

Bonjour à tous,

Vous avez choisi de passer vos vacances avec nous, bon choix ! Autour de nos passions communes, le ski, la danse, la fête, nous allons pouvoir partager des moments uniques tout au long de cette semaine de folie. On vous prépare des cours variés et des soirées à thèmes. Les professeurs viendront de la France entière, d'Espagne et de Belgique pour vous offrir des cours au top!

Ci-dessous, vous trouverez un récapitulatif des informations utiles pour votre séjour.

PS : Ce séjour est organisé par une association de danse. Nous ne sommes pas spécialistes de l'organisation de voyages. Nous faisons donc tout notre possible pour que votre séjour soit parfait, mais Nous ne pouvons répondre à toutes les demandes individuelles ni fournir une prestation type « Club Med ».

Transport Pour les personnes ayant souscrit à l'option

**Train au départ de Paris**

Votre contact le jour du voyage Karim tél 06 20 68 48 40  
à privilégier la messagerie WhatsApp

RDV samedi 11 janvier 2020 10h15 PARIS GARE DE LYON TGV 6437

Retour samedi 18 janvier 2020 TGV 6420 | 2nde classe  
09h36 AIME LA PLAGNE ARRIVER A 14h08 PARIS GARE DE LYON

Transport Pour les personnes ayant souscrit à l'option

**BUS au départ de Lyon**

Votre contact le jour du voyage tél 06 62 97 34 97

RDV samedi 11 janvier 2020 12h30 Gare / Aéroport Lyon-Saint Exupéry

Retour samedi 18 janvier 2020  
12h30 Gare / Aéroport Lyon-Saint Exupéry

**Check in Samedi 11/01 à partir de 16h**

Remise des clés, Remise des Food Packs et des Forfaits de Ski.  
Important ! Prévoir : Un chèque de caution de 150 euros par personne  
Taxe de séjour : environ 1,00 € par personne par nuit (faire l'appoint)

**Check out : le samedi 18/01 à 10h00 au plus tard**

(N'oubliez pas de prendre Rdv à l'accueil pour l'état des lieux de départ)

**Résidence Cassiopée**

station Belle Plagne Adresse : D224, 73210 Mâcot-la-Plagne  
Belambra Club Cassiopée Belle Plagne  
<http://www.belle-plagne-premium.com/location/belambra-cassiopee/>  
vidéos residence  
<https://youtu.be/rNoS4klzREc>

**LA REPARTITION DANS LES LOGEMENTS :**

Cette année nous aurons essentiellement que des studios 4 personnes  
(ou pour 2 personnes pour ceux qui ont souscrit à l'option).

Studio 4 sont composés d'un canapé lit gigognes (2 couchages) et 2 lits superposés Généralement en cabine.

Vous avez formulé le souhait d'être avec certaines personnes : nous en avons tenu compte au maximum.  
Si vous n'avez pas formulé de souhait : nous vous avons placé dans un appartement en fonction de quelques critères (âge, sexe, réponses au formulaire de répartition).

NB : Selon les places disponibles, nous ne pourrons peut-être pas satisfaire toutes les demandes et cela malgré tous nos efforts. Vous comprendrez que cette expérience s'inscrit aussi dans le partage, la tolérance et le respect des autres. Soyez donc conciliants et, si besoin, faites le petit effort qui fera la différence et permettra une meilleure cohabitation.



**LES COURS DE DANSE**

A moins de 100m de la Résidence, les cours se dérouleront à la salle des congrès divisible en deux ou trois salles.

Les cours sont repartis sur 3 niveaux : débutant, inter/avancé et tous niveaux

**Important** : La présentation du bracelet à l'accueil de la soirée est obligatoire. Si vous perdez le bracelet l'entrée à la soirée coûtera 25 Euros

