



# Gourdon 17-19 octobre 2025

Nous avons encore une fois le grand plaisir de vous inviter à notre stage annuel pour TOUS GRADES. Cette année, nous vous accueillerons dans le club de Gourdon.

|                 |                   |                                      |
|-----------------|-------------------|--------------------------------------|
| <b>Vendredi</b> | <b>17 octobre</b> | <b>20h - 22h</b>                     |
| <b>Samedi</b>   | <b>18 octobre</b> | <b>10h - 12h</b><br><b>16h - 19h</b> |
| <b>Dimanche</b> | <b>19 octobre</b> | <b>10h - 13h</b>                     |

Pour ceux qui arrivent plus tôt dans la semaine afin de profiter des sites exceptionnels qu'offre la région (Rocamadour, Lascaux, Sarlat, Château de Castelnau...), un entraînement est également prévu le jeudi au Dojo municipal de Gourdon (18h30-20h).

## LE STAGE EST GRATUIT.

Le vendredi soir, le traditionnel buffet qui suit l'entraînement sera également offert par les clubs locaux.

Nous avons prévu un repas au légendaire Diabolo Fraise le samedi soir (35 euros). Veuillez nous prévenir de votre participation et nous signaler éventuellement une allergie ou un régime alimentaire. Le menu sera envoyé en temps voulu.

Dans les pages suivantes, vous trouverez des informations sur le lieu où se déroule le stage, l'hébergement, les transports pour se rendre à Gourdon et les lieux de restauration (pour le déjeuner du samedi / dimanche).

Au plaisir de nous retrouver bientôt,

**Patrick PIGEAU**  
[patrick.pigeau@icloud.com](mailto:patrick.pigeau@icloud.com)  
+33 (0)6 08 95 61 88

**Giles MURRAY**  
[gileskds@gmail.com](mailto:gileskds@gmail.com)  
+33 (0)6 01 05 13 50

**Yannick JESTIN**  
[yannick.jestin@gmail.com](mailto:yannick.jestin@gmail.com)  
+33 (0)6 89 13 79 31



## LIEU D'ENTRAÎNEMENT

---



Tous les entraînements du stage se dérouleront au :

### **Gymnase du Vigan**

Lotissement de Polidelle, 46300 Le Vigan

<https://maps.app.goo.gl/uKUFBd7v4zMKbxFeA>

Le gymnase se trouve au Vigan, situé à 5km à l'est de Gourdon. Prenez la D801 direction A20 Cahors Figeac. Dans le bourg du Vigan, tournez à gauche juste après Patricia Coiff, en face du Biskit Tavern. Vous verrez le Gymnase à 500m à votre gauche.

Pour les super passionnés :

### **Dojo Municipal de Gourdon (jeudi soir)**

Route de Nabirat 46300 Gourdon

<https://maps.app.goo.gl/Qi5xjjLXSzvLdF7n9>

## COMMENT VENIR

---

**Gourdon**, capitale de la Bouriane, se trouve dans le département du Lot (46) dans le sud-ouest de la France. La ville est située à 160km au nord de Toulouse et à 160km à l'est de Bordeaux.

<https://maps.app.goo.gl/8t2ML5N569uYQJyH7>

### **Avion**

Les aéroports les plus proches (tous avec voitures de location) :

**Brive-Souillac** à 0h45 en voiture

**Bergerac** à 1h30 en voiture

**Rodez** à 2h en voiture

**Toulouse** ou **Limoges** à 2h en voiture/train

Pour ceux qui ont besoin d'un coup de main, des voitures feront la navette entre Toulouse et Gourdon.

### **Voiture**

Gourdon se trouve à 20 km de l'autoroute A20 (sortie 56) entre Paris et Toulouse.

### **Train**

La gare de Gourdon se trouve sur la ligne Paris Austerlitz-Toulouse. Pour les horaires, voir le site web de la SNCF. Nous serons heureux de venir vous chercher et/ou vous déposer à la gare de Gourdon.

<https://www.oui.sncf/>

Sélectionnez :  
« Gourdon (Occitanie) »

# HÉBERGEMENT

---

## Hôtels à Gourdon

- **Hôtel & Restaurant Hostellerie de La Bouriane \*\*\*** <https://maps.app.goo.gl/oaxkc5soaoQHAvay8>

Place du Foirail, 46300 GOURDON

Tél : + 33 (0)5 65 41 16 37

Mail : [contact@hotellabouriane.fr](mailto:contact@hotellabouriane.fr)

Web : <https://www.hotellabouriane.fr/>

- **Hôtel & Restaurant La Promenade**

<https://maps.app.goo.gl/KgSyHxD7jkdhsVzA6>

48 boulevard Galiot de Genouillac, 46300 GOURDON

Tél : + 33 (0)5 65 37 11 41

Mail : [la.promenade.gourdon@orange.fr](mailto:la.promenade.gourdon@orange.fr)

Web : <https://www.lapromenadegourdon.com/>

- **Hôtel & Restaurant La Gariotte**

<https://maps.app.goo.gl/mv9ALfGMDdrkXRNA8>

Boulevard de la Madeleine, 46300 GOURDON

Tél : + 33 (0)5 65 41 02 63

Web : <https://www.la-gariotte.fr/>

## Autres hébergements

Veuillez consulter le site web de l'office de tourisme :

<https://www.tourisme-gourdon.com/je-prepare/ou-dormir>

Ou celui de l'inéluctable Airbnb :

<https://www.airbnb.fr/gourdon-lot-region-france/stays>

## Chalets

Une solution pas chère et très conviviale !

