

## Notre Giro di Toscana version Originale

8 jours / 7 nuits

La Toscane est une destination de rêve pour les cyclistes. C'est pourquoi nous vous avons concocté un Giro di Toscana dans l'une des plus belles régions d'Italie. Ce circuit vous fera emprunter les plus belles routes d'Italie et vous séjournerez dans des villes splendides aux noms évocateurs (Sienne, Florence, Bologne, Pise, ...)

Parce qu'il en faut pour tous les goûts et surtout tous les niveaux, une version XXL de ce séjour est aussi disponible. Ce circuit est conçu pour les "amoureux" du vélo, affamés de kilomètres !

Au programme : une diversité de paysages impressionnante des collines toscane à la rudesses des Alps Apuanes en passant par le climat méditerranéen de l'île d'Elbe. Une semaine au cœur de la Toscane qui vous fera traverser huit belles régions pour un dépaysement garanti! Ce séjour est conçu pour vous en faire découvrir un maximum à un rythme "sportif" !

[Bien préparer votre séjour](#)

### VOTRE PROGRAMME

#### Jour 1 - Terre et mer !

Votre séjour commence le matin devant l'aéroport de Pise vers 9h00.

Nous quittons la ferveur de Pise pour rentrer petit à petit dans la campagne toscane. Sur une petite route vallonnée, nous traversons de nombreux villages typique comme Santa Luce ou Riparbella.

Nous grimpons à flanc sur la colline séparant la mer et Volterra. La vue sur les plages et la côte Tyrrhénienne y est magnifique.

Petite descente en direction de la mer puis nous remontons légèrement sur Casale Marittimo pour le repas.

Nous finissons en longeant la côte thyrrénienne pour finir tranquillement cette première journée.

Environ 115 km pour +850 m  
(Parcours XXL 145 km pour +1300 m )

Nuit en hôtel\*\*\* à Piombino



## **Jour 2 - Une montagne dans la mer : l'île d'Elbe**

Direction le port de Piombino où nous embarquons sur un Ferry pour 1h de traversée.

Arrivée à Portoferraio, la journée commence sur une route légèrement montagneuse. Nous longeons cette sublime île qui semble posée comme un bout de montagne en pleine mer, les panoramas se succèdent et s'offrent à nous sans modération. Tantôt sur la Corse et les petites îles avoisinantes du côté du vieux village de Marciana, tantôt sur le Continent et les Alpes Apuanes (théâtre des 2 dernières étapes) qui se discernent au loin.

Nous passons par les 3 sublimes "Golfo di Campo, Lancona et Stella" où les plages ne vous laisseront pas indifférents.

Dernière montée sur Rio Nell'Elba avant d'enchaîner une longue et belle descente avec Porto Ferraio en point de mire. Fin de la journée dans un superbe hôtel\*\*\* sur le golfe de Portoferai. La vue y est imprenable sur la citadelle et la ville historique, baignade au pied de l'hôtel recommandée...

Environ 85 km pour +1600 m  
(Parcours XXL 115 km pour +2000 m)

Nuit en Hôtel\*\*\* à Portoferraio



### **Jour 3 - Beauté divine : la cathédrale de Sienne**

La journée commence tôt, une petite dizaine de km pour rejoindre le port de Porto Ferraio et nous voilà partis pour 1h00 de bateau.

Arrivée à Piombino, il faut environ 30 km pour rentrer dans le vif du sujet : le calme et la beauté des collines toscanes.

Passage par les magnifiques villages de Montieri et Chiusdino.

Les véritables paysages toscans se révèlent petit à petit et c'est un émerveillement pour les yeux. Les châteaux et sublimes villas sont nos compagnons de route de part et d'autre du parcours.

Environ 120 km pour +1460 m  
(Parcours XXL 150 km pour +1850 m)

Nuit en hôtel\*\*\* dans Sienne



#### **Jour 4 - La septième merveille du monde: Florence !**

Aujourd'hui, c'est vers le berceau de la renaissance que nous nous dirigeons ! Inscrite sur la liste du patrimoine mondiale de l'Unesco, Florence est une étape indispensable pour quiconque passe en Toscane.

Pour cette 4ème journée de vélo, nous vous proposons une étape un peu plus "courte" commune aux 2 versions de notre GdT. Le but est de vous permettre de récupérer un peu avant les 3 dernières étapes les plus dures mais aussi, et surtout, vous permettre d'arriver tôt et ainsi de visiter la magnifique ville de Florence.

