

CENTRE INTERNATIONAL DE SÉJOUR Laval



Bien plus qu'un hébergement, un carrefour de rencontres et d'engagements

Géré par l'**association CREF SJ** (loi 1901), le Centre International de Séjour de Laval est un établissement ancré dans l'Economie Sociale et Solidaire depuis sa création en 1986. Soutenue par Laval Agglomération qui lui délègue la gestion des bâtiments, l'association œuvre à la promotion du mouvement sportif et associatif. Centre agréé Jeunesse et Éducation Populaire et centre associé au CREPS des Pays de la Loire, le CIS propose un cadre d'accueil de proximité conçu pour favoriser les échanges et le partage, que ce soit pour des motifs professionnels, associatifs ou de loisirs.

L'offre d'hébergement se compose de 40 chambres modulables pour une capacité totale de 124 lits, allant du dortoir partagé aux chambres avec sanitaires privatifs. Classé Auberge Collective par Atout France, le CIS s'engage dans une démarche de Tourisme Social et Solidaire en proposant des tarifs accessibles. Sa localisation et ses services sont adaptés aussi bien aux étapes individuelles qu'aux séjours de groupes, dans un environnement géré durablement.

Le centre est également équipé pour l'accueil d'événements professionnels, de séminaires et de formations. Il dispose de 7 salles de réunion polyvalentes, dont la salle Athènes adaptée aux besoins pédagogiques des formateurs, et pouvant également accueillir jusqu'à 200 personnes en mode conférence. Ces espaces permettent aux entreprises et associations de se réunir et de se former tout en bénéficiant, selon les besoins, d'un accompagnement dans l'organisation de leur séjour ou de leurs animations thématiques.

Cette activité s'appuie sur des engagements concrets, illustrés par des labels tels que la Clef Verte pour le développement durable, Accueil Vélo, Group'AVélo et Tourisme & Handicap. En tant que centre associé au CREPS des Pays de la Loire, l'établissement place la rencontre, l'engagement durable et l'esprit sportif au centre de son projet. Pour assurer le bon fonctionnement de la structure, une équipe de 9 salariés et des bénévoles investis veillent à la qualité de l'accueil et au bon déroulement de chaque séjour.

Notre histoire



Les labels

2015

Inauguration de la Vélofrancette® et le CREF recoit le label Accueil Vélo.

2017

Marque d'État Tourisme et handicap pour les 4 familles de déficiences.

2019

Signature d'un nouveau dispositif des structures associées au CREPS des Pays de la Loire.

2020

Rejoint le réseau Group'AVélo.
Label la Clef Verte.

2023

Classification Auberge Collective par Atout France. Membre du réseau Slowlydays.

1986

Création du Centre International de Séjour sous le nom de «CREPS de Laval».

1995

Construction de la Maison Départementale des Sports

2002

Suite à une réforme, les compétences du CREPS des Pays de la Loire sont recentrées à Nantes. L'établissement devient donc le CREF, centre associé au CREPS des Pays de la Loire. Construction de la salle Athènes.

2010

Des internats sont construits à Laval, le CREF doit donc gérer tout un établissement qui a perdu la moitié de ses usagers. Face à cela, le CREF rebondit et se relance dans son activité originelle : l'accueil de groupes qu'ils soient sportifs, scolaires, professionnels ou encore des séjours adaptés. Le CREF se construit un nouveau réseau qui lui permet de se relancer.

2021

Le CREF accompagne la création d'une formation annuelle, un BPJEPS AAN en partenariat avec l'ERFAN, et Laval Agglo, afin de répondre à des besoins d'encadrement en piscine sur le territoire mayennais.

2024

Le CREF a décidé de renommer son établissement en Centre International de Séjour. Cette évolution découle de la volonté de s'inscrire dans le Tourisme Social et Solidaire, branche engagée du tourisme.

Le CIS : Une localisation pratique

Le CIS est à 10 min à pied de la gare.

