

Le Grand Tour des Dolomites à vélo

Les plus beaux cols

En hôtel ** & ***

8 jours, 7 nuits dont 7 jours de vélo



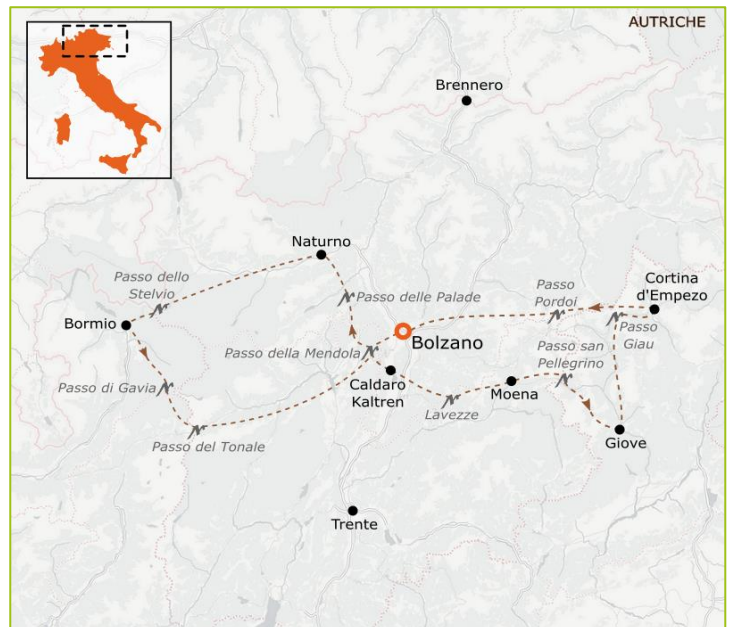
Activité : Vélo de route
Niveau : 3/3
Période : Juin à septembre
Encadrement : Liberté avec véhicule d'assistance

Les points forts :

- ✓ Les cols mythiques des Dolomites et du Giro
- ✓ Les plus beaux paysages des Alpes italiennes : cols, forêts, gorges, plateaux...
- ✓ L'arrivée et départ de Bolzano
- ✓ Hébergement en demi-pension en hôtel

Le Grand Tour des Dolomites en vélo vous emmène des vignobles du Pays de Bolzano aux falaises de Cortina d'Ampezzo. Découvrez une boucle unique en vélo de route, aux allures de carte postale, au travers de paysages absolument grandioses.

C'est bien sûr les ascensions des cols les plus célèbres des Dolomites par des étapes équilibrées où le Giro a acquis ses lettres de noblesses. Une fois les cols du Stelvio et de Gavia gravit, le séjour se poursuit sur les routes du Sud Tirool, charmante et bucolique enclave tyrolienne où les accents italiens sont devancés par l'Autriche toute proche.



Programme

Jour 1 : Bolzano :

Arrivée et installation à Bolzano. Nuit en hôtel en bed-and-breakfast.

Jour 2 : De Bolzano à Naturno

Distance : 90 km / Dénivelé + : 1980 m (possibilité de réduire l'étape ou de l'augmenter)

- Passo (col) della Mendola face Est (1343 m)
- Passo delle Palade Gampenjoch (1518m)

Jour 3 : De Naturno à Bormio

Distance : 82 km / Dénivelé + : 2300 m

- Passo dello Stelvio (2757m), le plus haut du parcours.

Jour 4 : De Bormio à Caldaro Kaltern

Distance : 129 km / Dénivelé + : 2890 m

- Passo di Gavia (2651 m)
- Passo del Tonale (1883 m)
- Passo della Mendola, face ouest (1343 m)

Nuit à Caldaro Kaltern au milieu des pommiers et des vignes.

Jour 5 : De Caldaro Kaltern à Moena

Distance : 88 km / Dénivelé + : 2600 m (possibilité de réduire l'étape)

C'est le grand départ plein Est.

- Paso del Lavazé (1805m)
- Passo di costalonga (1745m)
- Passo Nigra (1688 m) - en option en aller-retour soit +14km +130m.

Jour 6 : De Moena à Giove

Distance : 90 km / Dénivelé + : 2200 m (possibilité de réduire l'étape)

- Passo san Pellegrino (2315m)
- Paso di Valles (2033m)
- Passo Rolle
- Passo di Cereda (1369m)
- Forcella Franche (991m)

Jour 7 : De Giove Agordo à Cortina d'Ampezzo

Distance : 70 km / Dénivelé + : 2400 m

- Passo Duran (1601m)
- Passo Giau (2233m)

Possibilité de rajouter le superbe col de Tre Croci avec la possibilité d'arriver au très beau lac de Misurina (en aller-retour, distance : 30 km / dénivelé +/- : 600 m, ou 770m jusqu'au lac.)

