



wahou

Taï-Ski

Cet hiver, conjuguez ski et bien-être. Cathy Breyton, ancienne skieuse de l'Équipe de France, championne du monde de ski de vitesse et maintenant monitrice de ski, a inventé le Taï Ski. Totalement inédite, cette pratique vous remet d'aplomb sur vos spatules. Vous maîtrisez mieux votre équilibre, vos appuis dans les courbes et vos sensations de glisse sont décuplées. Faciles et naturels, les exercices développés par Cathy vous aideront à trouver un plaisir total dans le ski.



IDEE57, séjour proposé par Julie : 33 (0)5 62 56 70 00 - julie.richard@ha-py.fr

à partir de
445 € / personne
Base 2 personnes

Les points forts de votre séjour :

Un nouveau plaisir de skier
Permet de se libérer, mieux maîtriser l'espace
Une sensation de facilité de la glisse pour les débutants
Adapté aussi au bon skieur pour skier fluide sans efforts

3 jours/3 nuits en chambres d'hôtes de charme en B&B • Forfait ski 3 jours au Grand Tourmalet • 3h de Taï-Ski par jour avec Cathy Breyton, monitrice de ski • 1 entrée (2h) au spa thermal Aquensis



Au programme :

Testez le Taï Ski, un mélange évident de Taï-chi et de ski tant les deux disciplines présentent de nombreuses similitudes. Cathy Breyton, ancienne skieuse de l'équipe de France et championne du Monde de ski de vitesse confie : « Le Taï-chi m'a permis d'établir le premier record du monde féminin de ski de vitesse. » Avec Henri Mathon, diplômé de la fédération française de Taï-chi, elle a développé des exercices spécifiques. Cet art martial chinois avec un éventail pour arme mobilise l'énergie pour une meilleure coordination générale du corps dans le mouvement. Des exercices appropriés développent la maîtrise de l'équilibre et augmentent la sensation d'appui, de centrage et de relâchement. Les bienfaits ne sont pas neutres : nouveau plaisir de skier pour tous skieurs et sensation de facilité de la glisse pour les débutants.

Cathy, aujourd'hui moniteur de ski au Grand Tourmalet, propose de découvrir cette nouvelle discipline. Le Taï Ski est particulièrement adapté au skieur débutant, mais aussi à celui qui cherche à se libérer de ses appréhensions, ses peurs, pour arriver à maîtriser l'espace, ou encore au bon skieur qui souhaite optimiser une courbe, skier fluide, sans efforts.

Votre hébergement :

Chambres d'hôtes à Bagnères de Bigorre



D'une très ancienne maison bagnéraise, Chantal a voulu faire sa maison et la maison de ses hôtes. La façade "rouge de Lourdes" ouvre ses persiennes vertes sur la tonnelle ombragée par les rosiers anciens et invite les voyageurs à découvrir les quatre chambres lumineuses, chacune différente, toutes confortables et accueillantes.

A quelques pas, le magnifique spa thermal "Aquensis" offre détente et bien-être après une promenade, une randonnée à l'assaut des montagnes si proches. Les nuits sont calmes et douces. Le matin, Chantal réveille vos papilles avec un copieux petit déjeuner.

Vos chambres d'hôtes :

Disposent de 4 chambres pouvant accueillir 2 personnes, d'un salon de lecture TV, d'une terrasse.

Votre chambre "Asphodèle" pour 2 personnes :

Son ambiance est lumineuse, elle comprend :

1 lit en 160

Salle d'eau

Toilettes



Où? Grand Tourmalet

Grand Tourmalet, votre station de ski

Le Grand Tourmalet est le plus vaste domaine skiable des Pyrénées françaises. D'un côté, le massif de La Mongie, en pied de pistes ; de l'autre, le massif de Barèges et l'ambiance d'un authentique village pyrénéen. Avec le Pic du Midi sur son domaine, et sa descente freeride, le Grand Tourmalet garantit du grand ski.

Aquensis, votre centre de Balnéo

Au cœur de la ville, Aquensis, spa thermal, étend son écrin de bois, verre et marbre en une véritable cathédrale du bien-être pour votre plus grand plaisir.



Budget

A partir de 445€ / personne (base 2 personnes)

Le prix comprend : 3 nuits en chambres d'hôtes de charme en B&B - Le forfait ski 3 jours au Grand Tourmalet - 3h de Taï Ski par jour avec Cathy Breyton, monitrice de ski - 1 entrée (2h) au Spa Thermal Aquensis - Les frais de dossier.

Le prix ne comprend pas : La taxe de séjour - La caution - L'assurance ski - Les repas.

Validité : Hiver 2017/2018

Entre nous

La piste bleue « La Panoramique » : Testez la méthode Taï Ski sur la piste bleue, large de plus de 50 m, sur une pente idéale de 2 km, qui suit les crêtes du mythique col du Tourmalet. Vous profiterez d'une vue à 360° sur les deux versants du Grand Tourmalet et des belvédères exceptionnels sur le Néouvielle et le Pic du Midi.

Déjeuner au restaurant d'altitude « L'Étape du Berger » : Sur les pentes de La Mongie, à 2 146 m, la décoration intérieure dans le style chalet en bois interpelle avec ses tables nappées de toiles cirées rouges et blanches. Tous les produits proposés proviennent de la ferme. Le restaurant ouvre et ferme en même temps que les remontées mécaniques.

Vous apprécierez la terrasse panoramique mais surtout la qualité des produits.

Accès

Depuis le nord (Bordeaux) : prendre direction Toulouse (A62) sortie Langon, A65 vers Pau, puis direction Tarbes (A 64), prendre la sortie n°14 (Tournay/Bagnères de Bigorre) puis prendre la D20 direction Bagnères de Bigorre.

Trajet : environ 282 km (dont 259 sur autoroutes).

Depuis l'est (Toulouse) : prendre direction Tarbes (A64), sortie 14 (Tournay/Bagnères de Bigorre) puis prendre la D20 direction Bagnères de Bigorre.

Trajet : environ 151km (dont 130 sur autoroutes).

La Boutique des Pyrénées

11, rue Gaston Manent • BP 9502 • 65950 Tarbes Cedex 9

05 62 56 70 00 ★ neige.hautes-pyrenees.fr ★ www.tourisme-hautes-pyrenees.com

