

Du Tyrol italien au lac de Garde à vélo

ITALIE - LOMBARDIE



Cette belle excursion vous offre des paysages de montagne, des paysages verts et des rivières aux eaux douces. De la frontière autrichienne au Tyrol du Sud italien, vous pédalerez le long de routes tranquilles, en passant par des villages paisibles et des petits châteaux et cloîtres pittoresques, jusqu'au magnifique lac de Garda, bien-aimé des artistes et des poètes.



8 jours / 7 nuits
6 jours de vélo



1 à 15 personnes



Itinérant



Hôtel



Code : 1359

LES POINTS FORTS :

- Un parcours à travers une diversité de paysages, entre rivières et lacs
- La fin du séjour au célèbre Lac de Garda
- Une immersion culturelle à travers petits villages et châteaux pittoresques



PROGRAMME JOUR PAR JOUR

JOUR 1 : BOLZANO

Arrivée. Située le long de la rivière Isarco, la ville bilingue de Bolzano a toujours été au carrefour entre la Méditerranée et l'Europe centrale. C'est aujourd'hui une importante ville commerciale et touristique, dont le charmant centre est parsemé de maisons colorées au style typiquement tyrolien.

JOUR 2 : COL DE RESIA - SILANDRO

Nous vous conduirons à Resia, à 1 500 mètres d'altitude, où commence votre randonnée cycliste. La majestueuse piste cyclable vous fera passer devant le lac de Resia avec son étonnant clocher et le cloître de Montemaria. Plus loin, vous traverserez ensuite les hameaux de Clusio, Glorenza (la plus petite ville fortifiée d'Italie) et Lasa (célèbre pour son marbre), jusqu'à Silandro.

 50km +180m / -975m de dénivelé

JOUR 3 : SILANDRO - MERANO

La visite se poursuit le long de la rivière Adige, en passant par des vergers et de beaux points de repère comme l'imposant château de Dornsberg. Enfin, vous arriverez dans la belle ville de Merano, la deuxième plus grande ville du Tyrol du Sud : promenez-vous dans son joli centre-ville et ne manquez pas ses célèbres bains thermaux.

 35km +105m / -510m de dénivelé

JOUR 4 : MERANO - BOLZANO

En empruntant des pistes cyclables et des routes secondaires, vous atteindrez le confluent des rivières Isarco et Adige. En chemin, vous pourrez admirer la plus grande plantation de pommiers d'Europe et, à Lana, vous pourrez même visiter le musée de la pomme.

 35km +125m / -165m de dénivelé

JOUR 5 : BOLZANO - TRENTO

Vous commencerez à rouler le long de la piste cyclable du fleuve Adige, à travers les vergers et les vignobles de la célèbre route des vins. À mi-chemin entre Bolzano et Trento, vous atteindrez Salorno, qui représente la frontière linguistique entre le monde allemand et le monde italien. Il est possible de raccourcir l'étape en prenant le train dans plusieurs gares en cours de route.

 70km +410m / -475m de dénivelé



JOUR 6 : TRENTO - LAC DE GARDE

Le fleuve Adige vous conduira à Rovereto, célèbre pour son musée d'art moderne et contemporain. Après une courte montée au Passo di San Giovanni, vous profiterez d'une superbe vue sur le lac de Garde, avant d'entamer votre descente (bien méritée) vers les rives du lac.

▲ 50km +300m / -430m de dénivelé

JOUR 7 : LAC DE GARDE

Journée libre au lac de Garde, un lieu unique où les traditions de la montagne rencontrent la chaleur de la méditerranée. L'endroit idéal pour terminer votre voyage à vélo: vous pouvez vous détendre, nager dans le lac ou vous promener le long des petites villes de la pointe nord du lac, comme Limone ou Malcesine. Ne manquez pas la visite de Riva del Garda, une ville enchantée qui grimpe sur les falaises pour atteindre la forteresse de "Il Bastione" avec vue panoramique.

JOUR 8 : LAC DE GARDE

Après le petit-déjeuner, fin des prestations.

