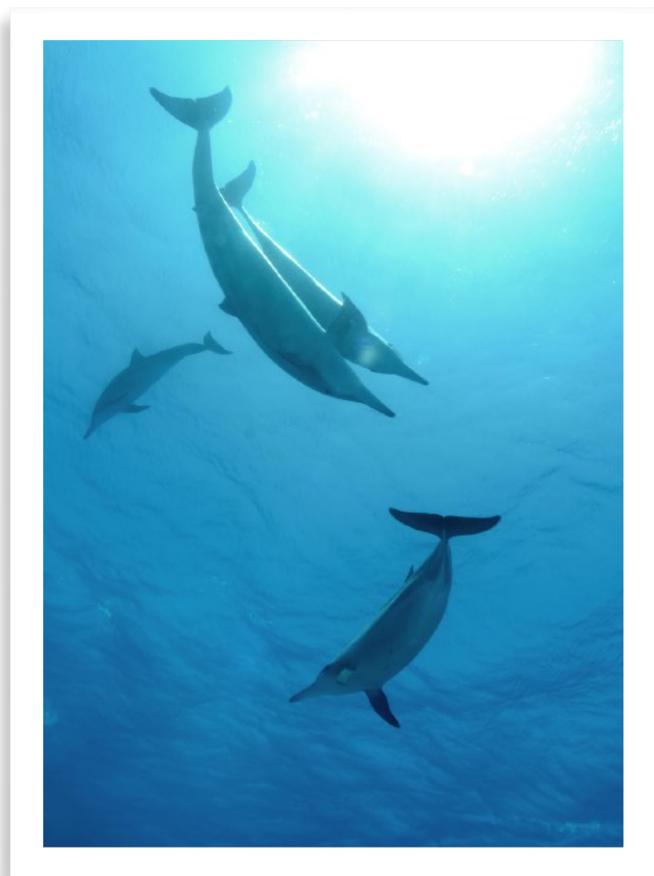




# Dauphins et Initiation apnée delphinienne



## **EGYPTE - SUD MER ROUGE**

*Du dimanche au dimanche: 2 - 9 Novembre 2025*

Prix hors vol: **1670€** et **1570€**

Avec **Frédéric Chotard** (Instructeur MEF2 ffesm)  
)

**[www.sea-dolphin.fr](http://www.sea-dolphin.fr)**



## Les dauphins de Sataya

Imaginez-vous une semaine en plein coeur de la Mer rouge, tranquillement protégé par la barrière corallienne d'un lagon de 5 kms de diamètre en forme de coeur, en train de nager en toute liberté avec une centaine de dauphins. Imaginez-vous en train de d'entendre leurs sifflements, de les sentir tout près de vous et de plonger votre regard dans leur yeux d'une bienveillance infinie. Imaginez-vous ressentir leur énergie, leur amour et profiter de leur sagesse. Et puis, imaginez-vous revenir de cette incroyable rencontre à bord d'un bateau somptueux...



Dans ce lagon aux eaux turquoise et peu profondes à quelques miles d'un désert de montagnes arides au sud de l'Egypte, plusieurs groupes de dauphins à longs becs (*Stenella Longirostris*) se réunissent régulièrement dans la journée pour s'abriter des conditions parfois difficiles des grandes profondeurs de la mer rouge. Ici, les dauphins sont totalement libres, et pour une fois à cet endroit, c'est l'homme qui va vers l'animal et non l'animal qui doit sacrifier sa liberté pour satisfaire le plaisir ou la curiosité de l'homme.

Si la rencontre en milieu naturel offre une authenticité absolument incomparable, elle requiert cependant une attitude très respectueuse des espèces visitées. Ainsi la croisière est encadrée par un spécialiste de la rencontre avec les cétacés, qui garantit le respect des animaux dans leurs besoins sociaux et favorisent les meilleures rencontres possibles entre les hommes et les dauphins en sécurité.

Si l'expérience a montré qu'aucun de nos stages ne nous a privé de dauphins, nous ne pouvons néanmoins garantir ces rencontres à 100%, la liberté des dauphins laissant à chaque croisière une part d'inconnu.





