



Weekend Trail autour de l'Ossau

Vous êtes un trailleur confirmé et vous souhaitez vous entraîner avec un pro ? , vous souhaitez vous entraîner pour préparer une grande course ?

Ce weekend fera de vous un coureur performant : votre accompagnateur mettra en place un coaching personnalisé, Et en plus, profitez de paysages à couper le souffle. En fin de séjour, séance de remise en forme au spa Montagne de Laruns.

Séjour de 2 jours / 1 nuit

**Circuit « autour du Pic du Midi d'Ossau »
De Juillet à Octobre 2017**

Jour 1 :

Arrivée matinale à Laruns – Départ depuis la Frontière du Col du Pourtalet, montée à Pombie, via le Pic de Canaourouye et descente vers Bious Artigues et Gabas. Nuit dans un hôtel à Gabas.
20 kms / 1600 m de dénivelé

Accès sauna et hammam.

Jour 2 :

Depuis Gabas, course à pied jusqu'au Col du Pourtalet en passant par Ayous, Magnabaigt, Col de l'Iou et le cirque d'Aneou.
25 kms / 1700 m de dénivelé –
Retour sur Laruns. Espace détente au Spa Montagne et fin du séjour en Vallée d'Ossau



Le niveau :

- Coureurs réguliers ou bons marcheurs

Hébergement :

- Hébergement en hôtel ** en ½ pension

Repas :

Prévoir ravitaillement pour les journées (barres de céréales, fruits secs...)

Equipement à prévoir :

- Chaussures de trail, ou bons baskets
- Poche à eau
- Coupe vent
- Sac à dos
- Affaires personnelles
- Un appareil photo pour immortaliser ces journées

**Tarif 2017 : 189.00 € / personne (Circuit autour de l'Ossau, base 4 personnes)
(+ 100.00 € / personne, base 2 personnes)**

Ce prix comprend :

L'hébergement en ½ pension

L'encadrement par un accompagnateur montagne

L'espace détente au Spa Montagne

Ce prix ne comprend pas :

Les frais de transport, Les dépenses personnelles

Les tenues de marche

Les boissons, Les déjeuners

Nombre de participants : minimum 4 / maximum 8 /

Comment réserver votre séjour ?

Retourner le contrat de réservation ci joint et accompagné d'un chèque de 30 % d'arrhes. A réception de celui ci vous recevez un courrier de confirmation. Vous recevez vos bons d'échange et les informations nécessaires au séjour, à réception du solde soit un mois au plus tard avant le début du séjour.

POINT INFO MONTAGNE

OFFICE DE TOURISME DE LARUNS

Contact : Laurence

Maison de la Vallée – 64440 LARUNS

Tél : 05 59 05 48 94 / www.ossau-pyrenees.com

E.Mail : production@ossau-tourisme.fr