



Preambolo: Questo programma **serve per essere letto** e per risparmiare delle domande in futuro. Il 21/10, prima di salire sull'aereo, verrà effettuato una piccolo verifica. :-) :-) :-)

Vuelta del Sol en Costa Blanca..... by Matteoni

Altea - 21 ottobre al 28 ottobre 2022

Ormai la Costa Blanca....Altea....l'Hotel Cap Negret è una meta fissa per noi. Dal 2020 siamo venuti ben 6 volte e si, anche durante il periodo che c'era il.....non mi ricordo più cosa.

Ora uno si potrebbe chiedere "ma perché non cambiare" ? Per la verità variamo le nostre gite, in marzo si va a Maiorca, poi in montagna e tante altre mete, ma Costa Blanca e Maiorca sono nostri punti fissi. Semplicemente perché si sta bene e sarebbe difficile trovare meglio (a parte la Romagna, ma per nostra fortuna ci abbittiamo). Quindi non si cambia senza motivo.

E quindi ci aspetta un'altra settimana di puro ciclodivertimento sulle strade spagnole di asfalto perfetto, in sella alle **nostre** biciclette, per esplorare un pezzettino di terra iberica meravigliosa. E, visto che siamo in ottobre, anche un po' di spiaggia, piscina, bagni nel mare.

E oravia con un altro capitolo delle gite "by Matteoni"

Da portare:

Per il viaggio: Documento (carta d'identità o passaporto che mi avete indicato) non scaduto. Mi raccomando, controllate una volta in più perché senza non si sale sull'aereo, ne so qualcosa !! Tessera sanitaria

Vestiti da tempo libero:

Casual. In Costa Blanca sarà ancora estate, ma portate comunque qualcosa di più pesante per la sera. Scarpe comode. Costume da bagno !!!!!

Per il ciclista:

Abbigliamento estivo, manicotti (non si sa mai), guanti corti, mantellina smanicata e lunga ,sottocasco, casco, occhiali, scarpe, calzini, antipioggia, 2 borracce (o una grande), computerino, luci (fronte e retro), camere d'aria di scorta, bombolette. Qualche copertone portiamo noi.

Quanti cambi ? In Hotel abbiamo a disposizione lavatrice e asciugatrice, quindi bastano 3 cambi

Visto che siamo parecchi "veterani", portate le maglie precedenti, poi la sera ci mettiamo d'accordo per il giorno dopo quale indossare. Così siamo più belli.

Altro: soldi, carta di credito, eventuali medicinali, cellulare, carica cellulare

Info utili:

Trasporto Bici e Valigie: Abbiamo noleggiato un furgone a passo lungo e quindi portiamo su le nostre biciclette e valigie. In tre partiremo già il giovedì sera.

Per le Bici: Portate una coperta vecchia come protezione, poi i cartoni abbiamo noi. Mettete il nome sulla bici!!!!

Vi faremo firmare un foglio (in italiano, spagnolo e francese) dove ci autorizzate di portare la vostra bicicletta, così se ci fermano non ci arrestano 😊 e dove ci liberate di ogni responsabilità. Noi presteremo la massima attenzione, sia nel caricare le bici, sia alla guida e non abbandoneremo il furgone nelle soste. In tutte le nostre gite non è mai successo nulla e sarà così anche questa volta.

Al vostro arrivo sabato troverete le vostre bici già pronte nel box riservato a noi.

Valigie: una valigia di al massimo 20 kg a testa (basta e avanza)

Transfer al Aeroporto Bologna: con le nostre macchine. Abbiamo il nostro pulmino, poi servono altre 7 auto.

Parcheggio Bologna: sono prenotato tutti i parcheggi al "Garage Triumvirato", vicino all'aeroporto. Tutto compreso nel prezzo. Gli autisti vi "scaricheranno" nella rotonda davanti all'aeroporto per poi andare al parcheggio e tornare in aeroporto con la navetta.

Volo : Ryanair

Orari: 21/10 Bologna 16:35 - Alicante 18:50 FR 3796

28/10 Alicante 14:05 – Bologna 16:10 FR 3797

Bagaglio: soltanto un bagaglio a mano con le seguenti misure: 40 cm x 20 cm x 25 cm (piccola borsa o zaino)

Non si possono portare liquidi !! Niente forbicine o lime ecc .

