

MÉDOC MARATHON



FAKTA OM RESAN

PRIS:	18 450 KR
RESLÄNGD:	5 DAGAR
AVRESA:	10 SEP 2026

I PRISET INGÅR

- Flyg Arlanda-Bordeaux t/r (mellanlandning)
- Incheckat bagage på flyget
- Alla transfers på plats
- Del i dubbelrum på 4-stjärnigt hotell*
- 4 frukostar
- 1 välkomstmiddag på hotellet inkl. aperitif och tilltugg, 3-rätters middag, vinprovning av Médoc-viner tillsammans med vinmakaren & livemusik
- Löparcoaching med Elmina Saksi
- Flera träningspass enligt program
- Föreläsningar och workshops
- Startplats i Médoc Marathon inkl. startkit (BIB) från arrangörerna, maratonloppet på lördag samt vinpromenad och lunch på söndag (alla startplatser bekräftas i början av 2026)

TILLÄGG: * I priset ingår delat Standard dubbelrum med dubbelsäng. Önskas Comfort dubbelrum med separata sängar tillkommer ett tillägg på 850 kr per person.

Observera att alla som deltar i ett långlopp i Frankrike behöver ett giltigt läkarintyg. Kostnad tillkommer.

HOTELL: Des Vignes et des Anges
www.desvignesetdesanges.com/en/home

PRELIMINÄRT FLYG:

- 10 sep: Arlanda-mellanlandning mellanlandning-Bordeaux
- 14 sep: Bordeaux-mellanlandning mellanlandning-Arlanda

FLYG BEKRÄFTAS RUNT OKTOBER 2025. Med reservation för ändringar utom vår kontroll. Anmälan till resan bör göras i god tid, dock senast i januari 2026. En anmälningsavgift på 3500 kr betalas inom 10 dagar efter bokning. När vi har fått tillgång till startplatserna för loppet (som släpps i början av 2026) bekräftar vi platsen och bokar in samtliga resenärer som har anmält sig (max 24 resenärer). För man inte startplats till loppet återbetalas anmälningsavgiften i sin helhet.

ANMÄLAN: www.inspirationsresor.se

Denna är en gruppresa för 15-24 personer. Anmälningsavgift (3500kr) betalas inom 10 dagar efter du erhållit bekräftelsen. Slutbetalning 90 dagar före avresa.

Resans arrangör är Inspiration event & resor som ställer lagstadgad resegaranti hos Kammarkollegiet samt är medlem i SRF – Svenska Resebranchföreningen.

UPPLEV MÉDOC MARATHON MED ELMINA SAKSI

– En av världens mest färgsprakande maskerader mellan vinodlingarna i Médoc

Loppet som blir fullbokat varje år

Den 12 september 2026 är det åter dags för ett av världens mest festliga maraton, som slingrar sig fram mellan Médocs vinodlingar. **Temat för 2026 års lopp avslöjas i början av året** – men utklädnad är obligatorisk för alla deltagare. Vissa lägger ner timmar på kreativa kostymer, medan andra satsar på en enklare utstyrsel – men ju mer fantasi, desto roligare blir upplevelsen!

Loppet är ett internationellt publikevenemang som varje år lockar tusentals besökare från hela världen. Förutom löpning bjuds det på gastronomiska upplevelser – längs banan finns smakstationer med vin, ostron, ost, frukt, kakor med mera. Start och mål sker i den charmiga byn Pauillac, där vi även bor under vistelsen. Banan slingrar sig genom Médocs vindistrikt och passerar flera sagolika vinslott. Detta är inte platsen för personbästa – här njuter man av miljön, stämningen och den unika atmosfären.

Resa och träna med Elmina Saksi

Under resan coachas du av Elmina Saksi – erfaren personlig tränare, löpcoach och legitimerad dietist med specialisering inom träning och hälsa. Elmina håller inspirerande föreläsningar om löpning och välmående, samt leder sköna, förberedande träningspass inför loppet. Du har även möjlighet att kontakta Elmina innan loppet om du har frågor kring upplägget eller förberedelserna inför resan och själva loppet.

Vårt boende

Vi bor på Hôtel Des Vignes et Des Anges, ett charmigt och nyrenoverat hotell som ligger precis vid start- och målområdet i den vinromantiska byn Pauillac. Här bor vi bekvämt i moderna rum med närhet till både floden Gironde och de omkringliggande vinodlingarna. Hotellet bjuder på fransk elegans, en varm atmosfär och god mat. Faciliteterna inkluderar inomhuspool, bastu och ett litet gym – perfekt för både avkoppling och uppladdning inför loppet. Som en minnesvärd start på vår resa bjuder hotellet in till en gemensam välkomstmiddag, vinprovning och fest på ankomstdagen – en härlig kickoff där vi får lära känna varandra och känna in stämningen inför helgens äventyr.

