

riservata ai soci Tuttinbici FIAB Vicenza e soci FIAB



Ciclovacanza

2 - 9 AGOSTO 2014



Suggerzioni Medioevali nella terra dei Catari

con la direzione tecnica di Girolibero by Zeppelin



La storia: Nel sud della Francia, in Linguadoca e Rossiglione viveva un popolo la cui religione per certe specificità fu concorrenziale alla Chiesa Cattolica d'Occidente. Predicavano il modello di Chiesa descritto nei Vangeli e negli Atti degli Apostoli. Fondarono chiese ad Albi, Carcassonne e Tolosa. L'eresia dei **Catari** o "Puri" fu l'incubo del papato agli albori del secondo millennio. La repressione della Chiesa fu commisurata alla paura che i Catari potessero, con il loro credo, mettere in crisi l'intero fondamento della chiesa cristiana. Non si trattava di singoli eretici da punire, ma di un fenomeno di vasta portata, cui l'Europa dell'epoca non era abituata. Nel 1209, Papa Innocenzo III promosse la crociata contro gli **Albigesi**, che portò al massacro della quasi totalità della popolazione di Béziers e terminò nel 1229 con la sconfitta dei Catari.

I luoghi: Da **Somail** affascinante villaggio, vicino a Narbonne, l'antica capitale romana della Gallia Narbonensis, per arrivare a **Sarlat** pittoresca città medioevale dell'Aquitania. Attraverseremo città e paesaggi tra i più affascinanti di Francia.

Carcassonne è una delle città murate più famose d'Europa. **Albi** è stata il centro della rivolta dei Catari. **Saint Cirque Lapopie** è uno dei villaggi più pittoreschi di Francia, appollaiato sulla roccia. **Cahors** città ricca di monumenti dell'antichità è adagiata sull'ansa del fiume Lot. **Rocamandour**, sulla via di Santiago francese, è un incredibile santuario arroccato su una falesia calcarea. Infine **Sarlat** capitale del Périgord Noir una città straordinariamente conservata con più di mille anni di storia.

PROGRAMMA

Sabato 2 agosto 2014

Ritrovo a Vicenza ore 5.00. Partenza con bus granturismo (Ditta Marcon Viaggi), arrivo a Montpellier in serata. Pranzo al sacco (a cura dei partecipanti) che verrà consumato durante il viaggio. Sistemazione in hotel in camere doppie (e alcune triple) con trattamento di mezza pensione (bibite escluse). Serata libera.

*Capitale della Linguadoca-Rossiglione **Montpellier** ha conservato dal suo passato un ricco patrimonio.*

Domenica 3 agosto 2014

Montpellier-Somail-Carcassonne

Dislivello 100m. km 65 circa, sterrato e asfalto, facile.

Spostamento con il bus fino alla località **Somail**, scarico delle biciclette e partenza lungo l'argine del **Canal Du Midi**, ingegnosa opera idraulica-fluviale inaugurata nel 1681, lunga circa 240 km dichiarata 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. Dopo cena non potrà mancare la visita (libera) al centro storico della città medievale. Sistemazione presso hotel in camere doppie con trattamento di mezza pensione (bibite escluse).



*La città alta di **Carcassonne** con i suoi tre chilometri di mura e le sue 52 torri è la più grande città fortificata di tutta Europa, E' dichiarata patrimonio dell'Umanità dall'UNESCO, gli amanti dell'arte e della storia avranno di che rallegrarsi andando alla scoperta dei tesori architettonici della città...*

Lunedì 4 agosto 2014

Carcassonne-Lac du Saint Ferréol

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

Al mattino visita guidata della città alta di **Carcassonne**. In tarda mattinata si riprende il percorso in bici costeggiando ancora il Canal Du Midi, sosta per il pranzo al sacco. Lo lasciamo dopo una decina chilometri per strade asfaltate.

Nel tardo pomeriggio arriviamo al **Lago di S. Ferréol**, Serata libera. Sistemazione presso hotel in camere doppie (alcune triple) con trattamento di mezza pensione (bibite escluse).

*Situato ai piedi della Montagna Nera nella Alta Garonna, il **lago di Saint Ferréol** (località di **Revel**) fu ideato da Pierre-Paul Riquet, architetto del Canal du Midi, allo scopo di renderlo il bacino d'acqua principale del Canale. Oggi il lago è un luogo incantevole perché inserito in un contesto di boschi incontaminati.*

Martedì 5 agosto 2014

Lac du Saint Ferréol-Albi

Dislivello 500m. 60/80 km circa, asfalto 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 Catres. Nel tardo pomeriggio arrivo ad Albi con il suo stupendo centro storico, dichiarato patrimonio dell'UNESCO. Facoltativa la visita ad Albi al museo di **Toulouse-Lautrec** (i partecipanti interessati, abbrevieranno la tappa con un tratto in bus). Tardo pomeriggio e serata libera alla scoperta del centro storico e cena in locale tipico. Sistemazione presso hotel in camere doppie (alcune triple) con trattamento di mezza pensione (bibite escluse).

