

L'intrigante costa mediterranea, in bicicletta da Collioure (Francia) a Calella de Palafrugell (Spagna)

Un viaggio in bici di 8 giorni



Codice Tour: FRSP01C



Questo tour in bicicletta lungo la costa mediterranea, dalla Francia alla Spagna, offrirà splendide viste sul mare ed un paesaggio tipico con formazioni rocciose alternate a colline ricoperte da vigneti e boschi. Sarete sempre accompagnati dalla vista dell'imponente montagna Canigou (2784 m). Al confine francese, inizierà la Costa Brava, la costa selvaggia. Le spiagge vi inviteranno a fare tuffi rigeneranti e a godervi il bel sole. Attraverserete piccoli villaggi di pescatori, come Sant Pere Pescador, dove potrete gustare prelibatezze di pesce, birra fresca o degustare i vini locali. Da non perdersi: la Paella, le sarde alla griglia e le gustose salsicce catalane. È anche la regione di artisti famosi come Picasso e Dalì, i cui quadri si potranno ammirare al museo di Port Lligat. Matisse rimase molto affascinato dal pittoresco porto di Collioure ove vi soggiornò per più estati.

Programma in breve:

1. Arrivo individuale a Collioure
2. Collioure - Llança (42 km)
3. Llança - Cadaques; (22 o 26 km)
4. Cadaques - Sant Pere Pescador: (35 km)
5. Sant Pere Pescador - Estartit: (23 km)
6. Estartit - Begur: (30 km)
7. Begur - Calella de Palafrugell: (16 km)
8. Fine del tour

Date del tour: dall' 01/02 al 30/06 e dal 01/09 al 30/11 (escluso luglio ed Agosto)

Il periodo migliore è da maggio a fine giugno e da fine agosto ad ottobre.

Partecipanti: a partire da 2 persone

Livello: 2,5

Le distanze giornaliere tendenzialmente saranno brevi, ma in alcuni giorni vi saranno notevoli dislivelli. Anche con le E-bike è necessaria una buona preparazione fisica ed esperienza in bicicletta. Pedalate per gran parte su strade asfaltate.

Distanze giornaliere: tra 16 e 42 km

Totale km: 168 - 182 km



Programma giornaliero:

Giorno 1 Arrivo individuale a Collioure

Arrivo individuale a Collioure, un pittoresco villaggio di pescatori dal porto variopinto, dove sono ormeggiate le barche dei pescatori di acciughe. Il villaggio è posizionato sulla Côte Vermeille (costa Vermillion), dove le rocce rosse dei Pirenei incontrano il mare. Il castello del XIII secolo domina con orgoglio il paese. Un tempo fu la residenza estiva dei re di Maiorca. Molto particolare è la chiesa seicentesca di Notre-Dame-des-Anges, che ha come campanile un antico faro. Molti artisti, come Matisse, Picasso e Dalì, sono stati attratti dalla luce e dai colori di questo incantevole villaggio, che hanno cercato di catturare nei loro dipinti.

Giorno 2 Collioure - Llança

Dopo colazione e la consegna delle bici, subito in sella per una piacevole pedalata lungo la costa, poi attraverso le colline passando prima il piccolo villaggio di Port-Vendres per poi

arrivare a Banyuls-sul-Mer, zona vinicola. Potrete degustare il vino con il Porró, una caraffa di vetro, che sembra un annaffiatoio. Una strada panoramica vi porterà a Cerbere, ultimo paese francese prima di varcare il confine con la Spagna. I Cols del Balistres ti scorteranno oltre il confine, passando un vecchio passo, un tempo popolato da contrabbandieri. Avrete una vista mozzafiato sulle insenature della costa. Una bella discesa rilassante vi porterà a Port Bou e prima di raggiungere Llança, due spiagge vi aspetteranno per godervi il sole e l'acqua di un mare rinfrescante.

Distanza: 42 km

Dislivello: + 1200m - 1216m

Giorno 3 Llança - Cadaques

La città di Llança è stata modificata nel corso degli anni, ma gli stretti vicoli che circondano la chiesa ed il palazzo-castello dell'abate di Sant Pere de Rodes rendono ancora l'idea di come fosse una volta la città. Vi sono molte piccole insenature dall'acqua di mare incontaminata e delle belle viste sulla costa rocciosa. Continuando la vostra pedalata giungerete alla baia a ferro di cavallo di El Port de la Selva, un villaggio medievale che per secoli ha goduto dell'attività economica più importante, la pesca. Dopo aver visitato La Selva, si potrà scegliere di andare direttamente a Cadaques o di fare una deviazione e visitare il selvaggio e incontaminato Caps Creus, con il suo imponente faro. Cap de Creus è una penisola in cui si trovano due riserve naturali e tre aree di grande ricchezza sottomarina: Cap Gros, la punta di Cap de Creus e Cap Norfeu. Le rocce che emergono dall'acqua hanno forme spettacolari, modellate nel corso di milioni di anni dal vento e dal mare; la fantasia popolare ha attribuito loro nomi come: leone, drago, cammello e gatto. A Cadaques, troverete una delle città più belle della Costa Brava con i suoi piccoli vicoli e le case bianche. Salvador Dalí viveva nella periferia di Portlligat, dove è ancora possibile visitarne la sua casa. In cima al villaggio di Cadaques si trova la chiesa di Santa Maria, dove si può ammirare una cappella dipinta da Dalí.