## LE BATEAU

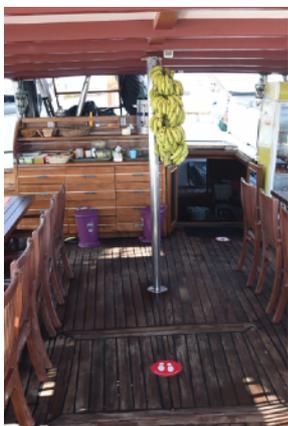
Le bateau proposé pour cette expérience est un grand voilier de charme de 30 m tout en bois, type goélette d'origine turque. Très confortable, il dispose de 10 cabines doubles, toutes équipées d'un grand et d'un petit lit, de draps, de serviettes, d'une salle de bain privative avec douche et toilettes ainsi que l'air conditionné.



3 repas à orientation « **DETOX** » sont servis chaque jour, tous pensés par une diététicienne certifiée et créés par un chef Egyptien dont le talent s'exprime ici avec brio! **Les menus peuvent satisfaire les végétariens comme les non-végétariens.** Les boissons non alcoolisées sont incluses.



Coté équipement, le bateau dispose d'un zodiac avec moteur 4T de 100 cv (moins bruyant et moins consommateur d'essence) pour aller à la rencontre des dauphins en mer. Un deuxième zodiac de secours est également disponible.





SEA DOLPHIN



## L'ENCADREMENT :



*Frédéric CHOTARD, pratique l'apnée avec les dauphins sauvages depuis 1994. Moniteur d'apnée FFESSM (MEF2) et de plongée (PADI OWDI), photographe sous-marin, il commence ses premières expériences delphiniennes en Floride, puis parcourt le monde à la recherche d'autres sites de rencontres avec les cétacés. En 2003, il découvre le lagon des dauphins de Sataya en Egypte et fonde « Sea Dolphin » le premier organisme à proposer des séjours « spécifiquement dauphin » sur ce site. Pour apporter plus de profondeur et de sens aux expériences avec les dauphins, il sera également le premier organisme à proposer des thèmes aux séjours « dauphins » sous forme de stages en développement personnel. De ses expériences avec les dauphins et sa pratique répétée de l'apnée avec eux, il développe dès 2010 une autre facette de l'enseignement de l'apnée qu'il appelle « apnée delphinienne » moins axée sur le sport et la compétition et plus sur l'aspect collectif, artistique et thérapeutique de cette discipline. Avec plus de 200 semaines passées sur le site en 21 ans il est devenu expert de cette population de dauphins en Mer Rouge et jouit d'une expérience hors du commun. Par ailleurs, il est devenu en 2010 praticien de watsu (water-shiatsu) et de wata (danse aquatique), techniques de relaxation et de massages aquatiques.*

## NOTES SUR LA MER ROUGE

Coté météo, vous êtes presque sûrs à 99% d'avoir du ciel bleu et un soleil de plomb lors de votre séjour, les jours de pluie annuel en Mer Rouge se comptant sur les doigts d'une main! Attention donc au soleil et prévoir chapeau, casquette, crèmes solaires impérativement **(de préférence qui n'abîment pas les coraux)**.

Pendant les mois de mai juin la température de l'eau se situe entre 28 et 30°C. Il est recommandé toutefois de prévoir un shorty ou une combinaison fine (1 à 2mm) surtout pour le soleil et les ateliers autour de l'apnée (on se refroidit plus vite)..

## COTE VALISE

Comme vous serez la quasi-totalité du séjour sur la bateau, il n'est pas utile de se charger pour rien. Une fois sur le bateau, les chaussures quittent les pieds définitivement donc pas besoin de chaussures autre que celles que vous utiliserez pour voyager. Compte tenu du temps chaud et sec prévoyez des vêtements légers sachant que l'on passe la majeure partie du temps en maillot de bain (sauf en mars et



SEA DOLPHIN

avril octobre novembre où un pull le soir peut être nécessaire). Ne pas oublier en tout cas, vos maillots (au moins 2), lunettes et crèmes solaire à haut indice de protection (**qui, de préférence, n'abiment pas les coraux**), chapeau ou casquette... **Pour les séances de pont, prévoyez une tenue décontractée et légère. Des tapis de yoga sont à disposition sur le bateau.**

