

Ré athlétisation du sportif blessé

Les tendinopathies: du diagnostic au traitement

La première luxation antéro interne d'épaule

Les luxations récidivantes: indications du traitement chirurgical

Pathologies acromio claviculaires chroniques: prise en charge médico chirurgicale

L'entorse de cheville et ses diagnostics différentiels

Syndromes de loges

Le coude du golfeur

Le syndrome du piriforme

Ressaut distal du biceps fémoral

Pathologies de la musculature

La posturologie: initiation

Traitement chirurgical du LCA : qui opérer? Comment?

La rhizarthrose

Lésions du psoas

-entorse de la MP du pouce

Mythes en nutrition du sportif

Le ménisque dégénératif.

Nombreux ateliers pratiques d'examen clinique, propices aux échanges de Médecine du Sport et rééducation des Hautes Alpes

Contactez nous et partez rider !

Renseignements séminaire médical:

Dr PROTHOY

docteurprothoy@gmail.com

Renseignement voyage - Fun and Fly :

Nicolas Durand Keller

nicolas@fun-and-fly.com

04 88 66 48 45

