

Provenza: Parc du Luberon

Da Avignone all'Abbazia di Senanque tra le sfumature arancio delle ocre e il profumo della lavanda
Francia: Alta Provenza. Da Avignone all'Abbazia di Senanque tra le sfumature arancio delle ocre e il profumo della lavanda in fiore, passando tra i villaggi in pietra e i boschi di conifere del Parco del Luberon.

[Dal 23 al 30 giugno 20187](#)

Francia: Alta Provenza. Il nostro itinerario in bicicletta percorre l'intero circuito del Parco naturale del Luberon passando tra boschi riposanti di conifere e vaste zone coltivate, nel magico periodo della fioritura della lavanda. La partenza del tour è da Avignone, stupenda città della Francia meridionale dove spicca il prezioso Palazzo dei Papi, imponente struttura gotica in pietra chiara, e poco distante il leggendario Ponte di Saint-Bénézet.

Lungo il nostro percorso troviamo affascinanti villaggi di pietra come Lourmarin, Lacoste, Gordes; ci immergiamo nel paesaggio delle terre che sfumano dal rosso all'arancio attraverso il Sentiero delle Ocre, dove i colori sono più accesi, e poi nel Colorado Provenzal, un parco naturale con piramidi di terra dagli strabilianti colori.

Nell'itinerario non mancano i grandi fiumi come il Rodano, che attraversa Avignone, la Durance, e la Sorgue di cui visitiamo a Fontaine-de-Vaucluse l'originale sorgente.

Arriviamo in bicicletta alla famosa Abbazia cistercense di Senanque la cui immagine, nella versione con l'immenso campo di lavanda lilla in fiore che anche noi potremo ammirare, è immancabile in tutte le pubblicazioni sulla Provenza.

Concludiamo il nostro viaggio in bicicletta con la visita allo spettacolare Pont du Gard, il grandioso ponte e acquedotto romano che sovrasta il Fiume Gardon circondato da uno splendido paesaggio naturale. Assieme alle immagini delle bellezze artistiche ci portiamo a casa una speciale tavolozza di colori provenzali composta dal viola della lavanda, dal verde dei boschi, dall'azzurro dei fiumi e con le sfumature dal rosso all'arancio delle terra delle ocre.

PROGRAMMA

GIORNO 1 / Arrivo individuale a Avignone. Incontro con l'organizzazione presso l'hotel: briefing e consegna delle biciclette.

AVIGNONE – Hotel Au St. Roche **

GIORNO 2 / Avignone > Vauignes

80 km circa – percorso con pochi saliscendi – dislivello 550 m circa

Usciamo da Avignone seguendo il corso del fiume La Durance, pedaliamo poi nella campagna e attraversiamo fiumi minori fino ad arrivare a Cavaillon, il bel paese che fa da porta al Parco del Luberon. Da qui iniziano i boschi di conifere e di lecci e le campagne punteggiate da bassi vigneti. Visitiamo il caratteristico borgo di Lourmarin prima di arrivare alla nostra prima meta.

VAUGINES – Hostellerie du Luberon ***

GIORNO 3 / Vauignes > Saint-Michel l'Observatoire

75 km circa – percorso con vari saliscendi – dislivello 900 m circa

Dopo aver attraversato il bel villaggio di Cucuron con la sua ampia vasca contornata da platani centenari, pedaliamo immersi nel Parco, anche il percorso diventa più impegnativo, le salite aumentano. Dopo la pausa pranzo a Manosque proseguiamo ancora per poco lungo il lato meridionale del massiccio del Luberon. Prima di arrivare al piccolissimo borgo di Saint-Michel l'Observatoire posto in posizione panoramica ci aspetta una lunga salita per scavallare il monte e passare sull'altro versante.

SAINT-MICHEL L'OBSERVATOIRE – Hotel Galilee ***

GIORNO 4 / Saint-Michel l'Observatoire > Lumières

80 km circa – percorso con vari saliscendi – dislivello 750 m circa

Giornata di immersione nel vero cuore del parco tra boschi, splendidi panorami e villaggi in pietra. Passiamo dagli incantevoli antichi borghi di Bonnieux e Lacoste prima di arrivare a Lumières dove soggiorniamo due notti nell'antico convento di Notre-Dame ora magnifica struttura ricettiva.