IMPORTANT ITINÉRAIRE :

- Les durées de nos randonnées sont données à titre indicatif. Elles peuvent varier en fonction de plusieurs éléments lors du déroulé de notre séjour (niveau des participants, météo, état du terrain, etc...). Les durées de transfert peuvent aussi fluctuer en fonction des conditions climatiques et de l'état des routes.

NUITS SUPPLÉMENTAIRES :

Nuit supplémentaire possible à Bolzano et sur le lac de Garde, en chambre double / individuelle avec petit-déjeuner : nous consulter.

PERSONNALISER SON VOYAGE :

D'autres séjours existent dans cette même région : [Bolzano, Vérone et Venise à vélo en liberté](#) et [Randonnée Tyrol, le "Kaisergebirge" en liberté](#)

FICHE PRATIQUE

NIVEAU PHYSIQUE :

➤ Cycliste Occasionnel

Pour tout cycliste en recherche d'un rythme de vélo tranquille, avec un niveau physique et technique restant accessible.

Possibilité de raccourcir l'itinéraire en prenant le train : tous les jours.

Longueur totale : 240 km

Dénivelé total : +410/-630m

Terrain : 95% goudron, 5% non goudronné

NIVEAU TECHNIQUE :

Pas de difficulté terrain particulière.

ENCADREMENT :

Feuille de route et cartes en anglais ou italien. Topo guide en français.

TOPOGUIDE :

Avant votre arrivée, vous recevrez un courriel de notre part avec les informations numériques matériel. Il contient :

1. Un lien pour télécharger l'application comprenant les cartes, le carnet de route, les points d'intérêt et les traces GPS (vous pouvez aussi utiliser l'application hors ligne).
(vous pouvez également utiliser l'application hors ligne).
2. Un lien pour télécharger le matériel d'information sur l'excursion en format Pdf :
 - Notes de voyage
 - Détails du circuit final
3. Documents de voyage numériques :
 - Liste finale des hôtels (en raison de surréservations ou de besoins organisationnels, votre liste d'hôtels peut changer juste avant votre arrivée).
 - Bons d'hôtel à présenter à la réception de l'hôtel à votre arrivée.
 - Voucher pour le transfert de Bolzano à Resia Pass



HÉBERGEMENT :

Hôtel 3*

Nous choisissons personnellement tous les hôtels en tenant compte de votre confort et de la proximité des pistes cyclables et des sites locaux. Vous serez logés dans des hôtels 3*.

Toutes les chambres sont équipées d'une salle de bains. La plupart des hôtels disposent de la climatisation, mais certains plus petits et ceux situés dans les zones montagneuses du nord de l'Italie peuvent être sans climatisation.

TRANSPORT DES BAGAGES :

Vous porterez uniquement vos affaires de la journée.

TRANSFERTS :

Ce séjour a été conçu pour limiter l'utilisation de modes de transport, afin de privilégier l'activité à vélo, et donc de vous assurer une véritable déconnexion. Aucun transfert à prévoir pendant ce parcours.

GROUPE :

A partir d'1 participant

RENDEZ-VOUS :

Le jour 1 à Bolzano

DISPERSION :

Le jour 8 au Lac de Garde, après le petit-déjeuner



MOYENS D'ACCÈS :



EN VOITURE

De Lyon, vous passez par Grenoble, Turin, Milan et Vérone. Consultez votre itinéraire sur www.google.fr/maps



EN TRAIN

Gare d'accès : VERONE jusqu'à BOLZANO

Ces horaires sont donnés à titre indicatif et sont susceptibles de changer, nous vous conseillons de les vérifier. Le train de nuit Paris-Venise est désormais géré par la société privée Thello, vous pourrez vous procurer les billets Paris-Vérone sur le site www.thello.com Quant au billet Bressanone-Vérone ces billets de train ne sont pas en vente auprès de la SNCF, vous pourrez les acheter très facilement en gare de Bressanone le jour même. Pour consulter les horaires des trains italiens : www.trenitalia.com ou www.dbahn.fr



EN AVION

Des vols vont jusqu'à Milan puis vous prendrez le train jusqu'à Bolzano en passant par Vérone.

DATES ET PRIX

INFORMATIONS DATES ET PRIX :

Départ possible tous les dimanches du 20/04/25 au 28/09/25 et tous les mercredis du 25/06/25 au 27/08/25. Départ possible à d'autres dates pour un groupe de minimum 6 personnes : nous consulter.