***Castres** città segnata nei secoli da forti correnti di pensiero è stata al centro dell'eresia catara. La città vescovile di*



Albi posta sulle rive del fiume Tarn forma un magnifico complesso architettonico con una cattedrale fortificata in mattoni, l'antico palazzo vescovile e antiche dimore. E' stata il centro della rivolta dei Catari.

Henri de Toulouse-Lautrec (1864-1901) nativo di Albi è uno degli ultimi impressionisti, egli è soprattutto un grande disegnatore. Con grandi capacità espressive rese la sua opera pittorica (le forme, i corpi e lo spazio) densa di suggestioni.

Mercoledì 6 agosto 2014

Albi-Bouziès

Dislivello 300m. 45 km circa, asfalto, facile



Al mattino visita guidata di **Albi**, si caricano le bici e in bus (trasferimento di 80 km) raggiungiamo l'incantevole **Cahors** nel **Parco delle Colline del Quercy**. Dopo la pausa pranzo pedaleremo lungo il fiume **Lot** su strada a medio traffico. Raggiungiamo dopo poco più di 30 kmil paesino di **Bouziès** che è la meta della nostra giornata. A disposizione abbiamo ancora altro tempo che impieghiamo per raggiungere in meno di 5 km (strada basso traffico e 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 al borgo rientriamo a Bouziès. Sistemazione presso hotel in camere doppie con trattamento di mezza pensione (bibite escluse).

*Affluente della Garonne, il fiume **Lot** attraversa paesaggi verdi e incontaminati. Nel Quercy, questa dolce vallata è particolarmente nota per le sue vigne. Adagiato su una penisola, sulle rive del fiume Lot, l'antico centro di **Cahors** offre con i suoi numerosi vicoli e le sue architetture un ambiente veramente gradevole, degno di una piacevole meta. Il villaggio di **Saint Cirq Lapopie**, con le deliziose case in pietra dai tetti di tegole scure e la chiesa gotica che si erge sul ciglio dell'alta falesia, domina dall'alto della sua rupe i paesaggi incontaminati della valle del Lot.*

Giovedì 7 agosto 2014

Bouziès-Rocamadour

Dislivello 600 m. 70 km circa, asfalto, medio

Al mattino partenza in direzione Rocamadour attraverso strade secondarie all'interno del Parco Naturale del Quercy. Sosta pranzo lungo il percorso e arrivo a destinazione nel borgo medievale nel primo pomeriggio. Dedichiamo il resto della giornata e la serata a scoprire l'antico sacro borgo. Sistemazione presso hotel in camere doppie con trattamento di mezza pensione (bibite escluse).

Il Parco Naturale Regionale dei Causses del Quercy è il regno di falesie, grotte e strapiombi. Vallate e altipiani calcarei compongono questo magnifico territorio. Città sacra e noto luogo di pellegrinaggio, Rocamadour, arroccata su una falesia calcarea, domina maestosa il canyon dell'Azoul, in un ambiente ancora selvaggio e incontaminato. Pellegrini e turisti vengono qui ogni anno a visitare i sette santuari dopo aver salito i 216 scalini della Grande Scalinata.



Venerdì 8 agosto 2014

Rocamadour-Sarlat

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



Prime ore della mattina dedicate alla visita libera del borgo. Ripartiamo in bici in tarda mattinata utilizzando strade secondarie nello splendido scenario della **Valle della Dordogna**, siamo nella regione dell'**Aquitania**, con capoluogo **Bordeaux**. Sosta per il pranzo. In bici proseguiremo sul sedime di una vecchia ferrovia recentemente recuperata come pista ciclabile. La meta finale della giornata e della ciclovacanza, **Sarlat**, merita di essere vissuta con calma e interesse. Cena in centro storico presso un locale tipico. Pernottamento presso hotel in camere doppie con trattamento B/B.

*Nella **Valle della Dordogna** splendidi castelli, paesaggi incontaminati e affascinanti villaggi rappresentano tante ricchezze tutte da scoprire. Nel cuore del Périgord Nero, **Sarlat-la Canéda** è una tappa irrinunciabile per gli appassionati di architettura. Il centro storico medievale invita alla passeggiata ed è ricco di stradine pittoresche e palazzi gotici e rinascimentali (il mercato del sabato, particolarmente animato, è da non perdere).*

Sabato 9 agosto 2014

Sarlat-Vicenza

Dopo la colazione, dedichiamo ancora alcune ore alla visita libera del borgo. Partenza con il bus granturismo per rientrare a Vicenza. Arrivo previsto nelle prime ore del mattino di domenica 10 agosto. Lungo il percorso sono previste soste, il pranzo e la cena sono a carico dei partecipanti.