I biglietti consegniamo in aeroporto. Abbiamo i posti prenotati vicini in aereo.

Transfer dall'aeroporto di Alicante all'hotel: in pullman è già prenotato e vi aspetterà d'avanti all'aeroporto. tempo di percorrenza circa 50 minuti

Numeri: +39 3338155402 Ole
+39 3333245444 Morena
112 numero unico di emergenza
061 ambulanza
062 Guardia Civil

Clima: A causa della sua posizione orientata a sud-est, la Costa Blanca ha un microclima particolarmente mite e soleggiato. Anche in pieno inverno, vi sono parecchie giornate soleggiate, in cui la temperatura diurna raggiunge e supera i 20 gradi. In ottobre c'è ancora un clima estivo.

Per chi non pedala: Ci sono diverse città da visitare: Altea-Alicante-Calpe-Benidorm-Valencia. In Spagna i trasporti pubblici funzionano molto bene, sono economici e di solito puntuali. In alternativa si può anche noleggiare una macchina, sempre a costi contenuti. Martedì ad Altea ci sono dei mercati.

Hotel: Hotel Cap Negret * * * *
Km 159, N-332
03590 Altea, Alicante, España
www.hotelcapnegret.es

Abbiamo la mezza pensione, quindi colazione e cena (tutto a buffet). Nella cena è compreso ½ acqua e ¼ di vino. Orari: colazione dalle 08:00 alle 10:00, cena dalle 19:30 alle 21:30

Box bici riservata per noi con lavatrice e asciugatrice. Si apre con la chiave elettronica delle camere.

Spagnolo per ciclisti: sempre dritto = siempre recta

Destra = derecho sinistra = izquierda

Beviamo una birra = tomamos una cerveza

Con queste 4 cose si arriva da per tutto 😊

Cronometraggio: Il ormai consolidato sistema "cip & ciop - Crono per vincenti!"

Per poter partecipare alla Vuelta Costa Blanca sono assolutamente da rispettare i seguenti punti:

- **Indossare sempre il casco**
- **Montare luci fronte e retro**
- **Montare il numero di gita sul manubrio**
- **Montare il cip**
- **Rispettare l'ambiente !!**
- **Rispettare il codice stradale**
- **Essere sempre di buon umore**

Percorsi:

La Costa Blanca dispone di una rete stradale ottima e con un manto stradale in condizioni ottime. Solo sulla costa troveremo un po' di traffico, poi su molte strade saremo soli e abbandonati. C'è un grande rispetto per i ciclisti, quindi non vi meravigliate se qualche automobilista starà dietro di noi per un po' di tempo (senza suonare) finché non può passare in sicurezza. Portate sempre 2 borracce !!!!

Ho cercato per ore e ore, ma non ho trovato la pianura 😊 e di conseguenza troverete dei percorsi non lunghissimi, ma con un poquito di dislivello. Sono delle salite lunghe, ma pedalabili (a parte dopo le svolte a destra) e una volta raggiunto la vetta, delle discese fantastiche. Tutti i giorni ci sarà un percorso lungo

(guidato da Ole), un percorso medio (guidato dalla Morena) e un percorso corto (autogestito con traccia), per farvi scegliere cosa più vi si adatta in quella giornata. I percorsi sono indicativi e possono subire delle variazioni secondo il meteo, ma anche secondo le nostre condizioni fisiche. Non è una gara e sono percorsi fattibili per tutti. Abbiamo sempre una giornata intera a disposizione e quindi la fretta non ci serve.

Saremo in 34 a pedalare, quindi moltissimi. Possiamo stare anche in doppia fila (i spagnoli capiscono), ma dov'è stretto stiamo sempre in fila indiana. Faremo delle pause caffè e la pausa pranzo, ma visto che siamo in tanti sicuramente è meglio che ci portiamo dietro dei panini. Se ci fermiamo in un bar e ordiniamo 34 panini o primi – siamo fermi per tre ore. Comunque vediamo poi al momento. Una piccola raccomandazione: se ci facciamo un piccolo panino in hotel, sicuramente non ci dice niente nessuno, ma se cominciamo a portare via 3 panini a testa.....non è il massimo. C'è un supermercato nelle vicinanze e quindi possiamo fare la spesa lì e metterla nel frigobar.