Välkommen

Följ med på en minnesvärd resa där träning, avkoppling, glädje och gemenskap står i fokus. Oavsett om du är van maratonlöpare eller springer ditt första lopp är detta en unik chans att kombinera motion med mat, vin och kultur i en av Frankrikes vackraste regioner.





DAGSPROGRAM

DAG 1: ANKOMST OCH VÄLKOMSFEST

Vi flyger gemensamt från Arlanda till Bordeaux, där en buss väntar för att ta oss vidare till vårt hotell i Pauillac. Efter incheckning kastas vi direkt in i festligheterna! Hotellet bjuder in alla maratondeltagare till en välkomstdrink, trerättersmiddag, vinprovning med lokala vinmakare – och självklart livemusik. En fantastisk start på vår resa, där vi får njuta, ha kul och börja ladda inför helgen.
Ingår: flyg, transfer, välkomstfest med middag och vinprovning

DAG 2: LÖPTEKNIK

Efter en skön sovmorgon och frukost håller Elmina en inspirerande löparskola med fokus på löpteknik, styrka och strategier inför loppet. Förmiddagen bjuder på både praktiska övningar och teoretiska tips. Efter lunch på egen hand promenerar vi tillsammans eller i små grupper för att hämta ut våra startkit (BIB). Hotellet ligger precis intill start- och målområdet, vilket gör logistiken enkel. På eftermiddagen ses vi för ett skönt rörlighetspass. Middag äter vi på egen hand.
Ingår: frukost, löparskola, träning

DAG 3: MÉDOC MARATHON

Dagen vi har sett fram emot är här – dags för Médoc Marathon! Starten går kl. 09:30 och vi promenerar tillsammans från hotellet efter frukost. Loppet bjuder på fantastiska miljöer, smakstationer med vin och godsaker – och en oslagbar stämning. Efter målgång väntar återhämtning och ett lätt rörlighetspass med Elmina. Passa också på att njuta av hotellets pool och bastu efter loppet.
Ingår: frukost, startplats till loppet inkl. förtäring längs banan, träning

DAG 4: VINPROMENAD

Vi deltar i Médoc Marathons traditionella "vinpromenad" – en lättsam och trevlig promenad genom vingårdarna med smakprover längs vägen. Promenaden avslutas med en gemensam lunch i ett tält på området. Transfer tur och retur ordnas av loppets arrangör, med upphämtning i byn där vi bor. Kvällen är fri för att njuta av vår sista kväll i Pauillac.
Ingår: frukost, vingårdspromenad med lunch, transfers

DAG 5: HEMRESA

Efter frukost är det dags att ta farväl av Pauillac och resa hem. Med trötta ben men fyllda av glädje, inspiration och minnen för livet, går bussen tillbaka till flygplatsen i Bordeaux. Tack för en oförglömlig resa!
Ingår: frukost, transfer, flyg

MÉDOC MARATHON

Anmälan till loppet ingår i resans pris. Researrangören ansvarar för att registrera deltagare som anmält sig till resan – men observera att vi har möjlighet att boka max 24 startplatser för vårt sällskap. Vi bokar startplatserna så snart loppets arrangör öppnar anmälan. Först till kvarn gäller, så boka i god tid för att säkra din plats!

OBS! Din plats på resan bekräftas först när vi vet hur många startplatser vi har fått.

När startplatserna är bekräftade, slutför vi din bokning till både loppet och resan. Vid eventuella förhinder kan det finnas möjlighet att överlåta platsen till en annan person, mot eventuell avgift för namnändring – enligt loppets regler.

Observera att loppet inte arrangeras av oss, utan av en extern organisation. Vi reserverar oss därför för eventuella förändringar som ligger utanför vår kontroll.

Läkarintyg krävs: Enligt franska regler måste alla deltagare i långlopp uppvisa ett giltigt medicinskt intyg ("certificat médical") för att få starta. Du ansvarar själv för att ordna detta i god tid före loppet. Intyget ska vara på engelska eller franska och får inte vara äldre än 90 dagar vid loppstart. Skicka ditt läkarintyg via mejl till researrangören senast: 15 augusti 2026.

Läs gärna mer om loppet och dess regler på den officiella webbplatsen: www.marathondumedoc.com/en

