

JTC JEGOU SPORT
Training



STAGE NORD CORSE

ENTRE MER ET MONTAGNE

DU 30 MAI AU 2 JUIN 2020



JEGOU SPORT *Training* a été créé, il y a 8 ans, dans le but est de mieux accompagner dans la pratique de votre sport

JTC JEGOU SPORT
Training

Stage Corse du Nord du 30 Mai au 2 Juin

Ce stage Mer & Montagne vous permettra de coupler dénivelé & environnement azuréen autour de superbes paysages très variés, comme seule la Corse peut le proposer

DEROULEMENT

- Vous serez récupéré à l'aéroport de Bastia, où vous aurez tous pris l'avion de bonne heure le matin. Retour le mardi en avion de Bastia également.
- Nous contournerons **toute la cote du nord de la Corse entre Porto et Bastia**, où chaque étape sera ponctuée de paysages et de difficultés aussi différentes les unes des autres.
- 4 étapes de **130 à 110 kms et plus de 9000m** de dénivelés
- **1 seul groupe de 10 cyclistes max (niveau 1 et 2)**.
- Ce stage étant itinérant nous logerons chaque soir dans un hôtel différent



« Pas de besoin de gérer le transport de votre vélo, puisque, après l'avoir récupéré quelques jours avant le départ, je vous le descendrais directement sur place pour le remonté à la fin du stage »

L'HERBERGEMENT

- Des hôtels 3 étoiles habitués à recevoir des groupes de cyclistes
- Télévision, Wifi, Bar, Coin salon
- Local à vélos.
- Petit dèj sportif



LE PARCOURS

- **4 étapes en 4 jours depuis Bastia**
- **Bastia/Porto: 130kms +2800m** Nous traverserons la Corse d'Est en Ouest à travers la montée de Borgo et le col de Vergio
- **Porto/St Florent: 135kms +2100m**, Après avoir longé la côte par le col de Palmarella jusqu'à Galéria, détour dans les terres par le col de Marsulino pour rebasculer sur Port Louis jusqu'à St Florent après être remonté par le désert des Agriates.
- **Cap Corse: 120kms +2500m** Nous gravirons le col de Teghime, seul point de vue de l'île, où vous pouvez visualiser à la fois la côte Ouest et Est de la Corse. Puis nous remonterons jusqu'au nord de l'île en traversant notamment les villages de Nonza et Century, avant de redescendre sur Bastia par le coté Est.
- **Bastia/Bastia: 50kms +600m**, Nous contournerons Bastia coté montagne, puis redescendons sur la côte, pour rejoindre l'aéroport où vous décollerez en début d'après-midi, par la route de La Lagune.



CAPACITÉ

Afin de conserver une certaine convivialité et homogénéité du groupe sur ce parcours itinérant, ce stage peut accueillir jusqu'à 10 personnes, niveau 1, 2

ENCADREMENT

Lilian assurera l'encadrement sur le vélo,
Et Joël, vous assistera en véhicule.



« L'assistance n'est pas un luxe, mais un réelle confort. Joël sera toujours là pour vous assister et être à votre dispo en cas de besoin. »

LE PRIX



Il comprend :

- L'hébergement pour les nuits du 30 Mai au 2 Juin
- Petits déjeuners
- Le Transfert de vos vélos Nantes Corse A/R

Il ne comprend pas :

- Les Vols A/R
- Les boissons alcoolisées lors des repas
- Les repas du midi et du soir pris à l'extérieur de l'hôtel

LES POINTS FORTS DE CES STAGES

- **Un séjour itinérant sur 4 jours** avec plus de 8000m d'ascension en 430 kms
- **Un parcours de toute beauté** avec des conditions déjà très estivales
- Hébergement de qualité situé **sur le parcours**
- Un encadrement disponible, **diplômé et expérimenté**
- **Un véhicule d'assistance** pour mieux vous servir
- La **convivialité JEGOU SPORT**
- **Transport de votre vélo jusqu'au stage** inclus dans le tarif



POUR PLUS DE RENSEIGNEMENTS

Lilian JEGOU – 06 64 34 70 21

jegousporttraining@gmail.com

L'équipe

Lilian JEGOU

Fondateur JEGOU SPORT *Training*

Encadrant Cyclisme et multisports

« Ancien coureur cycliste professionnel, reconverti dans le triathlon et le cycloport après ma carrière, mon but est de vous faire partager ma passion du sport et vous faire progresser, chacun à son niveau tout en gardant de la convivialité et du plaisir »



Parcours Sportif

Cycliste professionnel durant 8 ans
3 Tours de France et 3 Tours d'Italie

Diplômes

BEES Activités du Cyclisme
BEES Activités Physiques pour tous
BF3 Piste

Joël LAUBE

Assistant

Disponibilité, calme et patience sont les mots qui le caractérisent le mieux.

Que ce soit dans son club, auprès du comité du Morbihan ou de Bretagne, Joël encadre depuis de nombreuses années les cyclistes dans leurs pratiques.

Intervenant dans les stages **JEGOU SPORT *Training*** depuis 5 ans, Joël sera toujours à vos côtés pour vous assister en cas de besoin.



BULLETIN DE RESERVATION & REGLEMENT

Mme Melle MrPrénom

Dates de naissance : / /

Adresse :

Code postal : _ _ _ _ _ Ville:

Tel : @ :

Personne à prévenir en cas d'urgence :

Son tel :

Stage Corse du Nord du 30 Mai au 2 Juin 2020

600 €

Limité à 10 stagiaires

Chambre Ind,

150 €

Transport Vélo Compris dans le prix!

TOTAL A PAYER =

€

ACOMPTE POUR RESERVATION 250€

€

**Retourner votre fiche de réservation
complétée + certificat médical +
chèque d'acompte à l'adresse suivante :**

JEGOU SPORT Training

13 rue Gâte Bourse

85500 Les Herbiers

J'affirme avoir pris connaissance des conditions de vente et les accepte.

Fait à

Le

Signature :