En **train**, Laval est à :

- 30 min du Mans
- 40 min d'Angers et de Rennes
- 1h10 de Paris
- 1h30 de Nantes
- 2h40 de Brest
- 3h10 de Orléans
- 3h45 de Bordeaux

En **voiture** vous êtes à :

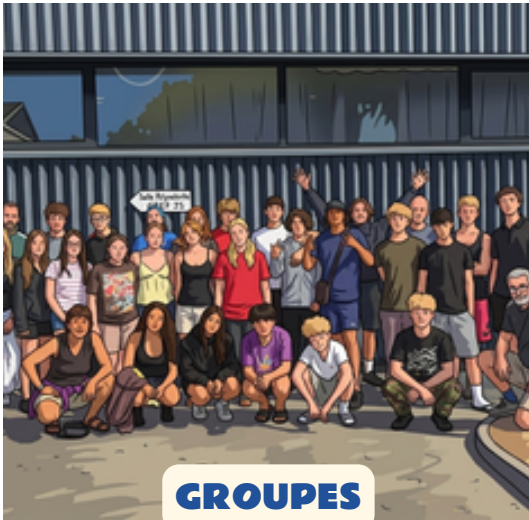
- ~ 1h de Rennes, Angers, Le Mans
- 1h30 du Mont Saint-Michel et Saint-Malo
- 2h de Tours
- 2h10 de Nantes

A **pied** :

- 20 min à pied du centre ville
- 1 min de l'arrêt de bus (accessible aux personnes en situation de handicap)
- 5 min en vélo du chemin de halage
- 2 min à pied des terrains de foot/rugby, city stade
- 1 min à pied d'une pharmacie
- 10 min à vélo des supermarché



Les usagers du CIS



GROUPES



INDIVIDUELS



CYCLO TOURISTES



TOURISME & HANDICAP



BIVOUAQUEURS



RÉUNIONS/FORMATIONS

L'hébergement

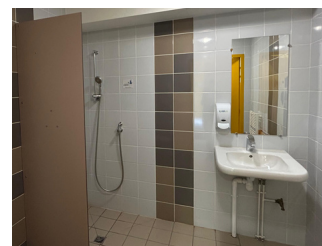
Le Centre International de Séjour a une capacité d'accueil de **124 lits** répartis dans **40 chambres allant de 2 à 4 lits**. Nous proposons 2 types de chambres :

31 chambres avec salle de bain commune



- 2 à 4 lits
- 1 lavabo par chambre
- douches et toilettes dans le couloir

9 chambres avec salle de bain privative



- 3 à 4 lits

1 espace bivouac



4 lits en dortoir (type auberge)



Les tarifs

Chambre individuelle	à partir de 29 €
Dortoir	20 €
-12 ans	14 €
Bivouac	à partir de 10€

Modalités d'accueil

- L'arrivée des visiteurs se fait de **12h à 22h30** et le départ doit se faire **avant 10h30** (il est possible d'utiliser une bagagerie jusqu'à 22h00).
- Chaque couchage est équipé d'une taie d'oreiller, housse de couette et housse de lit. Les lits sont faits à l'arrivée des usagers. Des **serviettes de bain sont disponibles sur demande**.
- L'accès à la chambre se fait grâce à une carte magnétique remise à l'arrivée, qui permet également d'entrer dans **l'établissement pendant les horaires de fermeture** de la réception (de 20h à 8h).
- En cas de besoin et pour assurer la sécurité de l'établissement, un **référént d'astreinte est présent sur place toute la nuit, et joignable** par téléphone en permanence.
- Notre site est entièrement **clos, sécurisé et vidéo surveillé**.

Mesures d'hygiène

- Une équipe d'entretien stable de 3 personnes, en CDI, **entretient chaque jour les locaux**, avec des processus interrogés et affinés régulièrement.
- Un agent de maintenance assure la qualité de l'accueil, les réparations, la mise en sécurité des locaux.
- Cette équipe utilise des produits respectant les normes du label La Clef Verte.
- L'établissement possède nombre de supports (sols spécifiques, notamment) permettant un nettoyage physique plutôt que chimique.
- En séjour de formation, les chambres sont nettoyées et désinfectées par l'équipe d'entretien une fois en milieu de semaine.
- Les espaces communs, sanitaires et douches sont nettoyés 2 fois par jour.
- Les matelas possèdent des **housses hygiéniques spécifiques**, comme les oreillers, pour offrir des conditions d'hygiène idéales.
- Le linge de lit est entretenu dans une blanchisserie partenaire locale.