Échange de bracelet si abîmé ou inutilisable 5 Euros

	HEURES	DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<b>S A L L E 1</b>	16H - 17H					<b>BOOTCAMP RUEDA</b>	<b>BOOTCAMP RUEDA</b>
	17H - 18H	Salsa Cubaine	Shines	Salsa Cubaine	Salsa Porto		
	18H - 19H	Salsa Cubaine	Salsa Porto	Salsa Cubaine	Salsa Porto	Salsa Cubaine	Salsa Porto
	19H - 20H	Salsa Porto	Salsa Porto	Salsa Ladies & Men Style	Urban Fusion	Salsa Guidage & Connexion	Salsa Porto
<b>S A L L E 2</b>	16H - 17H			<b>BOOTCAMP BACHATA</b>	<b>BOOTCAMP BACHATA</b>		
	17H - 18H	Bachata Footwork & Shines	Bachata sensuelle			Bachata Footwork & Shines	Ladies
	18H - 19H	Bachata Moderne	Bachata Fusion	Bachata Guidage & Connexion	Bachata Moderne	Bachata Sensuelle	Bachata Moderne
	19H - 20H	Bachata Moderne	Bachata Fusion	Bachata Connexion & Body move	Bachata Moderne	Bachata Sensuelle	Bachata Moderne
<b>S A L L E 3</b>	17H - 18H	Zouk	Kizomba	Semba	Afro	Kizomba	Urban Kiz
	18H - 19H	Kizomba	Kizomba	Semba	Urban Kiz	Kizomba	Urban Kiz
	19H - 20H	Kizomba	Kizomba musicalité	Yoga	Urban Kiz	Yoga	Massages thai
	Niveau débutant		Niveau intermédiaire		Tous niveaux		Bootcamp

**LES THÈMES DES SOIRÉES DÉGUISÉES** Une bonne occasion de faire la fête plus plus plus !



Samedi : thème libre

- Dimanche : DISCO Amenez vos plus belles tenues flashy pour apporter de la joie et de la bonne humeur
- Lundi : MILITAIRE Vêtements camouflage ou kaki, maquillage de guerriers...
- Mardi : 50 nuances de Gris
- Mercredi après midi : Thème manif gilets jaunes sur les pistes l'après-midi
- Mercredi : Venez comme vous êtes !
- Jeudi : Beach or Bitch Party, choisissez votre orthographe pour une soirée muy caliente !
- Vendredi : Soirée Moches Le ridicule ne tue pas... On compte sur votre imagination et votre humour pour une soirée mémorable, la dernière du séjour

**LES REPAS :**

Ils sont sous forme de FOODPACK comprenant les produits alimentaires pour préparer vos petits déjeuners, repas du soir, et pique-nique du midi. Un kit d'entretien est également fourni.

*Exemple ci joint à titre indicatif*

**Suggestions :**

Pour le déjeuner, retrouvons-nous en petits groupes pour pique-niquer / dans les restos d'altitude

Pour le dîner, regroupez vos provisions par appartement, cuisinez et mangez ensemble !

# Simply

Une formule classique avec des produits variés simples à préparer.

Existe au format 2 personnes

**Petits déjeuners :**  
café, thé, chocolat, brioche, beurre, Nutella, miel, confiture, œufs, lait (1L/pers), jus de fruit (1L/pers).

**Pique-niques et encas :**  
salami, jambon blanc, pâté de campagne, fromages, salade de surimi, salade piémontaise\*, chips, fruits, biscuits.

**6 repas pour le soir :**

<p><b>1</b></p> <p>Salade de betteraves Steak Haricots verts Yaourt nature</p>	<p><b>2</b></p> <p>Carotte râpées Poulet au curry Pâtes Mousse au chocolat</p>	<p><b>3</b></p> <p>Salade de betteraves Boulettes milanaises Pommes de terre Compote</p>
<p><b>4</b></p> <p>Soupe Quenelle de brochet Riz Yaourt aux fruits</p>	<p><b>5</b></p> <p>Soupe Porc sauce moutarde Lentilles Flan</p>	<p><b>6</b></p> <p>Œufs durs mayonnaise Spaghetti Sauce bolognaise Fromage râpé Fruit</p>

\*uniquement dans les box 2 personnes

**Kit entretien :**  
sacs poubelle, papier toilette, serviettes en papier, éponge, liquide multi-usage, pastilles lave-vaisselle.

**Kit assaisonnement :**  
sucre, sel, poivre, moutarde, ketchup, mayonnaise, sauce salade.

Réf. Box 1 pers : 21AX  
Réf. Box 2 pers : 22AX

**CONTACTS**

Pour les dernières infos durant le séjour, organisations cours de ski et autre

**il faut s'inscrire sur le groupe ci-dessous :**

<https://www.facebook.com/groups/699910703836529/>

Question complémentaire ? contactez-nous sur : [mdanceevent@gmail.com](mailto:mdanceevent@gmail.com)

[www.mdance.fr](http://www.mdance.fr)

L'équipe M'Dance – Salsa SKI