



## Le Parc Naturel Régional du Verdon à vélo - Version guidée

8 jours / 7 nuits

A cheval sur les départements du Var et des Alpes de Haute-Provence, le Parc Naturel Régional du Verdon vous accueille pour une semaine à vélo en itinérance pour le plaisir des yeux et des jambes. Cette version guidée vous assure un confort total, votre seule mission est de rouler et d'apprécier les merveilles de la région.

### VOTRE PROGRAMME

#### Jour 1 - De la méditerranée à Draguignan

Premier jour de votre périple, vous retrouvez votre guide à Fréjus, le point de rendez-vous est fixé en amont pour arranger le plus grand nombre.

Une fois les présentations faites ainsi que le briefing de l'étape du jour, vous partez pour une bonne étape de mise en jambe. Longeant la côte dans un premier temps, vous vous engagez ensuite dans les "terres varoises" pour rallier Draguignan.

80km ; +1000m

#### Jour 2 - Entrée dans le Parc Naturel Régional du Verdon

Chose promise chose due, vous quittez Draguignan et mettez directement le cap au Nord pour rejoindre le Verdon.

Ne présentant pas de grosse difficulté, cette étape n'en reste pas moins un bon test de début de séjour la majorité du parcours étant en faux plat montant.

Vous traversez de nombreux villages varois et faites étape à Aups.

75km ; +1000m

#### Jour 3 - Les lacs de la région

Une bonne montée de 6 kilomètres pour quitter le village, suivi d'une longue descente et vous tombez nez à nez avec l'une des merveilles du Var: le Lac de Sainte-Croix.

Après une pause photos vous reprenez la route vers une région très peu fréquentée et typique du Parc Régional du Verdon. Un petit paradis du vélo qui vous conduit jusqu'à Gréoux-les-Bains, cité thermale dans laquelle vous passez la nuit.

80km ; +1300m

#### Jour 4 - Naturel et paisible

Il est temps de quitter les spas de Gréoux, un jour de plus sans un mètre de plat sur les routes du Parc Régional, un jour de plus à explorer les richesses naturelles de la région, un jour de plus qui restera gravée dans vos mémoires. Au programme 78km de plaisir, selon la saison vous traversez les champs de lavandes ainsi que le village de Moustiers Sainte Marie niché au pied des falaises. Vous passez la nuit dans un petit village au bord du Lac de Sainte Croix.

78km ; +1300m (peut être réduite de 15km).



### **Jour 5 - Les Gorges du Verdon**

L'étape reine du séjour !

Tout ce que vous avez entendu jusqu'à ce jour sur la beauté des Gorges du Verdon va être confirmé, voir amplifié. Vous allez également vous rendre compte que les Gorges, ça se mérite. L'étape débute pas une montée de 13 kilomètres, principale difficulté du séjour. Arrivé en haute, place au plaisir, n'oubliez surtout pas votre appareil photo !

Vous atteignez Castellane pour une nuit très reposante et bien méritée.

73km ; +1560m

### **Jour 6 - Du verdon au Haut-Var**

Changement de décor en cette sixième et avant dernière étape. Après quelques kilomètres montagneux dans la région de Castellane et des vues imprenables sur les Lacs de Castillon et de Chaudanne, vous mettez le cap au sud-est direction les villages du Haut-Var.

Avec 1400m de dénivelé positif, cette journée propose les dernières difficultés du séjour, profitez !

Vous passez la nuit dans un village classé comme l'un des plus beaux de France.

78km ; +1400m

### **Jour 7 - Retour sur la côte**

Un dernier petit effort avec une montée initiale de 6 kilomètres pour se mettre en jambe. Encore quelques beaux villages du Haut-Var au programme de cette première moitié d'étape puis vous descendez tranquillement en direction de la côte en passant par les Gorges du Blavet.

Dernière nuit à l'hôtel à Fréjus afin de profiter de la région d'une toute autre façon.

80km ; +900m

### **Jour 8 - Fin du séjour**

Le séjour prend officiellement fin après le petit-déjeuner à l'hôtel.

Si vous souhaitez prolonger des quelques jours sur la côte n'hésitez pas à nous contacter.

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 1510 euros par personne.

### **OPTIONS**

Supplément chambre single : 340 euros par personne.

Location de vélo de route : Specialized Secteur Sport : 190 euros par personne.



Location de vélo de route : Treck Domane AL3 : 215 euros par personne.

Location de vélo de route : Look 566 Ultegra : 250 euros par personne.

Location de vélo de route : Treck Emonda SL6 : 310 euros par personne.

#### **LE PRIX COMPREND**

L'hébergement, 7 nuits en hôtel (petit-déjeuners inclus)

Les dîners du J1, J2, J3, J5, J6 et J7.

Les pique-niques du midi du jour 1 au jour 7

Le transport des bagages

1 guide et 1 véhicule d'assistance sur tout la durée du séjour

Le ravitaillement en solide et en liquide du jour 1 au jour 7

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

Le transport jusqu'au point de départ du séjour

Les repas du soir non-mentionnés

Les éventuelles visites souhaitées par les clients

Les dépenses personnelles

#### **NIVEAU DE DIFFICULTÉ**

Capable de couvrir entre 500 et 600 kilomètres en une semaine sur parcours vallonné

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

Transfert des bagages par le véhicule d'assistance

#### **HÉBERGEMENT**

Hôtels 2 et 3 étoiles.

#### **TAILLE DU GROUPE**

A partir de 6

#### **DÉPARTS**

En co-remplissage, tous les ans le 2ème dimanche d'Août.

(Autres départs possibles pour groupes déjà constitués, à partir de 6 personnes - nous consulter)

#### **DÉPART**

Fréjus le matin du jour 1

#### **DISPERSION**

Fréjus le jour 8 après le petit-déjeuner

#### **ACCÈS**

En voiture vous pouvez rejoindre Fréjus avec les autoroutes A6, A7 et A8.

L'aéroport le plus proche est l'aéroport International Nice Côte-d'Azur situé à 60 km de Fréjus. L'aéroport International Toulon-Hyères est également une possibilité, situé à 80 km.



La gare TGV Saint-Raphaël dessert les grandes villes françaises.