Jour 8 : De Cortina d'Ampezzo à Bolzano

Distance : 115 km / Dénivelé + : 2300 m (possibilité de rajouter une boucle avec les passos Di Campolongo, Gardena et Sella : + 18km +700m)

- Passo Falzarego (2105m)
- Passo di Valparola (2192) En option
- Passo Pordoi (2239)
- Passo Sella (2244m) en option
- Passo di Costalonga (1745m)
- Passo Nigra (1688 m) - en option.

Arrivée à Bolzano et fin du séjour.

Pour les groupes constitués, nous adaptons le niveau, la durée, le prix et le programme à la demande.

CONTACTEZ-NOUS

Pour les groupes constitués, nous adaptons le niveau, la durée, le prix et le programme à la demande.
Contactez-nous !

Pendant votre séjour

Encadrement

Vélo en liberté avec véhicule d'assistance

Le véhicule d'assistance vous rejoint à différentes reprises au cours de l'étape du jour, souvent au sommet des cols et transporte votre pique-nique, de l'eau, vos vêtements supplémentaires ainsi qu'une caisse à outils complète en cas de problème mécanique. Vous profitez ainsi de votre journée avec un sac léger ou pas de sac. Le conducteur du véhicule vous apporte également des conseils pour chaque étape, vous aide à gérer votre effort, et peut la plupart du temps répondre à vos questions concernant la région visitée.

Portage des bagages

Vous ne portez rien ! ; les bagages, vivres, pique-niques et recharges sont à disposition dans le camion d'assistance.

Merci de prévoir 1 bagage/personne, maxi 15kg/bagage.

Hébergement

1 nuit en B&B à Bolzano et 6 nuits en demi-pension.

Formule en hôtel ** & *** : vous dormez dans des chambres confortables de 2 personnes en hôtels** et ***. Les draps et serviettes sont fournis. Une salle de bain vous est réservée. (Option chambre individuelle - voir tarifs sur notre site Internet).

Nourriture

Pas question de faire un régime pendant votre séjour mais c'est plutôt l'occasion de goûter à la cuisine locale. Nous attachons une grande importance à la qualité de la nourriture : équilibre diététique, apport énergétique et spécialité du pays sont les ingrédients de chaque repas.

Les pique-niques

2 possibilités : soit vous gérez vous-même votre pique-nique, soit vous prenez l'option pique-nique proposée.

Nombre de participants et inscriptions :

Inscription sur les dates programmées par LaRébenne :

A partir de 1 personne, vous pouvez vous inscrire sur les dates déjà planifiées par LaRébenne en formule avec véhicule d'assistance et en chambre double.

Vous êtes un groupe déjà constitué et vous souhaitez un séjour privatif :

Vous pouvez vous inscrire sur les dates planifiées par LaRébenne ou librement sur vos dates, nous consulter.

Avant votre départ

Tarifs

Voir la grille des prix sur notre site Internet <http://www.larebenne.com>.

S'inscrire

LaRébenne privilégie le contact avec ses voyageurs. Nous aimons vous parler de nos voyages et souhaitons garder cette relation avec vous. Echange, partage et plaisir restent notre ambition pour les voyages LaRébenne.

Pour nous contacter et vous inscrire, c'est simple ! Appelez-nous ou envoyez-nous un mail rapide.

✉ contact@larebenne.com

☎ +33(0)5 61 65 20 93

☎ +33(0)6 81 53 77 75

Contrat de vente et acompte

Nous vous envoyons le contrat de vente, le formulaire d'assurances ainsi que les conditions particulières et générales de vente. L'inscription est effective lorsque nous recevons le contrat signé accompagné d'un acompte de 40 % du montant du séjour. Un accusé de réception vous est ensuite envoyé.

Païement du solde :

Le solde doit être versé un mois avant la date de départ. Si vous vous inscrivez moins d'un mois avant le départ, vous payez l'intégralité du prix du voyage lors de l'inscription.

Validation et convocation :

A réception du règlement du solde, vous recevez votre dossier séjour (le lieu de rendez-vous, la liste de matériel à emporter ainsi que les contacts nécessaires...).

Formalités

- Carte d'identité en cours de validité.
- Carte européenne d'assurance maladie conseillée : c'est une carte attestant de vos droits à l'assurance maladie (les soins en cas de nécessité sont pris en charge) partout en Europe. Individuelle et nominative, elle est gratuite et valable un an. Vous pouvez l'obtenir sur simple demande à votre Caisse d'assurance maladie (par téléphone ou au guichet) ; vous n'avez pas de documents à fournir. Vous recevrez votre carte sous 15 jours. Si le délai est court, vous pouvez obtenir l'attestation de votre demande.
- Assurance rapatriement obligatoire.