Nous quittons Sienne vers le Nord par une sublime petite route pour arriver dans le village de Radda in Chianti. Nous poursuivons par une route toujours aussi belle où vous vous sentirez au bout du monde, dépaysement garanti.

Environ 80 km pour +1260 m

Nuit en hôtel\*\*\* à Florence



### **Jour 5 - Le début de la fin !**

Nous partons ce matin pour Bologne, siège de la plus vieille université occidentale (fondée en 1088). Cette ville est la 3ème merveille architecturale de votre périple.

Nous prenons peu à peu de l'altitude. Les paysages changent et nous rentrons dans un environnement montagneux.

Départ de Florence par une montée d'environ 12 km offrant un panorama original sur la ville. La deuxième difficulté, d'une quinzaine de kilomètres, vous entraînera à 880 m d'altitude.

Les grimpeurs commencent à sortir du groupe !

La fin est bien vallonnée avec quelques beaux pourcentages.

Environ 110 km pour +2000 m  
(Parcours XXL 140 km pour +2680 m)

Nuit en hôtel\*\*\* à Bologne



## **Jour 6 - LA plus dure !**

Avant dernier jour, le "blues" de la fin ?

Pas d'inquiétudes, vous allez être comblés par ces 2 derniers jours.

Nous quittons Bologne par une petite route sinueuse qui offre une vue superbe sur la ville.

Nous grimpons, descendons, remontons de nouveaux... Une étape sans répit qui vous fera profiter de la rudesse des italiens dans la construction de leur route : certains pourcentage sont surprenants !

Environ 120 km pour +2500 m

(Parcours XXL 140 km pour +3000 m)

Nuit en hôtel\*\*\* dans un petit village des Alpes Apuanes



### **Jour 7 - Descente du paradis**

Cette dernière journée s'annonce grandiose !!

Une quinzaine de km de montée pour commencer la journée et atteindre le point culminant de la semaine : 1574 m. Vient ensuite une descente délirante de 90 km !

Passage par la ville fortifiée de Lucca, lieu de résidence de notre bureau Italien.

Le temps de faire le tour des remparts de Lucca pour contempler les magnifiques villas et nous terminons les 25 derniers kilomètres de ce périple en contournant le Monte Serra.

Arrivée sur Pise où vous avez la fin d'après-midi et la soirée pour profiter de cette ville mondialement connue.

Environ 130 km pour +1700 m

(Parcours XXL 150 km pour +2500 m et -3500 m)

Nuit en hôtel\*\*\* dans Pise





### Jour 8 - The end

Après votre petit déjeuner, il vous reste la mondialement connue "Piazza dei Miracoli" et sa tour penchée à venir admirer.  
Transfert à l'aéroport en option.



Nous vous rappelons qu'à tout moment nous pouvons être amenés à modifier des étapes de votre séjour en raisons d'événements indépendants de notre volonté. Nous dépendons notamment des événements climatiques et naturels.

## Informations contractuelles

### TARIFS

À partir de 1650 euros par personne.

### OPTIONS

Séjour en chambre 1 personne : 200 euros par personne.  
Supplément location vélo de course en aluminium : 215 euros par personne.  
Supplément location vélo de course en carbone : 310 euros par personne.  
Traces GPS sur clé USB : 25 euros par personne.

#### **LE PRIX COMPREND**

La pension complète du repas de midi du 1er jour au petit déjeuner du jour 8  
Les repas du midi sont des pique-niques conçus par l'accompagnateur  
Repas du soir en restaurant  
Les billets de bateau pour l'Aller / Retour sur l'île d'Elbe  
Le transfert des bagages  
L'assistance (véhicule + conducteur) pendant tout le séjour  
7 nuits en hôtels 3\* en chambre double

#### **LE PRIX NE COMPREND PAS**

Le transport jusqu'au point de rendez-vous et depuis le point de dispersion  
Les transferts non prévus au programme  
Les assurances  
Les boissons  
Le vélo  
Les visites de sites  
Les activités optionnelles au programme  
Les dépenses personnelles

#### **NIVEAU DE DIFFICULTÉ**

Circuit sportif accessible à tous, pratiquant régulier ou occasionnel en bonne condition physique.

#### **PORTAGE DE VOS AFFAIRES**

Le portage de vos affaires est assuré par véhicule. Possibilité de stockage de vos boîtes à vélo par nos soins.

