



SUPEREXCURSIÓ AL MONT VENTOUX (19, 20 I 21 de Juliol de 2013)

Divendres 19 de juliol.

Sortida: 14:00 h Banyoles (davant Supermercat Condis)
Arribada: 20:00 h SAINT CHRISTOL D'ALBION.

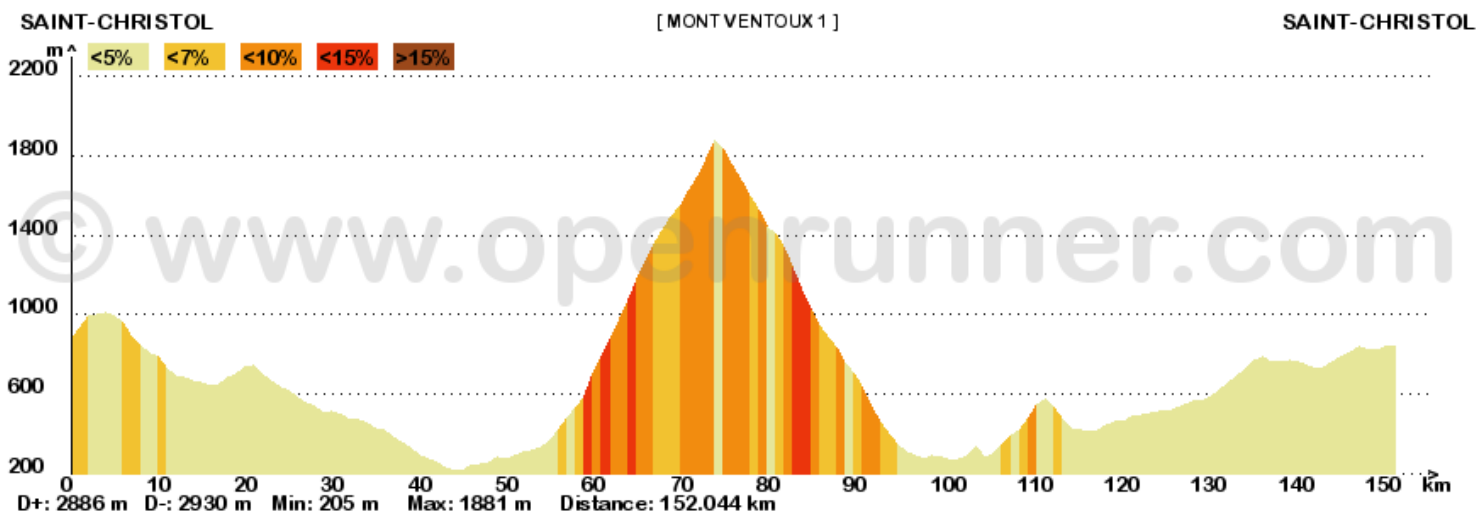
Allotjament : Hotel Les Lavandins

Estada a mitja pensió. L'hotel disposa de garatge per les bicicletes i piscina.

Dissabte 20 de juliol

Primera sortida per escalar el gegant de la Provença. Prepareu-vos per “suar” de valent. Del plateau d'Albion ens dirigirem fins a les Gorges de la Nesque, per aproximar-nos al Mont Ventoux. Pujada al gegant per Bédoin i baixada per Malaucene. Des d'aquí farem un tour per la vessant nord del Mont Ventoux per retornar al plateau de Sault i finalment a l'hotel.

Esmorzar: 8:00 h
Sortida amb bicicleta: 9:00 h
Recorregut: 152 km
Desnivell acumulat: 2.900 m
Hora de tornada aprox. 17:00 h
Sopar: 20:00 h





Dades clau del Mont Ventoux per Bédoin:

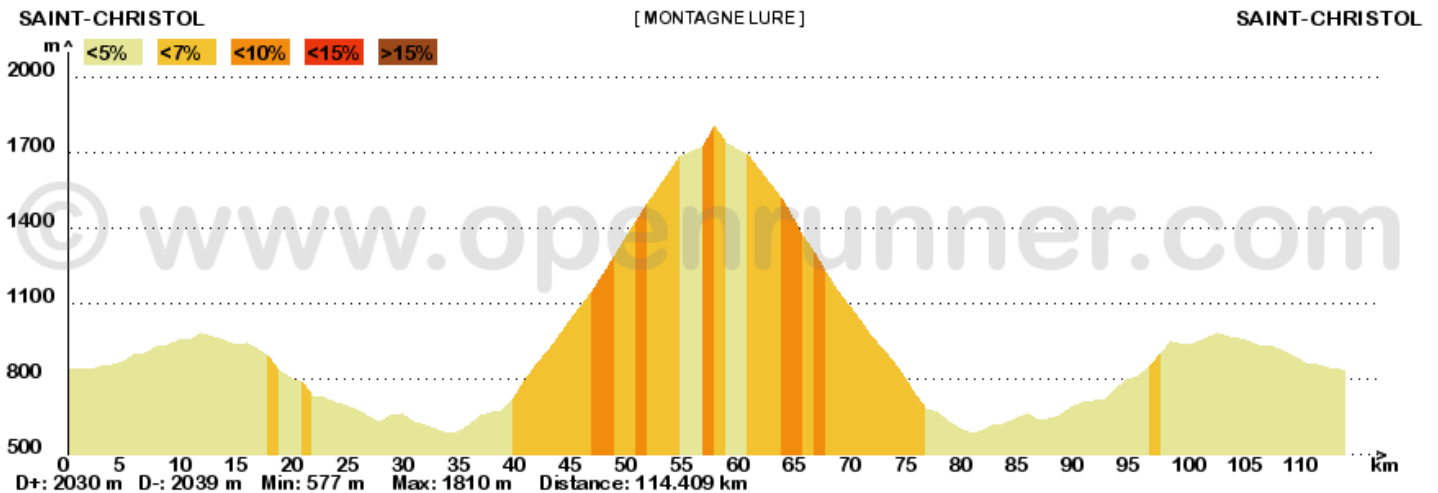
Altitud:	1912 m
Longitud:	21,5 km
Desnivell:	1552 m
Pendent mitjana:	7,22 %
Pendent màxima:	12% (al km 7 i 21)

Diumenge 21 de juliol

Segona sortida. Pujada a la muntanya de Lure, final d'etapa d'aquest any a la Paris – Niça. Amb una aproximació per les carreteres de l'Alta Provença, arribarem al peu de la pujada de l'estació de Lure, una pujada d'uns 15 km . Un cop dalt, de retorn a l'hotel per la mateixa ruta.

Esmorzar: 8:00 h
Sortida amb bicicleta: 9:00 h
Recorregut: 110 km
Desnivell acumulat: 2000 m
Arribada a l'hotel: 13:00 h
Dutxa i dinar al mateix hotel.

Sortida: 15:30 h
Arribada a Banyoles: 21:00 h



INSCRIPCIONS I PAGAMENT

Pressupost: 250 € / persona (Inclou hotel a mitja pensió, dinars del dissabte i del diumenge i transport).

Inscripcions a la WEB del Club fins el 19 de maig. En el moment de les inscripcions cal fer un pagament inicial de 100 € i la resta (150 €) amb una setmana d'antelació a la sortida de l'excursió (abans del 14 de juliol).

Ingrés al cc. 2100 3708 37 2200094390 (indicar el nom i concepte).