**Il est conseillé d'utiliser plutôt des shampooings, savons et crèmes non nocifs pour l'environnement marin.**

**De même, pour limiter la pollution de bouteille plastique, nous incitons les participants à boire dans une gourde que l'on peut remplir à une fontaine d'eau minérale et de limiter toute forme de plastique jetable. Il est conseillé également de ramener ses emballages plastiques.**

Le bateau est équipé de nombreuses prises 220V pour les appareils électroniques : portables, appareils photo ou vidéo etc.. N'oubliez pas vos chargeurs ! **Sur le bateau le réseau 3 ou 4G passe mais assez mal (surtout sur le site des dauphins) et seulement à certaines heures (plutôt le soir). Les appels sont chers mais les sms sont sans doute le meilleur moyen de donner des nouvelles n'ayant pas de wifi à bord. En arrivant en Egypte ne pas mettre son téléphone en mode avion, mais bien mettre la fonction « itinéraire à l'étranger désactivée » ainsi vous aurez la connexion au téléphone pour les sms (qui ne sont pas chers) mais pas la 3G dont le prix au Mo est exorbitant!**

Concernant l'avion, **ne pas oublier de ne pas emporter de liquide dans votre sac à main, ni crèmes ni objets tranchants ils vous seraient confisquer au passage de la douane.**

## **CONDITIONS DE PARTICIPATION :**

**Cette croisière est ouverte à toute personne** en bonne santé, sans contre-indication médicale pour la pratique de la pleine conscience, de la nage en mer, de la randonnée aquatique ou de l'apnée (pour ceux qui veulent s'y initier) et sachant nager correctement. **(un certificat médical de non contre-indication est désormais demandé par chaque participant).**

Il n'y a pas de niveau requis en apnée, tout le monde peut participer.

**Ce programme est particulièrement adapté aux familles (à partir de 8 ans).**

**Il est cependant important que les personnes qui s'inscrivent soient en phase avec la thématique de la croisière pour une bonne synergie de groupe.**

Nous insistons sur le fait que les nuits se passent à bord du bateau (dans un lagon toujours protégé) et qu'il n'y a pas de descentes à terre prévues pendant la croisière.

Les mouillages se font toujours dans un lagon protégé mais les traversées en pleine mer le premier et dernier jour peuvent parfois être houleuses (prévoir des médicaments pour les personnes ayant le mal de mer juste pendant ces moments)... Sinon, le reste de la semaine même avec beaucoup de vent le bateau est protégé des vagues dans le lagon donc il n'y a pas de problème de mal de mer.

### **POUR LE MATÉRIEL DE NAGE ET D'APNÉE :**

Vous pouvez soit prendre votre propre équipement soit louer sur place (palmes et masques d'apnée, monopalmes (peu) – voir la fiche de location si nécessaire) ou acheter (Masque apnée, tubas frontaux, tubas simples, combinaison de nage fines, ceinture de plombs caoutchouc, chaussons néoprène 3mm)..



SEA DOLPHIN

La température de l'eau devrait se situer autour de 27 à 30°C selon les périodes. Même si l'eau peut paraître chaude il est recommandé **de prévoir un shorty ou une combinaison fine (1 à 2mm)** surtout pour les ateliers autour de l'apnée (on se refroidit plus vite), et pour se couvrir du soleil.

Si vous avez une monopalme, il est conseillé de l'emporter (dans ce cas, bien l'emballer et de l'enregistrer en soute avec une étiquette « fragile »). Nager avec une monopalme est vraiment une expérience fantastique mais nécessite une bonne maîtrise du mouvement. Cela va tout à fait dans l'esprit de cette croisière mais au début il est préférable d'« onduler » avec des bi-palmes pour s'entraîner au mouvement avant de passer à la monopalme. Possibilité d'en louer aussi sur place si jamais.



## LE PROGRAMME

Au programme : Lever de bonne heure et nage avec les dauphins dans une eau autour de 30°C. s'ils sont bien au rendez-vous. Puis, après un copieux petit déjeuner un moment sera consacré à un atelier de pont ou à la farniente puis retour dans l'eau avec les dauphins. Déjeuner et repos (bien mérité). Pour ceux qui le souhaitent, retour dans l'eau pour améliorer ses techniques de nage et d'apnée. Vous apprendrez au cours de cette croisière à utiliser votre respiration de manière optimale, à assouplir vos muscles et vous serez initié à l'apnée (si vous le souhaitez). **Ce programme est particulièrement adapté aux familles.**

\*\*\*\*\*

J1 : Départ en vol charter le samedi vers Marsa Alam ou Hurghada (4 ½ h de vol). L'avantage d'arriver à Marsa Alam est le temps de transfert en bus vers le bateau plus court (6h depuis Hurghada et 2h30 depuis Marsa Alam). A l'arrivée, accueil et transfert en minibus vers la marina de départ du



bateau. Arrivée sur le bateau dans la journée ou dans la nuit selon les horaires d'avion et installation dans les cabines.