Les espaces communs

- Nos espaces communs sont **accessibles 24h/24h** à tous nos hôtes. Pour dynamiser les échanges, nous proposons des **jeux de société**, un jeu de pétanque, de planche de palets...
- En salle Rio, les hôtes peuvent profiter des programmes Canal+ sur la **télévision** et jouer au **tennis de table** et au **babyfoot**.
- L'**espace de restauration** Los Angeles permet de conserver, chauffer et consommer sa nourriture en libre accès.
- Dans le hall, une **machine à boissons chaudes** et un **distributeur d'aliments** et boissons sont disponibles.
- Des fauteuils et tables sont disposés dans le hall. Une **bibliothèque**, des **magazines** et la **presse quotidienne** sont également proposés.
- Nous entretenons **un jardin et des espaces verts** au sein de notre bâtiment.
- Les éventuels fumeurs peuvent utiliser le jardin.
- Des **aires de jeux** et des **espaces sportifs à proximité** immédiate et en accès libre.
- Une **personne de permanence** est présente sur place toute la nuit.



ESPACE DÉTENTE



SALLE RIO



SALLE LOS ANGELES



LE JARDIN

Les salles de réunion

Le Centre International de Séjour possède 7 **salles de réunion** pouvant accueillir de **6 à 200 personnes assises** et disponibles 7j/7 à la journée (de 8h à 23h) ou à la demi-journée (matin, après-midi, soir). Nos salles sont **modulables**, vous permettant de les adapter à vos besoins d'utilisation.

Occupation conseillée par l'équipe :