Baisse saison : du 20/04 au 10/05 et le 28/09/25

Prix chambre individuelle : 1380€

Prix chambre double : 930€

Réduction possible pour une 3ème personne en chambre triple. Nous consulter.

Moyenne saison : du 11/05 au 24/05 et du 07/09 au 27/09/25

Prix chambre individuelle : 1560€

Prix chambre double : 1110€

Réduction possible pour une 3ème personne en chambre triple. Nous consulter.

Haute saison : du 25/05 au 06/09/25

Prix chambre individuelle : 1610€

Prix chambre double : 1160€

Réduction possible pour une 3ème personne en chambre triple. Nous consulter.

➤ Pour plus de détails concernant les Privilèges Chemins du Sud, et pour les villes et dates des Salons, vous pouvez consulter notre page : www.cheminsdusud.com/remises-privileges

Privilèges Chemins du Sud : remise fidélité -5%

Afin de vous remercier de votre fidélité, nous vous accordons une remise de 5%, appliquée dès votre 3ème séjour (les inscriptions faites via une autre agence comptent aussi!).

Cette remise vous sera attribuée systématiquement pour tous les séjours suivants, et sans durée de validité imposée. Elle est appliquée rétroactivement si elle a été oubliée sur un séjour réservé !

Remise FFRP

Afin d'encourager le développement de la randonnée sur notre territoire et la protection de l'environnement, Chemins du Sud offre une remise de 5% sur tous nos séjours, à tous les adhérents licenciés de la Fédération Française de la Randonnée.

Remise Salons - remise -5%

Chemins du Sud a un stand sur plusieurs salons du Tourisme en France et en Belgique. Réduction de 5% accordée sur tous nos séjours, pour toute personne nous rendant visite à notre stand. Utilisation de cette remise une fois par Salon, sans obligation d'achat sur place : pas de durée limitée pour l'utiliser.

Remise Groupes constitués - remise -8% à -18%

La réduction varie selon le nombre de participants. Que ce soit en formule Liberté ou avec un de nos accompagnateurs, partez entre amis ou avec votre club de randonnée, en groupe privatisé, à la date de votre choix.



NOTRE PRIX COMPREND :

- 7 nuits d'hôtel avec petit-déjeuner
- Application comprenant cartes, roadbook, points d'intérêt et traces GPS
- Informations numériques sur les circuits
- Transport des bagages
- Transfert de Bolzano au col de Resia
- Service d'assistance téléphonique 7j/7

NOTRE PRIX NE COMPREND PAS :

- Le transport jusqu'au lieu de rendez-vous et de dispersion,
- Les taxes de séjour (environ 15 €),
- Les transferts en train,
- Les frais d'inscription éventuels,
- Les assurances et les boissons.
- Tout ce qui n'est pas mentionné dans "le prix comprend"

FRAIS D'INSCRIPTION :

Les frais d'inscription sont des frais administratifs. Ils sont applicables à chaque personne inscrite :

- Pour toute inscription à plus de 90 jours du départ : pas de frais d'inscription.
- Pour toute inscription de 89 à 30 jours du départ : 15 € par personne.

EN OPTION :

Location de vélo avec assurance :

- 110 € Vélo de tourisme
- 160€ Vélo hybride
- 270€ Vélo électrique
- 15 € Casque | tour de tête 58-61 cm

ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ

VÊTEMENTS :

Prévoir des vêtements qui sèchent rapidement et donc éviter le coton. Préférez les fibres synthétiques qui permettent de rester au sec et au chaud aussi longtemps que possible.

Pensez à vous couvrir avant d'avoir froid, mais surtout à vous découvrir avant d'avoir trop chaud.

- ✓ Tee-shirts manches courtes en matière respirante de préférence
- ✓ 1 sous-pull à manches longues en matière respirante ou une chemise
- ✓ 1 veste coupe-vent imperméable et respirante avec capuche
- ✓ 1 cape de pluie éventuelle et/ou sursac
- ✓ 1 maillot de bain et 1 serviette qui sèche rapidement (facultatif en vue d'éventuelles baignades)
- ✓ 1 pantalon confortable pour le soir
- ✓ 1 paire de chaussures de détente légères pour le soir, type baskets, permettant aussi d'être utilisées pour les visites ou balades en ville.