Veuillez consulter la page suivante.

# RESTAURATION

---

## Le Vigan

Proche du lieu d'entraînement.

- **Péché Mignon**

<https://maps.app.goo.gl/JvcSP6F3rtFEGKyR7>

Le bourg, 46300 LE VIGAN

Tél : + 33 (0)5 65 32 64 88

Web : <https://pechemignon46.metro.bar>

- **Axolot Restaurant Mexicain**

<https://maps.app.goo.gl/kR7GMzZJgXXdzbPo9>

Le Pouget (plan d'eau), 46300 LE VIGAN

Tél : + 33 (0)9 55 92 82 99

## Gourdon

Veuillez consulter le site web de l'office de tourisme :

<https://www.tourisme-gourdon.com/je-prepare/ou-manger>

## Restaurant samedi soir

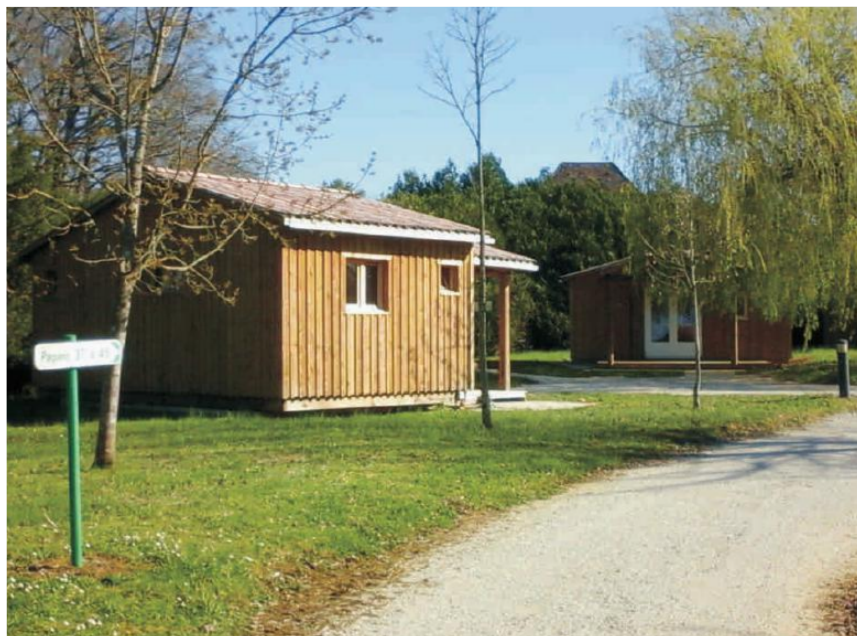
Le restaurant est réservé pour 20h00.

- **Le Diabolo-Fraise**

<https://maps.app.goo.gl/PDb76t8YzHkC8thN9>

Le bourg, 24250 NABIRAT

Tél : + 33 (0)5 53 59 36 83



# Gourdon 17-19 octobre 2025

## CHALETS À GOURDON

Village Vacances « Écoute s'il pleut - CCAS »  
Chemin de Mont Marsis, 46300 GOURDON

<https://maps.app.goo.gl/d93nA2fR2aMVUi7n7>

### Tarif

|                             |                                                    |
|-----------------------------|----------------------------------------------------|
| <b>Chalet 3-4 personnes</b> | <b>30 euros / personne / week-end (2 nuits)</b>    |
| <b>Taxe de séjour</b>       | <b>2,50 euros / personne / nuit</b>                |
| <b>Forfait ménage</b>       | <b>60 euros / chalet</b>                           |
| <b>Nuit supplémentaire</b>  | <b>10 euros / personne / nuit + taxe de séjour</b> |

#### *Exemple 1 : TROIS personnes pour deux nuits*

Chalet : 3 x 30 = 90 euros  
Taxe : 2 x 2,5 x 3 = 15 euros  
Ménage : 60 euros  
TOTAL : 165 euros

= 55 euros TTC par personne pour deux nuits.

#### *Exemple 2 : QUATRE personnes pour deux nuits*

Chalet: 4 x 30 = 120 euros  
Taxe : 2 x 2,5 x 4 = 20 euros  
Ménage : 60 euros  
TOTAL : 200 euros

= 50 euros TTC par personne pour deux nuits.

### Prestations

Chaque chalet est doté d'un grand lit, deux petits lits, eau chaude, kitchenette, salle d'eau, WC, chauffage électrique, draps de dessous et couvertures.

Il faut donc apporter draps de dessus ou sac de couchage, linge de toilette et de cuisine et taies d'oreiller carrées. **Pour les clés, rendez-vous aux chalets vendredi soir avant 19h30, sinon au lieu d'entraînement.**

### Réservations

Les réservations se font par l'intermédiaire de KDS Gourdon : [gileskds@gmail.com](mailto:gileskds@gmail.com).

Les stagiaires peuvent se regrouper par chalet. Pour faire votre réservation, veuillez fournir les renseignements suivants :

1. Coordonnées de la personne responsable de la réservation (nom, club, email, téléphone)
2. Les noms des autres membres du groupe
3. Les dates d'arrivée et de départ

**Date de limite d'inscriptions : le 15 septembre 2025.**

**PAIEMENT : à l'avance par virement bancaire, ou par chèque / espèces à votre arrivée à Gourdon.**