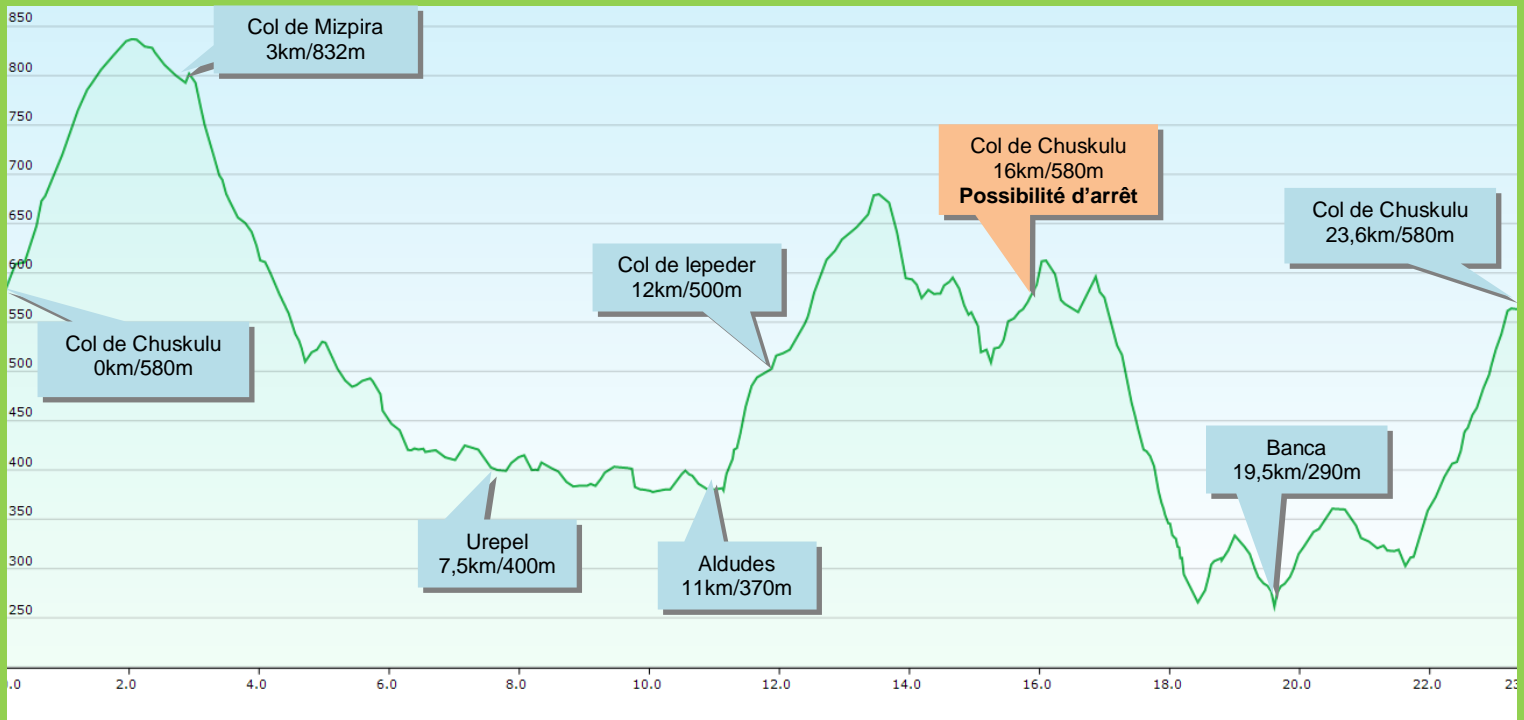


**Stage de préparation à l'Euskal, Trail Gourmand**  
**Du 17 au 19 mars 50 km 2800m+ / 2800m-**  
**Ou 32 km 1800m+ / 1800m+**