MATÉRIEL :

Tous les vélos adultes loués sont équipés de :

- ✓ 1 ordinateur de vélo
- ✓ 1 sacoche de selle Ortlieb unilatérale
- ✓ 1 sac de bar avant par chambre
- ✓ 1 kit de réparation par chambre : 1 chambre à air de rechange, de la colle, une rustine, une pompe, 2 clés allen et des démonte-pneus
- ✓ 1 cadenas à combinaison pour vélo

Descriptions vélos:

- ✓ Vélo de tourisme 27 vitesses Shimano Deore
- ✓ Vélo électrique 9 vitesses Shimano
- ✓ Tandem www.pedalpower.de

Caractéristiques :

- ✓ cadre en aluminium
- ✓ garde-boue
- ✓ porte-bagages arrière
- ✓ selle gel confort www.selleroyal.com
- ✓ pneus anti-crevaisson Schwalbe
- ✓ poignées de vélo ergonomiques
- ✓ Système Speed Lifter

Au moment de la réservation, vous pouvez également louer des casques, adaptés à un tour de tête de 54 à 61. Tous les casques ont un label de certification selon la norme européenne DIN EN 1078 (CE).

Remarques importantes :

Nous vous recommandons d'apporter votre propre bouteille d'eau réutilisable. Afin de pouvoir pédaler sans problème en suivant notre App, nous vous suggérons d'apporter avec vous un support pour votre téléphone portable à fixer sur le guidon, ainsi qu'une banque d'alimentation (même si l'App peut être utilisée hors ligne).



PHARMACIE :

- ✓ Vos médicaments habituels
- ✓ Médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence
- ✓ Médicaments contre les troubles digestifs (facultatif)
- ✓ Antistaminiques contre les piqûres d'insectes par exemple (facultatif)
- ✓ Pastilles contre le mal de gorge (facultatif)
- ✓ Bande adhésive élastique en 5 ou 8 cm de large x 2,5 m (facultatif)
- ✓ Jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes
- ✓ Collyre (en cas de poussières ou irritation/sécheresse oculaire)
- ✓ Double peau pour protéger les ampoules aux pieds (facultatif)
- ✓ Pince à épiler (facultatif)
- ✓ Petits ciseaux (facultatif)
- ✓ Vitamine C (facultatif)
- ✓ Pince à écharde (facultatif)
- ✓ Gel hydroalcoolique antibactérien utile pour se laver/désinfecter les mains.



FORMALITÉS

FORMALITÉS :

Durant la randonnée, vous devez être en possession des documents suivants :

- Carte d'identité en cours de validité ou Passeport.
- Carte vitale.
- Dépliant de votre assurance voyage reçu lors de votre inscription (si vous avez souscrit cette assurance auprès de nos bureaux) ou de votre assurance personnelle (numéro de contrat + numéro de téléphone).
- Carte Européenne d'assurance maladie

ASSURANCES :

A l'inscription, vous pouvez souscrire une assurance assistance rapatriement et/ou annulation qui s'ajoute au prix du séjour.

- Assurance annulation : 3% du montant du séjour. (elle comprend le remboursement des sommes retenues en cas d'annulation avant le début du séjour justifiée).
- Assurance rapatriement : 2% du montant du séjour.
- Assurance annulation - rapatriement : 4% du montant du séjour.

Textes complets des contrats d'assurances envoyées sur demande.



NOUS CONTACTER



Notre agence est ouverte du Lundi au Vendredi de 9h à 18h30, et le Samedi de 9h à 17h
En cas de problème de dernière minute, appelez :
au **04 90 09 06 06** ou sur notre téléphone d'urgence au **07 77 08 14 68 (7j/7 24h/24)**



infos@cheminsdusud.com



57 rue François Gernelle BP 155
84 120 PERTUIS

Notre agence est ouverte du Lundi au Vendredi de 9h à 18h30, et le Samedi de 9h à 17h



www.cheminsdusud.com

Dernière mise à jour : 29/10/2024