

Biciviaggio FIAB 2013

20 luglio ▶ 27 luglio 2013

In Bici nel Medioevo dei Catari

Dal Canal Du Midi al Perigord

con la direzione tecnica di Girolibero by Zeppelin



I luoghi

Si dorme a Béziers, ma si parte da Somail, vicino a Narbonne, l'antica capitale romana della Gallia Narbonensis, per arrivare a Sarlat, pittoresca e vivacissima città medievale dell'Aquitania. Nel mezzo attraverseremo città e paesaggi tra i più strepitosi di Francia. Carcassonne è una delle città murate più famose d'Europa. Albi è stata il centro della rivolta dei Catari, riformatori cristiani sottomessi con la forza delle armi. Saint Cirque La Popie è uno dei villaggi più pittoreschi di Francia, appollaiato sulla roccia. Cahors è città deliziosa adagiata sull'acqua e famosa per il vino, oggi, e per i suoi banchieri-strozzini un tempo. Rocamadour, sulla via di Santiago francese, è un incredibile santuario attaccato e scavato in una roccia a piombo su una valle dove volano le aquile. Infine Sarlat: calda, accogliente e piena di vita. Non mancheranno incontri istituzionali e occasioni di formazione nello stile FIAB.

Percorso

Misto, asfaltato e sterrato, pianura e collina con alcuni tratti impegnativi.

Bici consigliata

Cicloturismo/city bike o mountain bike, con una normale scala di rapporti, efficiente e con set di riparazione (meglio se con una camera d'aria di sostituzione). Il casco non è obbligatorio ma è fortemente consigliato.

Il programma

Sabato 20 luglio: Mestre - Béziers

Ritrovo a Mestre, ore 6.00. Partenza con bus granturismo (Ditta Marcon Viaggi), arrivo previsto a Béziers per le ore 19.30, soste lungo il percorso (da definire in ragione della provenienza degli iscritti) per l'imbarco degli altri partecipanti. Il pranzo al sacco (da portare da casa) verrà consumato durante il viaggio. Sistemazione presso Hotel Ibis*** in camere doppie o triple con trattamento di mezza pensione (bibite escluse). Serata libera.

Domenica 21 luglio: Béziers - Somail - Carcassonne

Dislivello 100 m, lunghezza 65 km circa, sterrato-asfaltato, facile

Breve spostamento con il bus fino alla località Somail, scarico delle bici e via lungo l'argine del Canal Du Midi, una vera opera d'arte dichiarato nel '96 patrimonio mondiale dell'umanità dall'UNESCO. A metà percorso sosta pranzo. Sempre su sommità arginale si prosegue fino a **Carcassonne** dove l'arrivo è previsto nel pomeriggio. Sistemazione presso l'**Hotel Bristol***** in camere doppie con trattamento di mezza pensione (bibite escluse). Dopo cena non potrà mancare la visita (libera) al centro storico della città medievale.

Lunedì 22 luglio: Carcassonne - Lac du Saint Ferreol

Dislivello 500 m, 75 km circa, asfalto e sterrato, medio

Al mattino visita guidata del centro storico di Carcassonne. In tarda mattinata si riprende il percorso in bici costeggiando ancora il Canal du Midi, per lasciarlo dopo una decina di chilometri, arrivo nel tardo pomeriggio al Lago di S. Ferreol (Revel) e sistemazione in due diverse, ma vicine, strutture: **Hotellerie du Lac**** e **Hotel La Renaissance**** in camere doppie o triple con trattamento di B&B, cena tutti assieme presso l'hotel. du Lac. Serata libera.

Martedì 23 luglio: Lac du Saint Ferreol - Albi

Dislivello 500 m, 80 km circa, asfaltato e sterrato, medio

Percorso interamente segnalato, da Revel a **Castres** su strada a scarso traffico e da Castres ad **Albi** su pista ciclabile ricavata da ex ferrovia. Sosta pranzo nel centro storico di Castres. Nel tardo pomeriggio arrivo ad Albi con uno splendido centro storico dichiarato patrimonio dell'UNESCO. Sistemazione in albergo presso il **Hotel Le Cantepau***** in camere doppie con trattamento di B&B. Tardo pomeriggio e serata libera alla scoperta del centro storico. Cena in centro storico presso un locale tipico.

Mercoledì 24 luglio: Albi - Bouziès

Dislivello 300 m, 45 km. circa, asfaltato, facile

Dopo la prima colazione, breve visita di Albi, caricamento delle bici sul carrello e tragitto in bus di circa 80 km per raggiungere **Cahors** nel **Parco delle Colline del Quercy**. Dopo pranzo pedaleremo lungo il Lot su strada a medio traffico. Dopo poco più di trenta km arrivo nel paesino di **Bouziès**, sede dell'**Hotel Les Falaises***** dove ci sistememo in camere doppie con trattamento di mezza pensione (bibite escluse). A disposizione degli ospiti dell'albergo vi è una piccola piscina. Il programma prevede di raggiungere in meno di 5 km su strada a basso traffico, e il leggera salita, il borgo medievale di **S. Cirq Lapopie** a strapiombo sul fiume Lot, uno dei più bei borghi di Francia. Dopo la visita libera del borgo rientro a Bouziès per la stessa strada.