ATHÈNES

120 personnes
en mode conférence



MONTREAL

20 personnes en formation
30 personnes en réunion



MOSCOU

15 personnes en formation
20 personnes en réunion



SÉOUL

12 personnes en formation
15 personnes en réunion



BARCELONE
12 personnes en formation
15 personnes en réunion

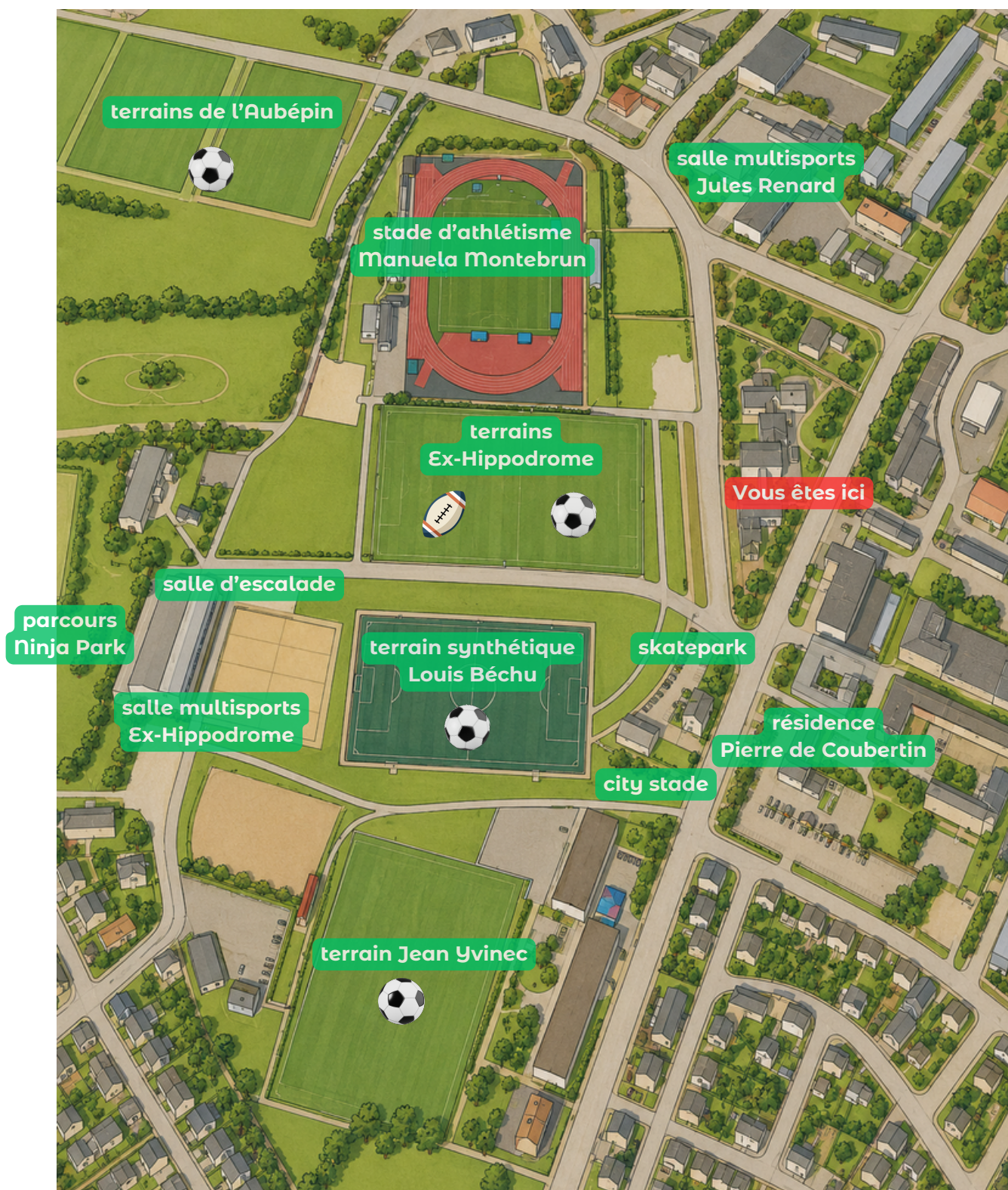


TOKYO
6 personnes



PARIS
6 personnes

Des infrastructures adaptées à tous les sports



L'établissement

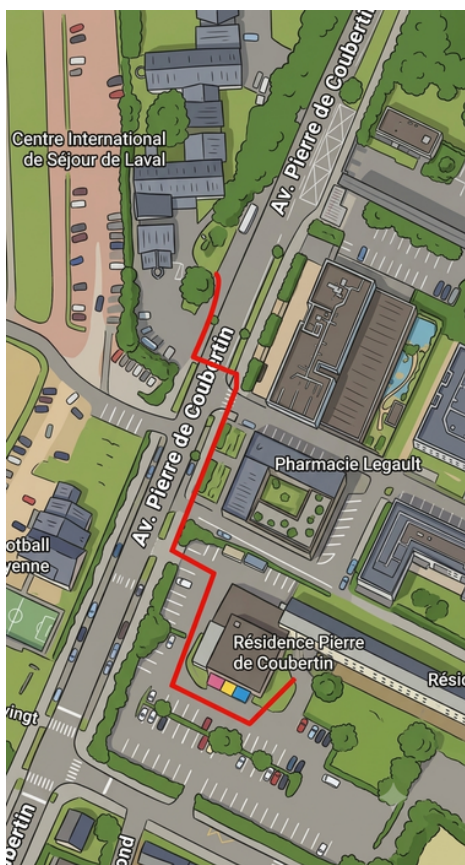


La restauration

Les repas se prennent en self-service chez notre partenaire Habitat Jeunes Pierre de Coubertin, à 100 mètres du Centre International de Séjour.

Présents tous les jours (week-end et jour férié sur demande), le chef cuisinier et ses deux adjoints s'adaptent aux différents régimes alimentaires (allergies, végétarien, végétalien, sans gluten, sans porc...). Sur demande il est également possible de commander un pique-nique (notamment les jours de départ, pour les stagiaires et formateurs que cela arrange).

Sur demande le CIS peut se charger d'organiser des collations, le contenu peut être prédéfini avec la structure en amont.



