



# SÉJOUR GRAVEL PYRÉNÉES

DU 7 AU 12 SEPTEMBRE 2021



Venez vivre un séjour exceptionnel « Gravel Pyrénées » qui vous permettra de découvrir les Pyrénées en mode Gravel ! Vous arpentez des pistes et des sentiers confidentiels menant à des endroits mythiques du Tour de France. Et pour terminer votre aventure Pyrénéenne, vous participerez à la 1<sup>ère</sup> édition de la Gravel Pyrénées !

La Fédération Française de Cyclisme vous propose de participer au séjour « **Gravel Pyrénées** », du 7 septembre au 12 septembre 2021, 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, et vous permettront donc de vivre une expérience complète avec la Gravel Pyrénées à la suite du séjour.

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

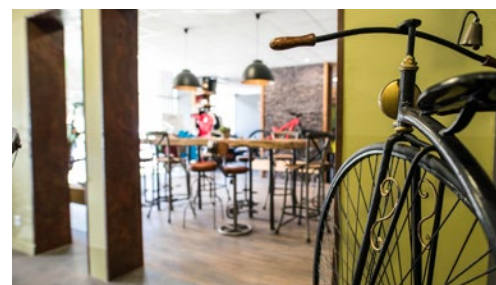
- Mardi 7 septembre : arrivée à Lourdes et pot d'accueil au Bike & Py
- Mercredi 8 septembre : Découverte de l'ancienne voie ferrée réhabilitée en piste qui transportait les curistes à Cauterets entre 1899 et 1949. Avec en final une ascension du Cambasque (arrivée de La Vuelta et du Tour de France)
- Jeudi 9 septembre : 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 et, étant établie sur les hauteurs, permettait d'éviter la plaine marécageuse de Nay en bordure du gave de Pau. (ref: [www.cdrp64.com](http://www.cdrp64.com))
- Vendredi 10 septembre : journée tranquille vallée Tourmalet ou visite Pic du Midi
- Samedi 11 et dimanche 12 septembre : **La Gravel Pyrénées** [gravel-pyrenees.com](http://gravel-pyrenees.com)

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. L'hébergement et la restauration sont valables jusqu'au 12 septembre, vous assurant une solution tout confort pour votre pension pendant la Gravel Pyrénées. Bike & Py the place to be du vélo dans les Pyrénées [www.bikeandpy.com/fr](http://www.bikeandpy.com/fr)



En partenariat avec des producteurs locaux, nous vous fournissons 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 mardi 7 fin d'après-midi au dimanche 12 septembre après midi, est de **989 €**

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

### CONTACT

✉ [contact@cap-velo.com](mailto:contact@cap-velo.com) ou [sejours@ffc.fr](mailto:sejours@ffc.fr)

