OFFRES PERSONNALISÉES

Vous recherchez un moment convivial et ressourçant à partager en famille ou entre amis ?
Vous souhaitez souder vos équipes lors d'une expérience de cohésion ?

Sébastien Capou est à votre écoute pour que cette aventure sportive reste à jamais gravée dans vos mémoires.

TARIFS

SKI DE FOND

1h30 - 1/2 personne(s) - 50 €
1h30 - 3/4 personnes - 75 €
2h - 5/10 personnes - 20 € / personne

BIATHLON LASER (10 MÈTRES)

1h30 - 2 personnes - 75 €
1h30 - 3/4 personnes - 100 €
2h - 5/10 personnes - 25 € / personne

BIATHLON AIR COMPRIME (10 MÈTRES)

1h30 - 2 personnes - 85 €
1h30 - 3/4 personnes - 115 €
2h - 5/10 personnes - 30 € / personne

MARCHE NORDIQUE

2h - 25 € / personne (à partir de 5 personnes)

Les tarifs s'entendent hors forfait de ski (si pratique sur domaine skiable) et hors location du matériel (sauf carabine à air comprimé/laser pour le biathlon).

Pour la location du matériel, pensez à réserver en magasin.

En fonction des conditions d'enneigement, il est conseillé de prendre en compte le temps de trajet jusqu'au point de rendez-vous.

Impression : SARL Utopict Hendaye - Réalisation : Novembre 2021 - **Ne pas jeter sur la voie publique**

CAUTERETS
PONT D'ESPAGNE
HAUTACAM - COURADUQUE

SKI DE FOND - BIATHLON
MARCHE NORDIQUE

Élan Nordique
★ SKI DE FOND ★ BIATHLON ★ MARCHE NORDIQUE ★

CET HIVER, RESSOURCEZ-VOUS AU CALME ! ECOUTEZ VOTRE COEUR !

SEBASTIEN CAPOU
+33(0)6 88 89 22 93
tripadvisor
elan.nordique@gmail.com

www.elan-nordique.com

SKI DE FOND

FACILE ET SECURISANT

SKI DE FOND CLASSIQUE

Cette pratique s'apparente à une marche glissée. Elle consiste à avancer dans deux rails parallèles ou sur pistes damées.
Idéal pour débuter.

SKI DE FOND SKATING

Technique plus moderne, elle se pratique uniquement sur les pistes damées en effectuant un pas glissé comme un pratiquant de patin à glace ou de roller, tout en s'aidant simultanément des bâtons. Avide de bonnes sensations de glisse, de vitesse et de dépassement ? Sébastien Capou vous accompagnera dans ce challenge.

Public : tous niveaux, à partir de 7 ans

BIATHLON

L'ACTIVITE LA PLUS LUDIQUE

Le biathlon combine, en hiver, le ski de fond et le tir à la carabine !
Au choix : air comprimé ou laser en fonction de l'âge et de l'environnement.
Il requiert concentration, précision et endurance.
Il est possible de remplacer le ski par la course à pied ou toute autre activité physique en extérieur ou en salle.
Tester le biathlon c'est l'adopter !

A SAVOIR...

- Dans le Parc National des Pyrénées, seul le tir au laser est autorisé.
- Les tirs se font sur des cibles à 10m.
- Si vous aimez le challenge, essayez vous au biathlon en groupe de plus de 5 personnes, animez vous pour prendre le flambeau de notre dernier champion ...

Public : tous niveaux, à partir de 8 ans

MARCHE NORDIQUE

L'ACTIVITÉ QUI GRIMPE ...

Tout droit arrivée de Finlande, la marche nordique permet, initialement, de simuler la "glisse" en marchant et en poussant sur les bâtons de marche.
La dimension sport santé est prépondérante dans cette activité, réalisable toute l'année.

Public : débutants, randonneurs, sportifs confirmés, coureurs, adultes, enfants de plus de 12 ans accompagnés

ZOOM SUR SEBASTIEN CAPOU

Diplômé d'Etat 1er degré de ski nordique, il est moniteur depuis 27 ans à Cauterets.
Compétiteur dans l'âme, il pratique toujours le ski et le trail en compétition.