

INFORMATIONS

« Séjour Féminines » du samedi 13 au mercredi 17 mai 2023 Organisation du Comité départemental de cyclotourisme de l'Isère « Les Terrasses du Lac » 48300 LANGOGNE



Dans le but de **promouvoir la pratique du cyclotourisme auprès du public féminin, d'attirer de nouvelles adeptes de la petite reine, de favoriser les rencontres afin de nouer des relations entre pratiquantes de l'Isère**, mais aussi **d'encourager une pratique mixte**, le Comité départemental organise un séjour prioritairement destiné aux féminines licenciées FFCT en Isère.

Ce séjour se déroule sur 5 jours et il est également proposé aux hommes (dans un nombre limité et en fonction de la demande) souhaitant accompagner les dames sur les parcours fixés par l'organisation.

Coût indicatif du séjour : 270 euros - Nombre de places : 25

L'établissement choisi est une station sportive de grand air située au bord du grand Lac de Naussac, aux confins des départements de la Lozère, la Haute-Loire et l'Ardèche.

Parce que le lieu est idéal pour pratiquer, progresser et se régaler, l'établissement est spécialisé dans l'accueil de Séjours Cyclo. Il met ainsi à disposition **près de 850 km de parcours à vélo de route** (24 circuits - 30 à 150 km/jour - 250 à 1850 m de dénivelé) sur lesquels nous nous appuierons. De nombreux équipements sont disponibles par ailleurs : Grand local vélo sécurisé ; Salle de réunion ; Local buanderie ; ...

Hébergement et restauration :

La réservation effectuée comporte des **chalets de bois** (chalet Montana, chalet Charlay, lodge Prestige) équipés tout confort, et des **suites parentales**, avec vue panoramique sur le Lac de Naussac, en formule hôtelière (linge de toilette et draps fournis). **Chaque logement peut accueillir 4 personnes** : 2 chambres double et/ou twin, salle de bain, WC, terrasse.

Le Comité se chargera de la répartition dans les logements en fonction des vœux formulés par les participantes et participants lors de l'inscription.

NB : Pas de chambre individuelle.



C'est une **cuisine traditionnelle, familiale et gourmande, terroir et fait maison**, qui nous attend. Les repas au dîner sont adaptés aux sportifs (complément pâtes disponible).
Petit-déjeuner en buffet à volonté (sucré, salé) avec horaires souples.
Pour le déjeuner, l'établissement propose un buffet froid (salade repas, crudités, fruits, cake, compotes, ...) qu'il est possible de manger sur place ou d'emporter sous forme d'un panier repas.

Le tarif comprend la **pension complète** du dîner du premier jour au petit-déjeuner du dernier jour, le pot d'accueil à l'arrivée, le ménage quotidien dans les chambres, l'accès aux installations de la station. Il ne comprend pas les boissons individuelles.

Organisation de la journée :

Plusieurs parcours (longs ou raccourcis) vous seront proposés chaque jour avec des difficultés et des distances adaptées aux groupes. Les choses seront fixées la veille au soir pour le lendemain en fonction de la météo. Les différents parcours vous seront transmis avant le séjour, ainsi que des informations complémentaires.

Modalités d'inscriptions :

- **Envoi de la fiche jusqu'au 30 janvier 2023** par courrier électronique ou courrier postal (Adresse pour l'envoi : M-F BEAUGHON 76 Impasse du Vieux Chêne 38460 CHAMAGNIEU)
- **Versement simultané d'un acompte de 150 euros** par virement bancaire (IBAN en PJ) ou par chèque à l'ordre de "**Comité départemental de cyclotourisme Isère**"

Si ce n'est pas déjà fait, veuillez à ce que **votre licence FFCT 2023 soit rapidement activée** pour valider l'inscription au séjour.

Contacts :

Marie-France BEAUGHON
departement38-feminines@ffvelo.fr
06 32 73 80 86 / 04 74 90 33 87