LUMIÈRES – Hotellerie Notre Dame De Lumières ***

GIORNO 5 / Lumières > Circuito delle Ocre > Lumières

65 km circa – percorso con vari saliscendi – dislivello 600 m circa

La giornata è dedicata ai colori delle ocre e della lavanda. Con un bel percorso ad anello andiamo prima a Roussillon, la città delle ocre, e qui visitiamo lo spettacolare Sentiero delle Ocre dove la terra rossa e arancio ha le sfumature più accese. Proseguendo nell'escursione arriviamo per la pausa pranzo a Rustrel nel Colorado Provençal, un parco naturale dove le piramidi di terra hanno degli strabilianti colori che sfumano dall'arancio, al rosso, al bordeaux. Il ritorno a Lumières è prevalentemente in falso piano in discesa.

LUMIÈRES – Hotellerie Notre Dame De Lumières ***

GIORNO 6 / Lumières > Avignone

75 km circa – percorso con vari saliscendi – dislivello 450 m circa

L'ultima giornata nel Parco del Luberon visitiamo uno dei luoghi simbolo più fotografati della Provenza: l'Abbazia cistercense di Senanque, adagiata in una bellissima valle, arrivarci in bicicletta è una grande emozione! Passiamo anche dalla suggestiva cittadina di Gordes, tutta in pietra, prima di allontanarci verso Fontaine-de-Vaucluse dove potremo vedere la sorgente de La Sorgue che nasce da una voragine misteriosa ai piedi di un'alta falesia e scroscia fragorosamente verso la vallata.

AVIGNONE – Hotel Au St. Roche **

GIORNO 7 / Avignone > Pont du Gard > Avignone

72 km circa – percorso con vari saliscendi – dislivello 550 m circa

Ritornati ad Avignone, l'ultimo giorno, ci spostiamo verso sud-ovest per un'escursione ad anello che ci porta a visitare Pont du Gard, il grandioso ponte romano realizzato con enormi blocchi di rocce calcaree e costituito da tre arcate in cui l'acquedotto scorre al terzo livello. Il ponte attraversa il Fiume Gardon, e colpisce per la maestosità dell'opera architettonica ancora perfettamente conservata.

AVIGNONE – Hotel Au St. Roche **

GIORNO 8 / Partenza

Avignone. Colazione in hotel, giornata libera e viaggio individuale di ritorno.

Durata: 8 giorni, 7 notti, 6 giorni in bicicletta

Periodo: da sabato 23 a sabato 30 giugno 2017.

Difficoltà: impegnativo

Località: Francia > Provenza

Sviluppo percorso: il tour prevede un itinerario cicloturistico itinerante con partenza e arrivo ad Avignone, e due percorsi ad anello, uno da Avignone e l'altro da Lumières. Il percorso si sviluppa prevalentemente su strade secondarie a basso traffico, alcuni brevi tratti su strade a traffico medio e per alcuni tratti su piste ciclabili in sede propria. Il fondo è in gran parte asfaltato e in piccola parte di buon sterrato. L'andamento è prevalentemente a saliscendi con varie salite impegnative.

PREZZI E CONDIZIONI

Numero di partecipanti

Il gruppo minimo è di 12, il massimo di 24 partecipanti.

QUOTA INDIVIDUALE

€ 1.170 in camera doppia

€ 1.450 in camera singola

€ 1.170 in camera tripla

LA QUOTA COMPRENDE

- 7 pernottamenti, con prima colazione, in alberghi 3 stelle e 2 stelle a Avignone.
- 7 tasse di soggiorno.
- 5 cene, a tre portate, di piatti tipici, con bevande comprese (1 bicchiere di vino e acqua).
- 5 pranzi tipo picnic composti da pane, salumi, formaggi, frutta, dolcetto, ½ l. di acqua.
- 3 accompagnatori: 2 in bicicletta e 1 sul van al seguito, (2 accompagnatori per gruppi da 12 a 17).
- Biglietto di ingresso nel Parco delle Ocre di Roussillon.
- Veicolo al seguito per tutto il tour per garantire il trasporto bagagli, i picnic e l'assistenza.
- Assicurazione medico/bagaglio e per il rischio di annullamento viaggio.
- Guida a colori con info storico – artistiche e sull'itinerario in bicicletta.