#### **HÉBERGEMENT**

Nuits en hôtels 3 étoiles en chambres de deux personnes.  
Option possible en chambre seule.

#### **TAILLE DU GROUPE**

A partir de 6 personnes.

#### **DÉPARTS**

1 départ annuel programmé en co-remplissage (dernier dimanche de Septembre).  
(Autres départs possibles pour groupes déjà constitués, à partir de 6 personnes - nous consulter)

#### **DÉPART**

Rendez-vous fixé à l'aéroport de Pise.

#### **DISPERSION**

Le jour 8 après votre petit déjeuner à Pise. Transfert aéroport possible.

## **ACCÈS**

Depuis la France, Pise est accessible en voiture. Par exemple à partir de Lyon il faut compter 7h de route pour 638km et pour Nice environ 3h50 de route pour 360km.

Par train, Pise est accessible par Viareggio ou Florence : [www.railkey.com](http://www.railkey.com) ; [www.railpass.com](http://www.railpass.com)

Par avion, la ville possède un aéroport international qui compte 18 compagnies. Pise est très bien desservie par la compagnie Ryan Air : [www.pisa-airport.com](http://www.pisa-airport.com)

## **ÉQUIPEMENT À EMPORTER**

MATÉRIEL CONSEILLÉ A EMPORTER (liste non-exhaustive) :

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 parcourir nos sentiers :

- 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
- il n'y a pas de fuite au niveau des suspensions
- les roues sont bien serrées
- les freins sont en bon état (usure + fuites éventuelles)
- le jeu de direction a été vérifié

Et n'oubliez pas qu'on repère plus facilement les anomalies sur un vélo nettoyé...

### **MATÉRIEL RÉPARATION**

Pour se mettre à l'abri des soucis mécaniques, mieux vaut être prévoyant et avoir toujours sur soi le matériel de base du vététiste :

- 2 chambres à air (anti-crevaisons fortement conseillées, ou bandes anti-crevaison)
- une pompe
- des démonte-pneus
- un kit de réparation de chambre à air constitué de rustines et de colle
- un outil multiple
- une petite pince
- un morceau de pneu

Aussi, vous pouvez vous constituer votre propre caisse à outils que nous transférons en même temps que vos bagages. Dans celle-ci vous mettrez :

- un câble de frein (AV et AR)
- un câble de dérailleur
- un pneu
- une patte de dérailleur
- de l'huile pour la chaîne
- un chiffon

### ÉQUIPEMENT

L'habit ne fait pas le moine, et le cuissard moulant ne vous transformera pas en champion du vélo. Toutefois, un minimum d'équipement spécifique au vélo sera nécessaire pour être à l'aise sur ses pédales :

- un casque
- des lunettes
- des chaussures adaptées (pas de semelles lisses)
- un cuissard ou un short
- T-shirt respirant (éviter le coton)

### SAC A DOS JOURNÉE

Parce qu'il est désagréable de rouler avec un sac à dos trop chargé, il sera préférable de bien réfléchir à la composition du sac pour la journée :

- une poche à eau et/ou une gourde et/ou des bidons sur le vélo (2L/jour/personne minimum)
- des vivres (barres énergétiques, fruits secs...)
- le matériel de réparation de base pour votre vélo (voir ci-dessus)
- un coupe-vent (imperméable)
- le pique-nique
- une lampe frontale
- un couteau
- de la crème solaire (+ protection pour les lèvres)
- du papier toilette
- une pharmacie (voir ci-dessous)
- votre téléphone portable + une batterie externe
- un sac poubelle

### 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 (0.5L) avec initiales marqués sur couvercle et boîte + élastiques larges.
- des couverts réutilisables (fourchette et couteau de poche)

### SAC DE VOYAGE

Vos bagages sont transférés durant la journée et vous les retrouvez avec plaisir chaque soir chez l'hébergeur. À condition bien sûr de ne pas avoir oublié l'indispensable :

- 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 petite trousse de toilette avec une serviette

#### PHARMACIE

Sur tous les séjours accompagnés, le moniteur dispose d'une trousse de premier secours.

Cependant, il est indispensable d'emporter une pharmacie personnelle.

Voilà une liste du minimum à emporter sur soi :

- du désinfectant
- des bandes de gaze
- du sparadrap
- de la crème de protection pour les fesses
- vos médicaments personnels
- une couverture de survie

Une trousse à pharmacie plus complète devra être constituée avec votre médecin.