

STAGE PROGRESSION TRAIL

Le Châble - Val de Bagnes • 29 & 30 mai 2021



Rendez-vous : Verbier, le 29.05.21 à 9h00

Fin du stage : Verbier, le 30.05.21 à 16h00

Niveau : intermédiaire à expert

Hébergement : Hôtel Bristol

Durée : 2 jours / 1 nuit

Groupe : dès 6 personnes

Tarif : 325 CHF / personne

TRAIL
VERBIER
ST-BERNARD

Nous vous proposons un stage Trail Verbier Saint-Bernard progression pour vous perfectionner et vous entraîner dans la région de Verbier - Val de Bagnes. Ce stage vous permettra d'effectuer un week-end choc tout en optimisant votre pratique du trail avec de nombreux conseils afin d'être prêt pour vos prochaines aventures. Votre temps sera partagé entre sortie trail à la journée et également des conseils sur le matériel, l'entraînement mais aussi des présentations.

Votre stage se déroulera à Verbier et vous passerez votre nuit à l'hôtel Bristol au coeur de la station. Ce stage est ouvert à tout coureur désirant se perfectionner, s'entraîner et bénéficier de conseils d'experts de la discipline.

LE PROGRAMME

JOUR 1 : LA PIERRE-AVOI

25KM, D+ 1500M, D- 1500M, 5-6H

Ce premier jour va débuter à partir du centre de Verbier pour rejoindre le Château et le chute du Bisse du Levron pour atteindre le sommet de la Pierre-Avoi où le point de vue est magnifique. Le sentier poursuit ensuite via la Croix de Coeur et les Ruinettes avant de revenir à Verbier via Clambin.

JOUR 2 : BRUSON

33KM, D+ 2400M, D- 2400M, 7-8H

Lors de cette deuxième journée de stage, nous allons quitter Verbier et descendre en direction du Châble en passant par Fontenelle. Le tracé quitte le village et se poursuit par la montée aux Mayens du Mont-Brun afin de rejoindre la Côt. Le journée se poursuit par la descente sur Champsec avant de remonter à Verbier par les mayens de Sarrayer.

LE TARIF INCLUT

- L'hébergement en hôtel*** (chambres doubles)
- La ½ pension (souper + petit déjeuner)
- Le ravitaillement du 2ème jour
- L'encadrement par un accompagnateur trailer
- Un souvenir AlpsXperience

LE TARIF N'INCLUT PAS

- Les assurances individuelles
- Les compléments alimentaires (barres, boissons énergétiques)
- Les dépenses personnelles
- Les boissons pendant les repas
- Le pic-nic du 1er jour