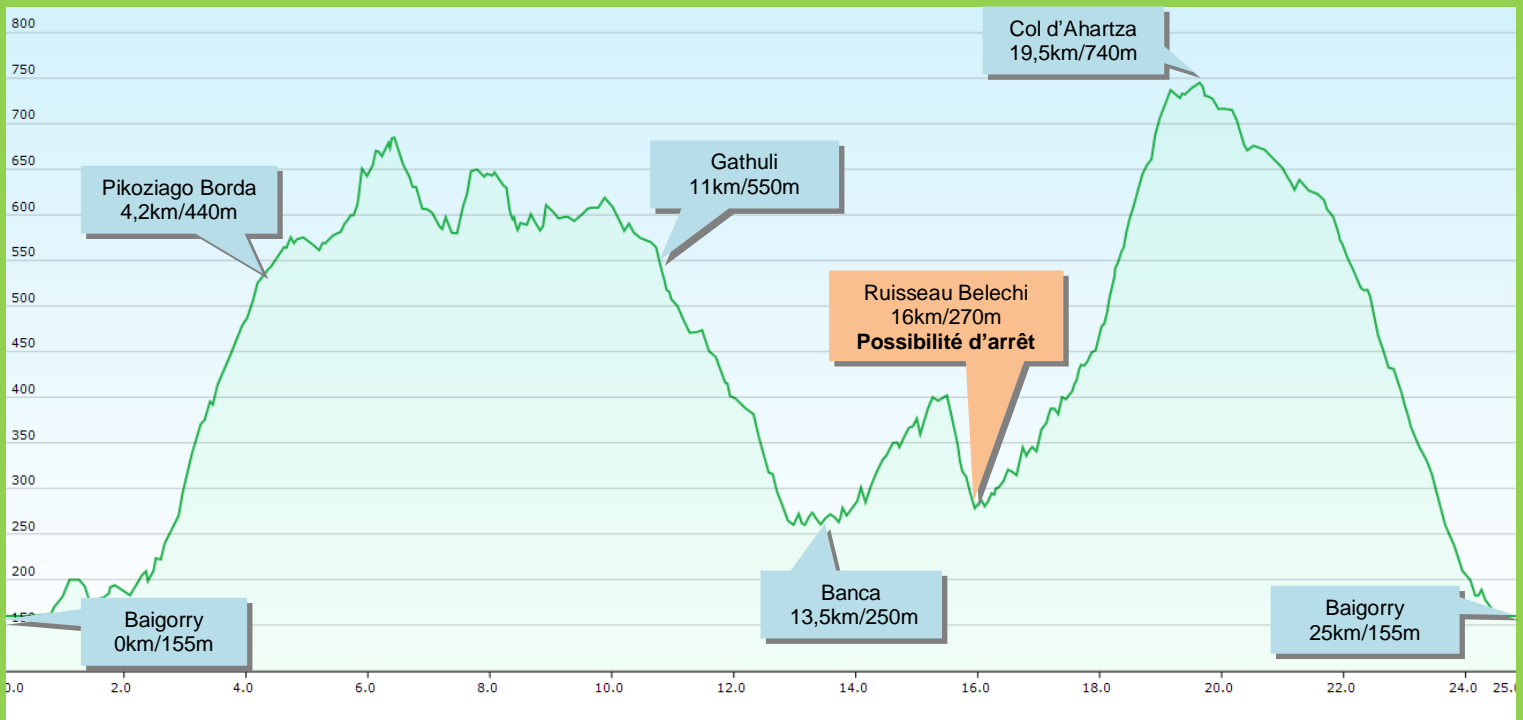


**Vendredi 17 : à partir de 18h accueil des stagiaires au Gîte Laina à Irissarry**  
**Samedi 18 : 8h30 Boucle en passant par Banca / Aldudes / Urepel 23,6 km 1310m+ / 1310m-**





**Dimanche 18: 8h30 Baigorry / Baigorry: 25 km 1560m+ / 1560m-**



16h retour au gîte Laina, douches, bilan du stage autour d'un rafraîchissement.  
17h fin du stage

Compris dans le forfait : l'hébergement en demi-pension au gîte, le casse-croûte du midi, la voiture suiveuse que nous retrouverons en plusieurs points sur le parcours pour les ravitaillements. L'accompagnement des sorties.

Non compris dans le forfait : les boissons dans le gîte, les barres, gels ou autres produits énergétiques pour les journées de course.

