



## Petites routes du Lubéron

5 jours / 4 nuits

Sillonner en bicyclette les collines et les vignobles du Luberon à la rencontre d'une chapelle romane ou d'une Bastide secrète; flâner sur les places aux fontaines à Bonnieux, ou à Gordes. Le plaisir de la terrasse d'un sympathique bistro, de concocter votre déjeuner aux étals colorés des marchés et le soir de savourer la cuisine pleine de saveur du Chef. Le charme d'une randonnée vélo typique en Provence !

### VOTRE PROGRAMME

#### **Jour 1 - Isle sur la Sorgue**

Arrivée à Isle sur la Sorgue par vos propres moyens.

Dîner libre et nuit à Isle

#### **Jour 2 - Autour d'Isle sur la Sorgue - 40 km**

Vous roulez à vélo dans le pays des Sorgues, admirable jardin de la Provence, sur des petites routes bordées de cyprès jusqu'à Pernes-les-Fontaines. Visite de cette capitale historique du Comtat Venaissin, avec ses 40 fontaines, son église romane, et ses hôtels particuliers. Vous continuez votre étape vers les villages perchés des Monts de Vaucluse, au nord du Luberon. Venasque, cité médiévale perchée, classée parmi les « plus beaux villages de France » avec son magnifique baptistère. Sur les routes de trois villages perchés aux odeurs de thym et de romarin, pays de cerises et de muscat du Ventoux, vous rencontrez le village de Beaucet qui se niche dans la roche sous les vestiges du château, et La Roque. Redescente à l'Isle sur la Sorgue à travers les pinèdes.

Dîner libre et nuit à l'Isle sur la Sorgue

Environ 40 km

Dénivelés +700m / -700m

#### **Jour 3 - Isle - Oppede - 52 / 59 km**

Une journée de vélo pour découvrir parmi les plus beaux villages perchés du Lubéron à travers les vignobles, les vergers et la garrigue.

Lagnes, Cabrières-d'Avignon et Goult, le prestigieux village de Gordes, et Roussillon flamboyant de ses murs d'ocres. En fond, dominant les escarpements blancs des roches, les combes tortueuses et les ocres des falaises, relevés par le gris vert des chênes et des pins. N'hésitez pas à découvrir à pied les chemins d'Ocre de Roussillon !

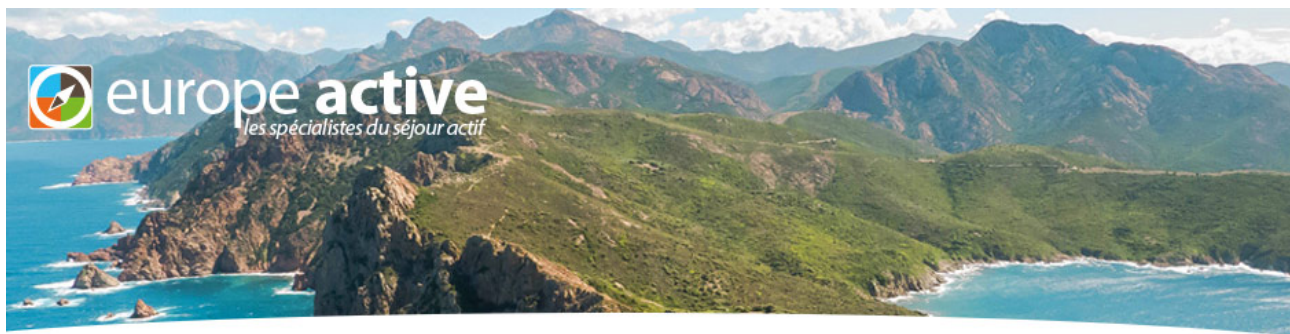
Dîner libre et nuit à Oppede

Environ 52 ou 59 km

Dénivelés +1000m / -1000m

#### **Jour 4 - Autour d'Oppede - 41 km**

Une belle journée de vélo dans les collines ondulées du Lubéron, où se perchent les villages de Bonnieux, Lacoste et



Ménerbes. Vous longez les balcons du Petit Lubéron, le long des vignes et des plantations de chênes truffiers. Lacoste vous offre un labyrinthe de ruelles pavées montant vers les ruines du château du Marquis de Sade. Vous pouvez effectuer un petit détour pour Ménerbes, un des nombreux villages classés du Vaucluse. Les villages authentiques de Bonnieux, Maubec et de Robion vous offrent une halte tranquille.

Dîner libre et nuit à Oppede

Environ 41 km

Dénivelés +800m / -800m

#### **Jour 5 - Oppede - Isle sur la Sorgue - 13 km**

Retour en balcon au pied du Luberon, le long des villages de Robion et des Taillades jusqu'à Cavailon. Vous traversez des paysages maraîchers et fruitiers, bordés de cyprès jusqu'à l'Isle sur la Sorgue.

Au revoir à l'Isle sur la Sorgue

Environ 13 km

Dénivelés +150m / -150m

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 475 euros par personne.

### **OPTIONS**

Réduction par personne pour un départ basse saison (du 01/03 au 27/04 et du 28/09 au 15/11) : -30 euros par personne.

Supplément chambre single : 255 euros par personne.

Supplément chambre single pour un départ basse saison (du 01/03 au 27/04 et du 28/09 au 15/11) : 245 euros par personne.

Supplément location vélo VTC : 120 euros par personne.

Supplément location vélo électrique : 190 euros par personne.

Supplément location vélo de route : 190 euros par personne.

Supplément SOLO TRAVELLER : 405 euros par personne.

### **LE PRIX COMPREND**

4 nuits en chambre double avec salle de bain/douche et wc

4 petits déjeuners continentaux

Jours 3 > 5 : transport des bagages

Notre carnet de route avec les itinéraires de randonnée vélo et les cartes détaillés.

Numéro de tel d'assistance 7/7

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



4 jours de location de vélos VTC  
Transport à Isle le jour 1 et 5  
Tous les déjeuners et diners  
L'assurance, les entrées dans les musées et les dépenses personnelles

### **NIVEAU DE DIFFICULTÉ**

Niveau modéré : 13 à 59 km par jour.

### **PORTAGE DE VOS AFFAIRES**

Transfert des bagages inclus du jour 3 au jour 5.

### **HÉBERGEMENT**

Hébergement en chambre double en hôtel 2 étoiles avec petit déjeuner.

### **TAILLE DU GROUPE**

A partir de 2 personnes.

### **DÉPARTS**

Du 1er mars au 15 novembre

### **DÉPART**

Dès votre arrivée à votre hôtel à Isle sur la Sorgue.

### **DISPERSION**

Après le petit déjeuner du dernier jour, dans votre hôtel d'Isle sur la Sorgue.

### **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.