Eventuali variazioni al presente programma potranno essere apportate dagli accompagnatori in base all'organizzazione delle visite, alle condizioni meteo e ad altri imprevisti.

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

Info:

- ✓ Difficoltà: media percorso totale km365/385
- ✓ Percorso: misto, ciclabile, asfalto e sterrato, pianura e collina con alcuni tratti impegnativi.
- ✓ Numero massimo di partecipanti 52
- ✓ Trasferimento con bus granturismo con carrello portabici, trasporto bagagli, partenza/arrivo Vicenza.
- ✓ Bici: da cicloturismo/city bike o mountain bike in ottimo stato, set di riparazione con 2 camera d'aria di scorta, **è consigliato l'uso del casco.**
- ✓ **Il bagaglio a seguito deve essere:** borse da bici, piccoli trolley, **no** valigie.
- ✓ **Referente ciclovacanza:** Maurizio Zocca Tuttinbici-Fiab Vicenza
- ✓ **Accompagnatori:** Maurizio Zocca, Renata Zorzanello, Alessandro Iannelli

Note:

- ✓ Ogni partecipante deve essere munito di documento d'identità valido per l'espatrio e tessera sanitaria vecchia e nuova.
- ✓ L'organizzazione non anticiperà somme in caso di prestazioni sanitarie a pagamento.
- ✓ E' obbligatoria l'iscrizione a Tuttinbici-Fiab Vicenza o ad un gruppo FIAB per l'anno in corso, pena la nullità

dell'iscrizione.

- ✓ Il mancato versamento del saldo nei termini previsti causerà l'esclusione dal viaggio e la trattenuta delle spese sotto elencate.
- ✓ A chi rinuncia al viaggio saranno applicate le penali di annullamento previste dal contratto di compravendita del pacchetto turistico allegate al modulo di iscrizione.
- ✓ **Possibilità (consigliata)** di stipulare un'assicurazione contro le spese di annullamento viaggio (facoltativa) il cui costo è pari al 4, 8% della quota viaggio, ossia a €33, 12 da versare al momento della prenotazione unitamente all'acconto.

Iscrizioni: dal 17 gennaio 2014 fino ad esaurimento posti sul sito www.tuttinbici.it, comunque non oltre il 15/06/2014

Quota di partecipazione per persona in camera doppia/tripla: € 690

La quota comprende:

- ✓ Viaggio A/R da Vicenza in bus gran turismo con carrello portabici e trasporto bagagli al seguito per l'intera vacanza.
- ✓ 7 pernottamenti in hotel 2/3* in mezza pensione (BEVANDE ESCLUSE) in camere doppie, matrimoniali e triple;
- ✓ Accompagnatori in bici ed assistenza tecnica per tutta la durata della vacanza.
- ✓ Visite guidate alle città di **Carcassone** e di **Albi**.
- ✓ Road Book – dettagliato programma giornaliero con orari, percorsi, altimetrie e descrizione dei luoghi.
- ✓ Assicurazione RC, Assicurazione infortuni FIAB e Assicurazione medico-bagaglio.

La quota non comprende:

- ✓ Il viaggio fino alla località di partenza del bus.
- ✓ I pranzi al sacco e le bevande ai pasti e la cena del 9 agosto (viaggio di rientro).
- ✓ La visita al museo di **Toulouse-Lautrec** ad **Albi**.
- ✓ Assicurazione contro spese annullamento viaggio.
- ✓ Gli extra in genere di carattere personale e tutto ciò non espressamente indicato alla voce **“la quota comprende”**.

Acconto: € 200 all'atto di prenotazione sull'apposita pagina del sito www.tuttinbici.it con bonifico bancario
Acconto con assicurazione facoltativa: €233, 12

Saldo: € 490 entro il 30 giugno 2014 con bonifico bancario

I versamenti vanno intestati a :

Girolibero by Zeppelin Soc. coop.

CREDEM - filiale di Vicenza centro

iban: IT58C0303211800010000001392

Bic/Swift: BACRIT21128

indicando il nominativo delle persone iscritte e la dicitura CICLOVACANZA 2014 Tuttinbici Fiab Vicenza

Per informazioni: Maurizio Zocca	cell. 347-1299289 dopo le ore 15.00	mail: maurizio.zocca@tuttinbici.it
Renata Zorzanello	cell. 346-0705940	mail: renata.zorzanello@tuttinbici.it

Direzione Tecnica della Ciclovacanza:

GIROLIBERO BY ZEPPELIN Soc.Coop.

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