

## SKI DE FOND \* ET RAQUETTE

Réf. HRQC02



Pour tous ceux qui ne veulent pas se cantonner dans une seule pratique, cette option diversifie vos possibilités de choix.

Vous voulez skier ? alors le matin, nous vous proposons l'apprentissage et/ou le perfectionnement technique. Parmi nos nombreux groupes, vous opterez pour le "skating" ou le "classique", en fonction aussi de votre niveau de pratique.

Il vous plairait de faire de la raquette ? c'est en effet prévu, chaque après-midi, de vous emmener à travers bois et espaces immaculés, à la découverte, plus proche encore, de l'environnement montagnard.

Après quelques jours, vous préférez finalement le ski de fond à la raquette, ou l'inverse ?... Là aussi, nous répondons à vos attentes et vous laissons choisir selon vos préférences, en raquettes dès le matin ou en skis tout au long de la journée...

Un Moniteur coordonnera le choix des participants de manière à intégrer chacun au mieux de son niveau et de ses goûts.

Une option qui vous fera découvrir l'hiver autrement...

### DEROULEMENT

#### Jour 1 :

matin : Les cours débuteront dès le jour 1. Formation des groupes à 10 H et séance de premier contact et acclimatation ainsi que première approche technique.

Nota : Le groupe sera formé dès ce jour à 10 H. Toutefois, si vous arriviez après, vous rejoindrez le groupe en après-midi.

Pour le séjour n° 17 du calendrier " Formule C", les cours du jour 1 commenceront à 9 h 30.

après-midi : La sortie est proposée ici en raquettes, pour une balade facile. Ce sera également l'occasion de bien organiser le déroulement de la semaine.

**Du jour 2 au dernier jour** , alternance entre :

- **Ski le matin**, dans un groupe en fonction de votre niveau et de votre choix technique.
- **Raquettes à neige l'après-midi**, à la découverte de l'espace montagnard, dans des lieux à chaque fois différents.

Le séjour se termine le dernier jour après le petit-déjeuner. Toutefois, vous pouvez déjeuner au Centre avant de partir ou bien commander un repas froid, à emporter.

***Nota Bene : pour les participants qui continuent un nouveau séjour, déjeuner, dîner et nuit sont offerts.***

## **MATERIEL**

Dès le jour 1, vous serez doté(e) d'un double matériel (raquettes –type TSL, d'un maniement aisé- et skis de classique ou de patinage selon votre choix).

**Toutefois, pour la pratique de la "raquette", nous vous conseillons fortement de vous munir de vos propres chaussures de montagne (ou après-ski). Cela pour des questions de confort notamment.**

Un petit sac à dos peut être utile, ainsi que de petites jumelles (si vous en possédez).

## **DIVERS**

Nous vous remercions de l'intérêt que vous avez porté à notre programme "Ski de Fond et Raquette" et restons à votre plus entière disposition.

Bon Voyage et à Bientôt

**Coupon à retourner impérativement à "La Bessanaise". Merci**



**Veillez indiquer ci-dessous, votre choix d'activité ski, pour la durée du séjour :**

**NOM..... Prénom :..... Séjour du ..... au .....**

SKI DE FOND : Skating débutant – Skating Moyen – Skating Avancé –  
Classique débutant - Classique perfectionnement

**CES ACTIVITES AURONT LIEU EN FONCTION DES INSCRIPTIONS, IL EST DONC IMPERATIF DE RETOURNER CE COUPON.**