Distanza: 22 o 36 km

Dislivello: + 452m - 414m oppure + 680m - 610m

Giorno 4 Cadaques - Sant Pere Pescador

Questa giornata inizierà con una salita per arrivare sopra Cadaques. Sarete ricompensati con delle viste mozzafiato. Una meritata discesa porterà a Roses che per il suo porto naturale era già abitata fin dall'epoca degli antichi greci. Famoso è il Castell de la Trinitat dalla caratteristica forma a cinque punte, costruito nel XVI secolo. Una strada prevalentemente pianeggiante vi porterà alla destinazione finale del percorso di oggi, Sant Pere Pescador

Distanza: 35 km

Dislivello: + 430m - 467m

Giorno 5 Sant Pere Pescador - Estartit

Oggi si seguirà un percorso panoramico dai pochi saliscendi. Il mare e le spiagge saranno vostri compagni fino a Sant'Marti d'Empuries, abitata fin dall'arrivo dei Greci e troverete le rovine romane e fenicie di Empúries o Empòrion da visitare risalenti al 580 a.C. Quindi proseguirete per L'Escala, un importante porto peschereccio con un festival dedicato alle acciughe. La città è posizionata su di un'ampia baia dalle acque azzurre e calme del mare. Il nome deriva da Scala, che indica il porto naturale che costituiva un buon riparo per le barche dei pescatori. Vi sono molti musei da visitare. Assaggerete le deliziose acciughe in uno degli accoglienti ristoranti cittadini. Un breve viaggio vi porterà a L'Estartit.

Distanza: 23 km

Dislivello: + 264m - 266m

Giorno 6 L'Estartit - Begur

Oggi per iniziare si pedalerà sul massiccio del Montgri giungendo a Toroella, posizionata sulla sponda nord del fiume Ter. Un tempo era il porto reale dei re d'Aragona prima che il fiume iniziasse a insabbiarsi ed il nuovo porto fu costruito a L'Estartit. Seguendo stradine di campagna si passerà per il borgo medievale di Pals, incantevole e ben curato borgo fortificato. Il nome deriva da Palus, che significa palude. Il paese, infatti, sorge su di un colle che domina una vallata un tempo paludosa dove ora si trovano le risaie. La Torre de las Horas, un resto di un castello e ora un campanile, attirerà la vostra attenzione. Vi sono molte gallerie d'arte e negozi molto invitanti. Il percorso ritornerà sulla costa e si raggiungerà Begur. Il paese è dominato dall'imponente sagoma del castello medievale. Sebbene la sagoma di Begur a prima vista possa sembrare un insieme indefinito di case in stili e materiali diversi, le strade mantengono il loro fascino originale.

Distanza: 30 km

Dislivello: + 750m - 550m

Giorno 7 Begur-Calella de Palafrugell

Oggi una breve tratta, ma con qualche salita da affrontare. Il paesaggio offrirà ancora calette ed insenature con sullo sfondo delle pinete. Potrete nuotare e visitare il pittoresco villaggio di pescatori Tamariu con le sue stradine e case bianche. Si pedalerà poi fino al faro di San Sebastian a 169 m sul livello del mare. Passando Llafranc con il suo piccolo porto e località balneare dove artisti famosi come Rock Hudson, Elizabeth Taylor, Sophia Loren ed Ernest Hemmingways hanno apprezzato il suo mare e le sue spiagge. Questo tour terminerà a Calella de Palafrugell. Potrete fare un giro extra per visitare i bellissimi giardini botanici dai molti cactus, piante grasse, piante tropicali e giardini di erbe. Goditevi un'ultima cena in uno degli ottimi ristoranti di pesce. Calella de Palafrugell è anche famosa per il suo festival musicale che si tiene a luglio, il Cap Roig Garden Festival.

Distanza: 16 km

Dislivello: + 540m - 690m

Giorno 8 Fine del tour

Prima colazione e termine dei nostri servizi

Prezzi per persona in Euro 2024:

	01/02- 15/06/2024	16/06-30/06 01/09- 14/09/2024	15/09-30/11/2024
In camera doppia	€ 1.065	€ 1270	€ 1.065
In camera singola	€ 1.320	€ 1.450	€ 1.320
E-bike (min. 2 persone)	€ 350		
Ibride trekking	€ 275		
Transfer dalla stazione di Perpignan o dall'aeroporto a Collioure prezzo per 1-4 persone	€ 145		
Notte extra a Collioure in camera doppia B&B	€ 65	€ 65	€ 65
Notte extra a Collioure in camera singola B&B	€ 105	€ 105	€ 105

Incluso nel prezzo:

- 7 pernottamenti e prime colazioni
- 5 cene (Sant Pere Pescadore e Begur solo colazione)
- Transfer alla fine del tour per Collioure
- Trasporto bagaglio (1 valigia per persona di mass. 12 kg)
- Itinerari dettagliati
- Mappe 1:25.000 IGN
- Servizio d'emergenza

Non incluso nel prezzo:

- Cena nel giorno 4 e 6
- Musei ed extra in generale
- Bevande durante i pasti
- Extra dai menu standard
- Assicurazione di viaggio, la quale è raccomandata
- Tutto ciò non espressamente menzionato sotto"il prezzo include"

Hotel: ** o *** stele con bagno privato

Inizio / Fine: Collioure / Calella



ECOLOGICOTOURS

ECOLOGICO TOURS
Cantonal 41/C 19
6565 San Bernardino
Svizzera/Schweiz/Suisse

info@ecologicotours.com
tel. (0039) 3463254167 – (0041)(0) 79 2457505
www.ecologicotours.com
www.meravigliosaumbria.com