



SÉJOUR GRAVEL PYRÉNÉES

DU 16 AU 23 OCTOBRE 2021

— nigelkay.com —

Venez vivre un séjour exceptionnel « Gravel Pyrénées » qui vous permettra de découvrir les Pyrénées en mode Gravel ! Vous arpenterez des pistes et des sentiers confidentiels menant à des endroits mythiques du Tour de France.

Un mois après la 1^{ère} édition de la Gravel Pyrénées, la Fédération Française de Cyclisme vous propose de profiter d'un environnement privilégié pour la pratique du Gravel en toute quiétude, en jouant des pédales avec Francis Mourey.

UN ENCADREMENT DE HAUTE QUALITÉ



Responsable du séjour : Francis Mourey, 9 fois champion de France de Cyclo-Cross et ancien coureur professionnel sur Route. Désireux de faire partager son expérience du cyclisme et titulaire d'un diplôme d'Etat, il encadre désormais et organise des stages de perfectionnement et d'entraînement dans différentes disciplines, et notamment le Gravel, à la croisée des chemins entre cyclisme sur route et cyclo-cross. Il aura à cœur de vous faire partager ses conseils avisés sur la discipline du Gravel et vous raconter l'histoire des cols mythiques que vous gravirez par les sentiers.

Damien Costa et Bruno Valcke organisateurs de la Gravel Pyrénées, également diplômés d'état, fin connaisseurs des Pyrénées, vous proposeront des parcours de rêve et des conseils d'experts dans la pratique du Gravel.

En dehors des heures d'entraînement, vous bénéficierez également des conseils des 2 encadrants sur l'entretien de votre vélo, votre préparation physique et ils n'hésiteront pas à partager leurs plus belles anecdotes de Gravel dans les Pyrénées et ailleurs.



UN ENVIRONNEMENT DE RÊVE DANS LES PYRÉNÉES

- Samedi 16 octobre : arrivée à Lourdes et pot d'accueil au Bike & Py
- Dimanche 17 octobre: Découverte de l'ancienne voie ferrée réhabilitée en piste qui transportait les curistes à Cauterets entre 1899 et 1949. Avec en final une ascension du Cambasque (arrivée de La Vuelta et du Tour de France)
- Lundi 18 octobre : étape défi du Hautacam par une piste en balcon dominant la vallée d'Argelès-Gazost (70% piste et 30% bitume) avec déjeuner au sommet de cette célèbre ascension.
- Mardi 19 octobre: Découverte du col du Soulor ou du col d'Aspin en version Gravel (70% piste/30% bitume)
- Mercredi 20 octobre : Étape Marathon. Lourdes – Pau par le chemin Henri IV. Cette voie historique, sans doute millénaire comme en témoignent le Fort de César et le dolmen de Peyre Dusets, reliait Lescar, ancienne capitale du Béarn, à Lourdes. Retour par les berges aménagées du gave de Pau. www.cdrp64.com
- Jeudi 21 octobre: Découverte des producteurs locaux en vélo (Miel, fromage, jambon de pays, bière locale)
- Vendredi 22 octobre: La vallée de Barèges et le col du Tourmalet en version Gravel, point culminant de la semaine !
- Samedi matin départ vers les gares

Ce séjour est ouvert à tous ceux ayant une pratique occasionnelle du vélo (Route, Gravel, Cyclo-Cross ou VTT), possédant un Gravel avec une condition physique permettant de parcourir jusqu'à 100 km par jour et avec du dénivelé en zone de montagne. Vélo avec braquet adapté : entre 32 et 38 si mono plateau et une cassette entre 10/42 et 11/34 (plus petit rapport inférieur à 1).

Pour les non-licenciés, la prise d'une licence est obligatoire pour participer à ce séjour. Nous vous suggérons de souscrire à la licence «Loisir» ou «Cyclosportive» (en ligne site FFC au tarif de 35,00€) avant de vous inscrire au séjour. Votre licence sera directement reconnue lors de votre inscription sur Sports'n Connect.

HÉBERGEMENT ET RESTAURATION HAUTS DE GAMME DU TERROIR

Vous logerez à l'hôtel de Bike&Py, à Lourdes, en demi-pension, au pied des plus beaux cols Pyrénéens. L'hôtel et sa localisation sont idéaux pour un séjour tout confort : repas adaptés à la pratique sportive, atelier bike&café pour récupérer des sorties Gravel, visite de Lourdes. Bike & Py the place to be du vélo dans les Pyrénées www.bikeandpy.com/fr

En partenariat avec des producteurs locaux, nous vous fournirons un **pique-nique composé de produits locaux** au milieu de chaque étape du mardi au vendredi, pour vous restaurer et profiter de la vue sur les sommets.



TARIFICATIONS

Le prix par stagiaire, pour un séjour du samedi 16 après-midi au samedi 23 octobre matin, est de **1269 €**

La prestation comprend l'hébergement en demi-pension à l'hôtel Bike & Py en chambre twin, les pique-niques du terroir, avec l'encadrement et l'assistance sur le vélo par les moniteurs diplômés.



INSCRIPTIONS sur Sports'N Connect

sportsnconnect.com/calendrier-evenements/view/5758/sejour-gravel-pyrenees-2

CONTACT

✉ contact@cap-velo.com ou sejours@ffc.fr