Giovedì 25 luglio: Bouziès-Rocamadour

Dislivello 600 m. circa, 70 km., asfaltato, medio

Dopo la solita colazione di parte in direzione **Rocamadour** attraverso strade secondarie all'interno del Parco Naturale del Quercy. Sosta pranzo lungo il percorso e arrivo a destino nel primo pomeriggio. Sistemazione nel borgo medievale presso l'**Hotel du Lion D'Or**** sistemazione in camere doppie con trattamento di mezza pensione (bibite escluse). Tardo pomeriggio e serata da dedicare alla scoperta del borgo.

Venerdì 26 luglio: Rocamadour-Sarlat

Dislivello 400 m. circa, 50 km., asfaltato, facile

Prime ore della mattina dedicata alla visita in libertà del borgo. Ripartenza in bici in tarda mattinata utilizzando strade secondarie nello splendido scenario della valle della Dordogna. Siamo nella regione dell'Aquitania, con capoluogo Bordeaux. Gli ultimi venti chilometri saranno percorsi sul sedime di una vecchia ferrovia recentemente recuperata come pista

ciclabile. La meta finale del viaggio, **Sarlat**, dove vengono ambientati la maggior parte dei film storici francesi, merita di essere vissuta con lentezza e attenzione. Arrivo nel tardo pomeriggio e sistemazione presso l'**Hotel Les Remparts**** e presso l'**hotel Des Récollets** in camere doppie e triple con trattamento di B&B. Cena in centro storico presso un ristorante tipico.

Sabato 27 luglio: Sarlat - Mestre

Rientro in autobus in Italia Arrivo a Mestre verso le 22.00, traffico permettendo. Sono previste alcune soste lungo il percorso per lo sbarco dei partecipanti.

Pullman al seguito per trasporto bagagli, con la possibilità in una località intermedia di ogni tappa di recuperare coloro che avessero imprevisti o difficoltà a proseguire.

Note:

1. La ciclovacanza si effettuerà con un numero minimo di 30 partecipanti.
2. L'organizzazione non anticiperà somme in caso di prestazioni sanitarie a pagamento, anzi i partecipanti comunicheranno alle proprie ASL il periodo di vacanza al fine di ottenere gli eventuali rimborsi per spese sanitarie.
3. È obbligatoria l'iscrizione ad un gruppo FIAB per l'anno in corso, pena la nullità dell'iscrizione.
4. Il mancato versamento del saldo nei termini previsti causerà l'esclusione dal viaggio e la trattenuta delle spese sotto specificate.
5. A chi rinuncia al viaggio saranno trattenute le spese di organizzazione quantificate in € 20. Nel caso non si trovasse in sostituzione un altro partecipante saranno trattenute le spese effettivamente sostenute per conto del rinunciatario + 50 euro di quota fissa. In ogni caso l'eventuale restituzione della somma avverrà successivamente alla conclusione del viaggio.
6. Questo è un programma di massima che potrebbe subire piccole variazioni.

Iscrizioni

entro il 10 giugno 2013 sul sito Biciviaggi.it alla pagina

<http://fiab.info/moduli/index.php/biciviaggi-fiab>

Quota di partecipazione

€ 670,00

La Quota Comprende

7 notti con trattamento di mezza pensione, le guide in bici, l'assicurazione infortuni, il pullman con rimorchio portabici al seguito per 7 giorni e trasporto bagagli

La Quota Non Comprende

Il viaggio fino alle località di partenza del bus, le bevande ai pasti, l'eventuale noleggio bici, gli extra in genere di carattere personale e tutto ciò non espressamente indicato sotto la voce "la quota comprende".

Extra (facoltativi)

Camera singola: Non sono previste camere singole

Noleggio Bici: € 60

Acconto 20%: alla prenotazione (sull'apposita pagina del sito)

Saldo: 20 giorni prima della partenza con bonifico bancario

I versamenti vanno intestati a:

Girolibero by Zeppelin Soc. coop.

CREDEM - filiale di Vicenza centro

iban: IT58C0303211800010000001392

Bic/Swift: BACRIT21128

Per informazioni

Giuseppe Merlin: direttore@fiab-onlus.it , cell. 328-8212267

Girolibero: info@girolibero.it , tel. +39 0444 323639

GIROLIBERO TOUR OPERATOR

via manin, 14

I-36100 Vicenza

numero verde 800 190510

tel. +39 0444 323639

fax. +39 0444167930

dal lunedì al venerdì, dalle 9 alle 12:30 e dalle 14.30 alle 18.30