Niveau (3/3)

Vous avez une très bonne condition physique, pratiquez au moins 1 fois par semaine le vélo de route sur de longues distances. Étape de 85 à 125km par jour avec des dénivelés positifs de 1790 à 2890 m par jour. Les Dolomites sont connues pour offrir régulièrement des % élevés entre 9 et 12%. Il est important d'adapter la cassette à votre pratique et au terrain.

Période

De mi-juin à mi-septembre. Attention à l'ouverture et fermeture du Stelvio et Gavia.

Départ et RDV : Départ de Bolzano (IT)

Comment y aller :

- En voiture : autoroute A22.
- En train : gare de Bolzano (<http://www.trenitalia.com>).
- En avion : aéroport de Bolzano (<http://www.bolzanoairport.it>) Milan (<http://www.milanomalpensa-airport.com/en>) ou Innsbruck en Autriche <https://www.innsbruck-airport.com/en/>

AVION

- Soit vous achetez vos billets d'avion vous-même auprès de votre agence de voyage préférée ou par Internet, seulement lorsque nous aurons confirmé par écrit le départ de votre voyage.
- Soit nous réservons pour vous vos billets d'avion.

Le prix comprend

- La réservation et les hébergements.
- Les cartes, feuille de route et les traces GPS.
- 6 nuit en demi-pension et 1 nuit en B&B à Bolzano.
- Le transport de 1 bagage par personnes.
- Un véhicule 6 ou 9 places + chauffeur pendant tout le séjour.

Le prix ne comprend pas

- Les boissons.
- Les dépenses personnelles.
- Les pique-niques (70€ / personne pour le séjour).
- Le matériel personnel de vélo (casques, gants).
- Les vélos.
- Le transport des caisses vélo et des sacoches à fond rigide.
- Le transport pour se rendre au point de rendez-vous.
- Les assurances.

Options

- 7 Pique-niques (70€ / personne pour le séjour).
- Programme sur mesure à partir des étapes que vous choisissez vous-même à partir de 8 personnes.
- Nuit d'hébergement supplémentaire avant ou après le séjour.
- Supplément chambre individuelle.
- Location de vélo haut de gamme sur mesure.
- Stockage des caisses vélo et sacoches à fond rigide.
- Programme accompagnateur.
- Accueil aéroport et transferts (Milan, Bolzano), nous consulter.
- Service de navette : Accueil et stationnement gratuit à Foix (ou ailleurs sur le trajet), transfert à Bolzano, et retour à Foix (ou ailleurs sur le trajet) en fin de séjour : 100€ par trajet (200€ aller et retour) et par personne (sous réserve des places disponibles et de la faisabilité de trajet)

Assurances

Conformément à la réglementation de notre profession, LaRébenne est assurée en Responsabilité Civile Professionnelle. Cependant, chaque participant doit être titulaire d'une responsabilité civile individuelle ainsi que d'une garantie individuelle multirisque dans le but de se protéger des incidents ou accidents pouvant survenir avant ou pendant la randonnée ou le voyage. Toute assurance complémentaire est facturée par personne et doit être obligatoirement souscrite le jour de l'inscription au voyage.

Nous vous proposons 2 formules au choix (souscrites auprès de la compagnie APRIL Voyages) :

- **Forfait n° 1 - La Multirisques** : elle offre un combiné de garanties complètes en annulation, perte de bagages, assistance rapatriement, frais médicaux, interruption de séjour.
- **Forfait n° 2 - Annulation** : elle vous garantit exclusivement en cas d'empêchement avant le départ.

Reportez-vous à la grille des tarifs sur le site Internet, rubrique infos pratique - assurances :
<http://www.larebenne.com/infos-pratiques/assurances.html>

Matériel conseillé à emporter

Car une bonne préparation est souvent synonyme de séjour réussi, voici quelques conseils pour que votre voyage se passe dans les meilleures conditions.

Vélo

Afin que votre séjour ne se transforme pas en stage de mécanique, il convient d'effectuer une révision minutieuse de votre vélo avant de l'emmener sur ce parcours.

- Vérifier et adapter le groupe complet de votre vélo, notamment le nombre de pignons dents du plateau et de la cassette (exemple : 11-28 pour les séjours typés Montagne).
- Un compteur vélo bien réglé.
- Les pneus sont bien gonflés et en bon état.
- Les câbles et la chaîne sont en bon état.
- Les éléments de transmission sont propres et huilés.
- Les roues sont bien serrées.
- Les freins sont en bon état (usure).
- Le jeu de direction a été vérifié.

