

Stage du Soleil 2010

Compte tenu d'un petit sursis jusqu'à mi janvier pour adresser les inscriptions, je me permets de faire un petit rappel pour les indécis :

Comme l'année dernière, nous vous proposons un stage d'entraînement à **Roquebrune-sur-Argens, près de Fréjus dans le Var** (cf. compte rendu du stage effectué en mars 2009, dans le bulletin d'Avril et le Rapport de l'Assemblée Générale)

Au programme : des circuits variés sont proposés, avec alternance de sorties courtes (70 / 80 km) et sorties longues (110 / 140 km) entre bord de mer et arrière pays varois.

Chaque groupe de niveau, composé de 10 à 12 cyclistes, est encadré d'un capitaine de route qui donne le tempo.

De plus, deux véhicules d'assistance sont présents lors de chaque sortie.

Enfin, des conférences-débats sont organisées chaque soir, animées par des spécialistes sur des thèmes ayant trait à l'entraînement, la diététique, l'ergonomie, la mécanique, etc... L'année dernière, parmi ces soirées, nous avons pu rencontrer Guillaume PREBOIS, le journaliste cycliste, qui nous a parlé notamment de son « Tour de France à l'eau claire » et expliqué sa façon de s'entraîner, de s'alimenter...

L'hébergement en pension complète (8 jours, 7 nuits) du dîner du jour d'arrivée au petit déjeuner du jour de départ, se situe au village club Vacancier Bagatelle.

Les conjoints « non pédalant » sont les bienvenus et peuvent participer aux animations et sorties proposées par le village club.



Pour 2010, nous avons mis une option sur la **semaine du 20 au 27 mars 2010**

au prix de **430 €** par personne, en pension complète et chambre double (supplément de 99 € pour chambre individuelle)

sachant que nous pouvons bénéficier de l'**offre spéciale "Club"** pour une inscription groupée (**minimum 10 participants du même club**) avec tarif préférentiel sur le prix du stage, **soit 405 € / personne**)

Si vous êtes intéressés par ce stage d'entraînement, merci de contacter :

Annick ou Michel VERMOREL au ☎ **04.26.02.69.05** ou **06.18.55.63.51**

pour renseigner la fiche d'inscription groupée
(nom - prénom - date de naissance - profession - N° de licence - adresse)

et nous remettre **avant le 10 JANVIER 2010** un chèque d'acompte de **150 €** à l'ordre de **la Ligue de l'Enseignement**.

Annick