

## **STAGES 2012**

### **Stage au cœur du pays Basque du 2 au 4 mars**

Stage du début de saison pour travailler son foncier et renouer avec la montagne

### **Stage de reco Euskal Trail du 28 avril au 1 mai**

En 4 jours découverte de toutes les facettes du nouveau parcours.

### **Stage dans les Bardenas du 5 au 8 mai**

Au menu trail, bike and run dans un décor de Western.

### **Tour de la vallée de Saint Etienne de Baigorry 9 et 10 juin**

Un magnifique parcours en crête avec passage sur les plus hauts sommets Adi, Adarza, Hautza.

### **Stage de reconnaissance et de préparation au Grand Raid des Pyrénées du 12 au 15 juillet**

Ca réputation n'est plus à faire, à l'image des Pyrénées le GRP est sauvage et technique, le connaître sera un plus le jour J.

### **Le Tour Des Géants Gavarnie Mont Perdu Vignemale du 20 au 22 juillet**

Entre cirques et canyons pour découvrir les sites les plus prestigieux des Pyrénées classés au patrimoine mondial de l'UNESCO.

### **Traversée des Pyrénées de Banyuls à Hendaye du 28 juillet au 12 août**

Plus qu'un stage ! Une aventure sur la mythique HRP le sac léger au rythme rando-course.

### **Le tour des Encantats, La Carros de Foc du 28 au 30 septembre**

Toujours en altitude entre 1900 m et 2700 m au milieu de lacs et pins à crochets sur un terrain technique, idéal pour s'améliorer en descente et travailler les montées.