Et n'oubliez pas que les anomalies se repèrent plus facilement sur un vélo nettoyé.

Matériel de réparation

Pour se mettre à l'abri des soucis mécaniques, mieux vaut être prévoyant et avoir toujours avec soi le matériel de base. Certains éléments peuvent être mutualisés dans le groupe (1 élément par groupe).

- Un pneu et une chambre à air.
- Une pompe.
- Des démonte-pneus.
- Un outil multiple.
- Une petite pince.
- Un dérive chaîne.

En plus de ça, vous pouvez vous constituer votre propre caisse à outils que nous transférons en même temps que vos bagages. Quelques suggestions :

- Un câble de frein (AV et AR).
- Gaines de câble.
- Rayons de rechange.
- Un câble de dérailleur.
- De l'huile pour la chaîne.
- Un chiffon.
- Un anti-vol.

Equipement

- Un casque de vélo (obligatoire !), bonnet et bandeau.
- Des gants de vélo + gants chauds.
- Des lunettes.
- Des chaussures avec cales.
- Un cuissard long et court.
- T-shirt respirant (éviter le coton).
- Maillot.

Les vêtements

- Une veste coupe-vent imperméable (gore tex, poncho...).
- Un gros pull ou une veste polaire.
- Un pantalon confortable pour la marche.
- Un short, des tee-shirts..., ainsi que des sous-vêtements respirants.
- Vêtements de rechange et linge personnel.

- Un bonnet et une paire de gants.
- Un maillot de bain (pour certains séjours).

Vos bagages

- 1 petit sac (de selle ou de guidon) max 10L pour mettre les affaires de la demi-journée :
 - Une poche à eau et/ou une gourde et/ou des bidons sur le vélo (3L/jour/personne minimum).
 - Des vivres des courses (barres énergétiques, fruits sec ...).
 - Le matériel de réparation de base pour votre vélo.
 - Un coupe-vent (imperméable).
 - De la crème solaire (et protection pour les lèvres).
 - Papier toilette (et briquet).
 - Une pharmacie.
 - 2 piles neuves LR6 (si utilisation d'un GPS).
 - Téléphone portable chargé avant le départ.

Dans le cadre d'un séjour vélo avec assistance, et selon les étapes, certains de ces éléments peuvent être laissés dans le véhicule.

- 1 un sac de voyage transporté par le véhicule d'assistance. Nous vous donnerons des étiquettes adresse à attacher aux bagages. Prévoir au minimum :
 - Un sac à viande (pour les séjours en gîte).
 - Des vêtements de rechange.
 - Une paire de chaussures légères pour le soir.
 - Un gros pull ou une veste polaire.
 - Une trousse de toilette avec serviette (si non incluse dans l'hébergement).

Pharmacie

Il est indispensable d'emporter une pharmacie personnelle. Voici une liste du minimum à emporter :

- Répulsif contre les insectes.
- Du désinfectant et des bandes de gaze.
- Du sparadrap.
- De la crème de protection pour les fesses.
- Vos médicaments personnels.
- Selon les destinations, des pastilles micropur (désinfectant pour l'eau).
- Une couverture de survie.

Pique-nique

Afin d'éviter la production de déchets inutiles à l'heure du pique-nique, pensez à prendre avec vous :

- Une boîte en plastique hermétique avec initiales marqués sur couvercle et boîte + élastiques larges.
- Des couverts réutilisables (fourchette et couteau de poche)

Après votre retour

Faites-nous part de vos impressions ! Et pour que ces bons souvenirs de voyage perdurent, nous serions très heureux de recevoir vos photos, vidéos, montages, commentaires... que vous avez effectués lors de votre circuit.

A VOTRE SERVICE

Toute l'équipe de La Rébenne est à votre disposition pour la bonne réalisation de votre voyage, alors n'hésitez pas à nous contacter : nous ferons tout pour que votre séjour soit une réussite.

 contact@larebenne.com

 +33(0)5 61 65 20 93

 +33(0)6 81 53 77 75

 : 1 place du 8 mai 1945 – 09000 Foix

SAS LaRébenne au capital de 5000€ RCS de Foix

1 place du 8 Mai 1945.09000 Foix

Tel : 05.61.65.20.93 / 06.81.53.77.75 / 09.77.89.93.37

contact@larebenne.com www.larebenne.com www.gr10-pyrenees.com

RCP : 115 769 365 MMA IM009100007 N° de TVA FR 3350215707600014 Garant : Groupama N° 4000714358/0

N° SIRET : 502 157 076 00014