



DE LA MONTAGNE A LA MER!



STAGE D'OXYGENATION et DE PREPARATION PHYSIQUE « Offre spéciale VOILEUX !! »



La station des Saisies a créé de profonds liens avec le monde de la mer.

En 2003, Les Saisies s'associent avec Cancale dans le cadre d'un jumelage, avec l'organisation de nombreuses animations aux Saisies (dégustations d'huîtres, crêpes, course de bateau luge,...) ou à Cancale (initiation au ski à roulettes, biathlon, via ferrata et tyrolienne, fondue savoyarde,...).

La mer et la montagne sont deux milieux à la fois semblables, différents et complémentaires.

Les liens entre marins et montagnards existent depuis très longtemps: Eric Tabarly avait un beau palmarès alpin, Eric Loizeau, le marin devenu montagnard, organise le célèbre « Trophée Mer et Montagne » où les champions des deux mondes se départagent sur des épreuves « animées ».

Depuis 2005, la station des Saisies soutient le voilier du Challenge Insa Voile, tout long de sa saison et en particulier sur le Tour de France à la Voile.

A partir de cet hiver, la station des Saisies est heureuse de proposer des stages de préparation physique adaptés aux marins.

Présentation des Saisies :

Située entre le Mont-Blanc et la Vanoise, au cœur du massif du Beaufortain en Savoie, la station des Saisies offre une nature riche et accueillante à 1650 m d'altitude.

Avec son panorama à 360° qui s'étend des alpages aux neiges éternelles du massif du Mont-Blanc, les Saisies offrent de grands paysages et de belles découvertes. La station des Saisies regroupe un ensemble de villages typiques du beaufortain, où les visiteurs peuvent apprécier son architecture et ses traditions.

Que ce soit en hiver ou en été, la station des Saisies « a tout d'une grande » !



Contenu du stage:

Ce stage se déroule sur une semaine du samedi au samedi (7 nuits et 6 jours).

Ce programme a pour objectif de développer les performances physiques des sportifs (capacité musculaire, endurance, adaptation au milieu naturel et maîtrise de soi).

Ce stage est encadré par des moniteurs de ski et des guides de haute montagne.

Exemple de programme:

- Dimanche et lundi: initiation au ski nordique (skating) et découverte du domaine olympique des Saisies.
- Mardi : ski de randonnée dans le massif du Beaufortain (randonnée à la journée).
- Mercredi : matin: initiation à la cascade de glace.
- Après-midi : parcours aventure hivernal (tyrolienne, pont de singe, pont népalais,...).
- Jeudi et vendredi : ski alpin (piste et hors piste): découverte du domaine « Espace Diamant ».

Ce programme peut être adapté en fonction des attentes des participants mais aussi des conditions météorologiques.

Autres activités possibles : raquettes à neige, randonnée nordique

Hébergement au choix:

Ces stages sont organisés du 16 au 22 décembre 2006 et du 6 janvier au 10 février 2007

(autres dates possibles suivant disponibilités)

- Appartement
- Résidence de tourisme 4 étoiles avec accès à la piscine, sauna, hammam, salle de fitness...
- Hôtel 2 ou 3 étoiles ou résidence hôtelière 2*

Exemples de tarifs:*

*selon disponibilités et type d'appartement

Hébergement en résidence de tourisme 4* avec accès à la piscine, sauna, hammam, salle de fitness... + les forfaits de ski, l'encadrement et la location du matériel:

Prix indicatif par personne (base 4 personnes dans l'appartement) : 573 €

Prix indicatif par personne (base 6 personnes dans l'appartement) : 480 €

Hébergement en résidence hôtelière 2* en demi-pension + les forfaits de ski, l'encadrement et la location du matériel:

Prix indicatif par personne (base 4 personnes dans l'appartement) : 696 €

Demande de devis personnalisé :

Nous pouvons réaliser un devis personnalisé, sans engagement, en fonction du nombre de personnes et du programme qui vous convienne.

Contact : Raphaël

Office du Tourisme / Service Commercial

316, avenue des Jeux Olympiques 73 620 LES SAISIES

Tél : 04.79.389.389 / fax : 04.79.38.96.29

e-mail : resa@lessaisies.com



Office du Tourisme / Service Commercial
316, avenue des Jeux Olympiques 73 620 LES SAISIES
Organisme local de tourisme, autorisation n°73.01.0001
RC : Suisse Life, garantie financière : Banque de Savoie

