

Séjour de ski de fond et initiation skating à Cervières

en étoile au départ de la maison d'hôtes

avec Cathy, BEES ski de fond

www.randhautnordique.com



Le ski de fond à Cervières est plus qu'une institution. Il se pratique depuis toujours, de façon traditionnelle, dans cette vallée alpine, parmi les rares qui demeurent encore préservées. Deux sites s'offrent à nous, le Laus et les Fonts, le plus beau vallon suspendu du Briançonnais, là où l'on skie aussi bien en tout début de saison qu'en avril, dans des paysages magnifiques, sauvages, bien loin de toute infrastructure : le retour aux origines.



Programme

Chaque jour, je vous propose une découverte ou une mise à niveau personnalisée dans une technique particulière, alternatif ou skating, à raison de 2h30 de cours le matin, et 2h30 à 3h l'après midi, qui sera plutôt consacrée à la découverte du site et à la mise en pratique des éléments appris le matin.

Les déjeuners seront soit pris à la maison d'hôtes si nous skions à Cervières, soit sur place sous forme de pique nique.

Si le groupe le désire, une journée pourra être consacrée à une initiation à la randonnée nordique, avec le matériel adapté louable sur place auprès de nos prestataires.

Nous skierons sur le secteur du Laus de Cervières, sur celui la vallée des Fonts de Cervières, et nous pourrons aussi alterner avec d'autres sites de proximité (la Clarée, Villar Saint Pancrace, autre).

Objectif

Découvrir la pratique nordique dans sa diversité, ou se perfectionner dans une technique, par exemple le skating (pas de patineur).

Dates

chaque semaine de février et de mars, le programme est reconduit.

En période de vacances scolaires, familles, renseignez -vous pour un séjour à la carte.

Hors périodes de vacances scolaires, je me mets à la disposition des groupes constitués, stages séniors ou stages sportifs.

Les locaux ont la possibilité de ne s'inscrire qu'aux cours, soit en formule externe.

Tarifs

Encadrement moniteur breveté d'état ski de fond les 5 jours du lundi ou vendredi :

310 € /personne

de 4 à 6 participants maximum ! pour un enseignement personnalisé et à la carte

Les locaux ont la possibilité de ne s'inscrire qu'aux cours, soit en formule externe.