Pour chaque repas * : Le petit-déjeuner :

- Plat
 - +2 éléments
 - entrée
 - fromage
 - dessert
 - du pain
 - de l'eau
- Café, thé, chocolat
 - Jus d'orange
 - Cornflakes
 - 2 morceaux de pain
 - 1 fruit
 - Fromage blanc, yaourt
 - Beurre
 - Confiture
 - Miel

* en plus de la formule, vous pouvez commander et régler sur place tout autre consommation (boisson, café, élément supplémentaire ...)

Petit-déjeuner

6h45 - 9h

Déjeuner

11h30 - 13h30

Dîner

18h45 - 20h

Weekend et jours fériés

8h - 9h

11h30 - 13h

18h45 - 20h

Les collations

Sur demande le CIS peut se charger de les organiser, le contenu peut être prédéfini avec la structure en amont.

- Café équitable et thé
- Collation : 3 mini-viennoiseries d'une boulangerie locale partenaire, café, thé, jus de pomme bio fourni par un partenaire local
- Goûter : fruits bio, jus de fruit bio fourni par un partenaire local, viennoiseries ou petit pain d'une boulangerie locale partenaire, barre de céréales



Tarifs restauration

Restauration

JOUR	PETIT DÉJ	DÉJ/DÎNER
Semaine	5,20€	10,50€
Week-end	5,70€	12,50€

Collation

Café, thé	1,50€
Collation	4€
Goûter	4€

Les réseaux, labels et marques d'Etat du Centre International de Séjour de Laval

Accordant une grande importance à l'éthique de son établissement, le CIS possède de nombreux labels qui mettent en avant l'authenticité de ses valeurs.

Un lieu accessible à tous

Le CIS souhaite que son établissement soit accessible à tous, que ce soit financièrement ou physiquement. L'établissement est adapté aux 4 familles de handicap (déficience auditive, mentale, visuelle, physique).



Depuis 2023 le CIS est classée Auberge Collective par Atout France. Atout France est une agence de développement touristique de la France. Elle a pour mission de promouvoir et développer l'attractivité touristique de la France à l'étranger, mais aussi de contribuer à la qualité de l'accueil et de l'information des touristes en France. Recevoir la classification Atout France prouve que nous répondons à des critères exigeants en termes d'accueil, de confort, de services et de respect des normes de sécurité.

UNAT est un organisme regroupant des nombreuses associations dont le CIS, son objectif est de rendre le tourisme en France accessible éthique et qualitatif.



Un lieu durable

Engagé écologiquement, le CIS possède le label La Clef Verte. Ce label s'obtient sur la base de nombreux critères, qui recouvrent la gestion de l'eau, d'énergie, des déchets, le respect de la biodiversité...



Le CIS est aussi adhérent à Mayenne Nature Environnement puisqu'il est certifié Refuge LPO (Ligue de Protection des Oiseaux) et Refuge à papillon. Le CIS accueille également des ruches d'un apiculteur des Abeilles Mayennaises.

Un lieu qui accompagne le développement sportif

Membre associé au CREPS des Pays de la Loire et situé en plein cœur du pôle sportif lavallois, le CIS est un établissement qui accompagne les sportifs.

Engagé dans le développement du sport, le CIS est adapté pour accueillir des sportifs, que ce soit lors de stages ou encore lors de compétitions. Pour accompagner au mieux ces groupes, quel que soit leur sport, nous sommes en relation avec de nombreuses infrastructures sportives (salle de musculation, salle de sport, piste d'athlétisme, piscine, salle d'escalade...) et des formateurs.



Dans une démarche sportive et durable le CIS est Labelisé Accueil Vélo et fait parti du réseau Group'AVélo. Situé à quelques coups de pédale de la Vélofrancette, le CIS met de nombreux services en place pour accueillir des cyclotouristes dans un cadre agréable afin de mettre en avant les mobilités douces. En effet, le CIS est équipé d'un local vélo sécurisé, d'un kit pour réparer les vélos, de quoi laver les vélos, d'une machine à laver..





Centre International de Séjour
109, Avenue de Pierre de Coubertin,
53000 Laval

02 43 67 91 00

contact@cis-laval.com

www.cis-laval.com