

Préparation à l'Etape du Tour 2021 avec Francis Mourey

7-11 juin 2021



Plus d'infos :
www.cparty-bike-experience.com
06 65 55 49 25



A partir de

890€ TTC

par personne sur la base d'une chambre double ou twin

Du 7 au 11 juin 2021 : 5 jours/4 nuits

Hôtel ** Spa Le Clos à Besse-Et-Sainte-Anastaise

Afin vous préparer au mieux à l'Etape du Tour du 4 juillet 2021 à Nice, ce stage vous permettra d'emmagasinier une surcharge d'entraînement moins d'1 mois avant l'échéance et d'acquérir de précieux conseils pour aborder cette difficile épreuve dans les meilleures conditions.

Avec ses très belles routes peu fréquentées, une succession de cols aux pourcentages accessibles, ses paysages magnifiques, le Parc Naturel Régional des Volcans d'Auvergne sera votre terrain de jeu idéal.

Votre coach Francis Mourey, 14 ans chez les professionnels, 1 Tour de France, 6 Tour d'Italie, 1 Tour d'Espagne, 9 fois champion de France de cyclo-cross, aujourd'hui Directeur Sportif en DN1, vous apportera toute son expérience pour vous préparer au mieux à votre objectif du mois de juillet.

Nous sécurisons vos 5 sorties vélo et vous bénéficierez d'un encadrement et d'une assistance logistique complète (hébergement en pension complète, un staff expert à votre service, véhicule d'assistance, dépannage, mécanique de base, ravitaillement, préparation des vélos et bidons chaque matin, lavage des vêtements cyclistes, ...) !

Nous organiserons un briefing/debriefing chaque fin de journée avec votre coach Francis MOUREY afin de nous adapter au mieux à vos attentes.

Dans un esprit de convivialité, des conférences clôtureront chaque journée sur des thèmes en relation avec votre objectif du mois de juillet :

- Alimentation et hydratation avant et sur le vélo + fourniture d'un guide diététique (intervention d'une diététicienne)
- Préparation sportive et récupération.
- Matériel et mécanique (choix du matériel, braquet, gonflage, vêtements, ...)

Nous nous fournirons aussi :

- 1 maillot manches courtes
- 1 roadbook complet et les traces GPS
- 2 bidons, boissons énergétiques, et ravitaillement
- 1 guide des activités et visites disponibles

Au coeur du massif des Volcans d'Auvergne, vous séjournerez dans le charmant village médiéval de Besse-et-St-Anastaise dans un très bel hôtel ** de tradition dans lequel vous pourrez profiter de son restaurant à la cuisine de terroir mais aussi de son SPA / espace bien-être.