I nomi degli hotel sono indicati nel programma per ogni tappa; è comunque possibile, per cause di forza maggiore, che qualcuno possa essere sostituito con alberghi di categoria uguale o superiore.

LA QUOTA NON COMPRENDE

Il trasferimento dal proprio luogo di residenza a Avignone, noleggio bicicletta, due cene, un pranzo, ingressi a musei e monumenti, mance, extra e quanto non espressamente previsto dal programma.

Info sulla quota

Con 18 partecipanti sono previsti tre accompagnatori che diventano due per i gruppi più piccoli. Con meno di 12 persone il tour non può essere effettuato e le quote versate vengono restituite a mezzo bonifico bancario il più presto possibile. € 35 è il costo di iscrizione, già incluso nella quota individuale, che comprende assicurazioni e gestione pratica; tale somma non può essere rimborsata in caso di annullamento del tour da parte del partecipante, a viaggio confermato.

SERVIZI EXTRA OFFERTI

Noleggio bicicletta. € 100 per noleggio di una bicicletta di ottima qualità. € 200 per noleggio di una ebike di ottima qualità. € 5 per noleggio del casco. Il set di noleggio bicicletta comprende il lucchetto e una borsa laterale posteriore Ortlieb a tenuta stagna. La bicicletta viene consegnata e ritirata sul posto.

Transfer Verona > Avignone. € 170 costo a persona per trasferimento da Verona a Avignone e viceversa, con il pulmino dell'agenzia. € 80 costo per il trasporto della propria bicicletta nella stessa tratta. L'offerta è valida fino a esaurimento dei posti disponibili e con un minimo di 8 richieste.

Pernottamenti extra con trattamento B&B e tassa di soggiorno.

Avignone nell'Hotel Au St. Roche ** 46 € a persona in camera doppia, 83 € in camera singola.

ALTRE INFORMAZIONI

Prenotazione, sostituzione e penali

€ 250 acconto da versare alla prenotazione. Il saldo va versato a due mesi dalla partenza. La sostituzione di un partecipante è possibile purché l'agenzia ne sia informata e a condizione che il sostituto soddisfi tutte le condizioni per la fruizione del servizio. Devono in ogni caso essere corrisposte le spese di segreteria quantificate a forfait in € 20, ed eventuali spese aggiuntive sostenute per la sostituzione.

Nel caso di rinuncia al viaggio da parte dei partecipanti si applicano le seguenti penalità:

- dalla prenotazione a 46 gg dalla partenza penalità del 20 %
- a 45 gg dalla partenza penalità del 50 %
- a 30 gg dalla partenza penalità del 100 %

Info e modifiche del programma

Prima della partenza vengono date, via e-mail, altre info utili sul tour in bicicletta in particolare i nomi e i recapiti degli accompagnatori e eventuali informazioni aggiuntive. Il programma sopra indicato può subire qualche lieve modifica, durante il tour, a causa di motivi organizzativi o climatici.

COME ARRIVARE

Arrivo con auto propria. È possibile parcheggiare a Avignone in un garage al costo di 10€/giorno circa.

Arrivo in treno. Da Milano con TGV delle ferrovie francesi SNCF, circa 8 ore con 1 cambio. Da Milano con Thello circa 8 ore per arrivare a Marsiglia. Da lì circa 1 ora e mezza per Avignone.

Arrivo in aereo. Aeroporti di Avignon Caumont, Marseille-Provence, Nîmes-Arles-Camargue.



Organizzazione tecnica: Simonetta Bike Tours

Vicoletto cieco San Carlo, 2 - 37129 Verona - Tel. 045 8346104 | Tel. mobile 334 5487382
Assicurazione ERV n. 62370160 - RC16 | Assicurazione AMITRAVEL 365 n. 6002002517/R
Autorizzazione Provincia di VR n. 6382/2010 | Programma inviato in Provincia di VR
Il presente programma è sottoposto alle disposizioni della Convenzione Internazionale di cui alla legge n. 1084/77 e al D.Lgs. n. 79/2011. Comunicazione obbligatoria: La legge italiana punisce con la reclusione i reati concernenti la prostituzione e la pornografia minorile, anche se commessi all'estero. Legge 38/2006, art. 17.