J2 : Dimanche, formalités administratives et départ le matin vers le lagon des dauphins. Sur le trajet, Stop sur un lagon si la mer le permet, essai des matériels de nage et mise en « palme » des participants. Présentation du groupe et de l'organisation de la semaine. En soirée, conférence sur les dauphins. Nuitée sur le site.

J3-J7 : Les jours s'articulent autour de la rencontre des dauphins selon leur désir d'interagir, souvent le matin. Sinon, en partie le matin et dans l'après-midi le temps sera consacré aux autres activités autour du thème, travail sur le pont etc... et exploration des fonds marins qui sont également magnifiques .

J7 : Dernière immersion avec les dauphins et départ du lagon dans la matinée en direction de la marina. Stop sur un lagon, déjeuner et retour à la Marina vers 16h. Nuitée sur le bateau ou transfert vers l'aéroport, selon les horaires de vol retour.

J8 : Transfert à l'aéroport et retour Europe. Note : Les repas après le petit-déjeuner du samedi ne sont pas compris. Ce programme est indicatif et peut varier selon les conditions météo et les surprises de la Nature. Le groupe sera composé d'un minimum de 16 personnes payantes et d'un maximum de 18 personnes .

### **Les points forts de cette expérience:**

- **La rencontre consciente et respectueuse des dauphins sauvages par l'organisme pionnier Sea Dolphin sur le site de Sataya (21 ans d'expérience).**
- **L'accès à un enseignement original de l'apnée dispensé par F.Chotard favorisant des liens «profonds» avec soi, les autres et bien sûr, les dauphins.**
- **Un séjour particulièrement adapté aux familles et débutants en apnée**
- **Des exercices développant l'aisance aquatique voire l'apnée, dispensés par des professionnels**
- **Une eau chaude et translucide (en général plus de 30m de visibilité)**
- **Des sites exceptionnels avec coraux à profusion et poissons tropicaux**
- **Un bateau-goélette de charme très confort avec équipage exceptionnel**
- **Une nourriture adaptée aux dépenses énergétiques élaborée par une diététicienne certifiée qui convient aux végétariens comme non-végétariens.**



SEA DOLPHIN

## **Date:**

*Du dimanche au dimanche: 2 - 9 novembre 2025*

**1670€** (hors vol) **1570€** (pour les enf. jusque 14 ans)

*Prix d'un vol moyen Paris Marsa Alam TTC à cette date : de 600 à 800€ selon les compagnies et la date de réservation (d'où l'importance de s'inscrire le plus tôt possible pour pouvoir confirmer les départs avec un minimum de participants )*

### **Le Prix comprend :**

- Les transferts aéroport de Marsa Alam ou Hurghda jusqu'au bateau A/R
- La croisière 6 ou 7 nuits (suivant les horaires des vols charter) en pension complète
- l'encadrement par l'équipe mentionnée plus haut.
- Le forfait boisson
- Taxe gouvernementale

### **Le prix ne comprend pas :**

- L'avion jusqu'à Alam ou Hurghada A/R
- Les boissons alcoolisées (bière 4€)
- Le visa 25\$ ou 30€ – (A acheter aux comptoirs de change à l'arrivée)
- La taxe pour Sataya : de 50€
- Le pourboire à l'équipage: Un minimum de 60€ (à régler sur place).
- Les assurances annulation-rapatriement impératives
- La location de matériel et la boutique de bord (à régler sur place)

## **RENSEIGNEMENTS :**

Email: [infos@sea-dolphin.fr](mailto:infos@sea-dolphin.fr) Tel +33 (0)6 09 81 54 00

**Inscriptions impératives sur le site pour valider sa participation**

**[www.sea-dolphin.fr](http://www.sea-dolphin.fr)**