



**OSTAL**du  
Bergons





# SÉJOUR CYCLISME CONTEMPLATIF 25 - 28 JUILLET 2024

**AVEC EN INVITÉE FLORIAN CHABBAL**

Préparez-vous pour un stage cycliste unique au cœur des Pyrénées, où les cols légendaires du Tour de France, comme le Tourmalet et l'Aubisque, seront vos défis à conquérir. Notre ambition est centrée sur le dépassement de soi et la progression, dans une atmosphère bienveillante et décontractée, éloignée de la compétition. Le tout se déroulera dans le cadre somptueux des Pyrénées, offrant un paysage à couper le souffle.

Votre séjour sera marqué par l'accueil chaleureux du gîte l'Ostal du Bergons, situé dans le charmant village authentique de Gèz. En plus des aventures cyclistes, découvrez la brasserie locale du pays Toy et offrez-vous une séance de cryothérapie en plein air pour une détente totale. Cette expérience allie sport, nature, et découverte, vous permettant de repousser vos limites tout en appréciant l'atmosphère conviviale des Pyrénées. Prêt à vivre cette aventure unique ?

# 4 JOURS / 3 NUITS

## 490 EUROS

### TOUT INCLUS

\*Transport vers le gîte à votre charge

Possibilité d'arriver la veille pour 30 euros supplémentaire (payables sur place)

Hébergement 4 jours / 3 nuits

Repas et collations par la cheffe cuisinière

Sorties sur les cols mythiques du Tour de France

Assistance

Garage à vélo sécurisé et station de lavage

Possibilité de louer un vélo ou du matériel sur place (nous prévenir en avance)

Transferts vers le gîte depuis la gare ou l'aéroport

Paiement en 3 fois possible



# RENCONTREZ

## Les intervenants

---

### **Philippine Belon**

Cheffe cuisinière  
Fondatrice de "Born to Leaves"

### **Thibaud Adema**

Fondateur / Brevet d'état / professeur de  
yoga et pilates

### **Florian Chabbal**

Ancien coureur cycliste / journaliste  
Fondateur de "La Pause café"



# PROGRAMME

## Jour 1 : 25 juillet

Arrivée à l'Ostal du Bergons à partir de 14 heures.

Transferts vers le gîte depuis l'aéroport ou la gare de Lourdes.

Accueil au gîte l'Ostal du Bergons. Par la suite vous pourrez disposer de votre chambre et prendre place pour le séjour.

Si tout le monde est sur place à 14 heures, sortie de mise en jambes, tour de vallée.

Dîner convivial + Briefing

Les repas, brunch et collations sont tous réalisés par la cheffe et adaptés à l'effort physique. Les produits sont bio et du terroir.

# PROGRAMME

## Jour 2 : 26 juillet

Petit-déjeuner, café, thé

Départ pour une sortie vélo sur les cols du Tour de France :  
(option) Col de Spandelles, le col de Soulor et le col d'Ausbique.  
Option en + : le col des Bordères

Retour au gîte

Brunch

Cryothérapie dans une source d'eau naturelle autour d'une randonnée (5km).

Dîner convivial + Briefing



# PROGRAMME

## Jour 3 : 27 juillet

Petit-déjeuner, café, thé

Départ sortie Tourmalet + col des Tentes et/ou Ardiden

Assistance

Collations sur le vélo

Sur la descente, arrêt à la brasserie du pays Toy

Retour au gîte

Brunch

Cryothérapie source naturelle OU option Yoga

Dîner convivial + Briefing





# PROGRAMME

## Jour 4 : 28 juillet

Petit-déjeuner, reveil Yoga

Coffee ride, tour de vallée

Retour au gîte

Brunch

Cryothérapie naturelle

Fin du stage vers 17h





## ● **BIENVENUE À L'OSTAL DU BERGONS**

Situé au coeur des Pyrénées, l'Ostal du Bergons est un gîte accueillant les groupes sportifs.

Sa localisation est un point de départ privilégié pour vos sorties vélos.



# CONFIGURATION DU GÎTE

4 CHAMBRES



Chambre 1 : 2 lits simples

Chambre 2 : 1 lit double

Chambre 3 : 1 lit simple, 1 grand lit, 1 lit superposé

Chambre 4 : 1 lit simple, 1 grand lit, 1 lit superposé

3 SALLES DE BAINS



2 CUISINES ÉQUIPÉES



3 WC









# ÉQUIPEMENTS

- Wifi
- Studio de yoga indépendant et équipé de 40m<sup>2</sup>
- Terrasse panoramique de 100m<sup>2</sup>
- Garage à vélos sécurisé
- Parking gratuit à proximité

# Notre précédent séjour









ÇA RESPIRE

"Ça respire."

# COMMENT VENIR ?



## En train

Gare de Lourdes à 15 minutes en voiture.  
Transferts possibles jusqu'au gîte

---

## En avion

Aéroport de Lourdes / Tarbes  
Transferts possibles jusqu'au gîte

---

## En voiture

Adresse : 13 rue de l'église, 65400 GEZ  
Parking gratuit à proximité du gîte

# CONTACT



---

✓ Téléphone : +33 6 80 34 77 64

---

✓ Site internet : [www.ostaldubergons.com](http://www.ostaldubergons.com)

---

✓ Email : [thibaud.adema@gmail.com](mailto:thibaud.adema@gmail.com)

---

✓ Adresse : 13 rue de l'église, 65400 Gèz

---



**OSTAL**du  

---

Bergons