Troverete sempre il codice di openrunner per ogni percorso e andando sul sito www.openrunner.com, inserendo nella ricerca il codice potete visionare e scaricare il percorso. In alternativa potete anche semplicemente cliccare sul link indicato sotto il percorso.

In discesa non tagliate le curve e fattele sempre in modo che per ultimi rimanete in due, mai da soli. Se l'ultimo è da solo e fora o ancora peggio cade, i primi si rendono conto alla fine della discesa e risalire poi diventa difficile. Quindi alla fine del gruppo sempre in copia.

Le salite ognuno le può fare al suo passo, poi in cima si aspetta o meglio ancora, il primo scende per portare su l'ultimo. Se in salita arrivate a un bivio e non siete sicuri dove si vaaspettate. In pianura non andate in "fuga", perché rischiate di sbagliare strada.



Quando siamo in gruppo in pianura e il ritmo è troppo elevato (non credo che succederà) non staccatevi senza dire nulla, urlate "cala" e si va un po' più piano.

Siamo in vacanza e ci siamo per divertirvi.

E ora.....catena a destra e menareeeee  

Buone pedalate a tutti e Grazie per esserci

Programma

Giovedì 19/10/23 : dalle ore 16:00 fino alle ore 18:00 portate le vostre biciclette (con nome) e valigie (con nome) in negozio. Ricordatevi una coperta vecchia (o nuova ) per la bici. Solo chi assolutamente non può rispettare questi orari può portare il tutto già la mattina (se no incasiniamo il negozio). Poi spero che non venite tutti alle 18 

Ore 20:00 circa partenza del furgone (quindi Ole, Roberto e Maurizio) verso la Costa Blanca

Sabato 21/10/23 : Ritrovo da Cicli Matteoni alle ore 12:45 in punto

Sistemazione nelle macchine – partenza per Bologna

Il gruppetto Stefania/Bea e il gruppetto "Magnani" vanno direttamente all'Autogrill Sillaro Ovest (Castel San Pietro Terme) dove poi si ritrovano tutti per le 13:50

Arrivo all'aeroporto di Bologna verso le ore 14:10. Scarichiamo i passeggeri nella rotonda grande d'avanti all'aeroporto. Gli autisti vanno a consegnare le auto al garage, i passeggeri aspettano sul primo piano davanti all'entrata controllo sicurezza.

I posti auto sono già prenotati, ma da pagare in loco, i soldi ha la Morena.

Partenza volo ore 16:35. Arrivo Alicante ore 18:50

19:20 transfer in pullman all'hotel.

Arrivo in Hotel verso le 20:10 .

Check in

Ore 20:30 cena

Dopo cena prendete i vostri bagagli (nello bike room) e vi sistemate in camera

Ore 22:00 breve briefing , consegna paco gita

Domenica 22/10/23: Ore 08:00 colazione

Ore 09:15 partenza giro

Percorsi:

corto: Teulada 56 km 872 mt. disl.

openrunner: <https://www.openrunner.com/it/route-details/17755478>

medio: Denia 96 km 1297 mt. disl.

openrunner: <https://www.openrunner.com/it/route-details/17732337>

lungo: Denia 120 km 1731 mt. disl.

openrunner: <https://www.openrunner.com/it/route-details/17732253>

Ore 19:30 Cena

Ore 21:00 briefing

Lunedì 23/10/23: Ore 08:00 colazione

Ore 09:15 partenza giro

Percorsi:

corto: Guadalest 50 km 977 mt. disl.

openrunner: <https://www.openrunner.com/it/route-details/17755664>

medio : Guadalest 73 km 1195 mt. disl.

openrunner: <https://www.openrunner.com/it/route-details/17750436>

lungo : Guadalest 126 km 2150 mt. disl.

openrunner: <https://www.openrunner.com/it/route-details/17732804>

Ore 19:30 Cena

Ore 21:00 briefing

Martedì 24/10/23:

Ore 08:00 colazione

Ore 09:15 partenza giro o per chi non vuole pedalare giro ad Altea con i mercati

Percorsi:

corto: Benidorm 35 km 276 mt. disl.

openrunner: <https://www.openrunner.com/it/route-details/17755719>

medio: Relleu 80 km 1268 mt. Disl.

openrunner: <https://www.openrunner.com/it/route-details/17751475>

lungo: Port de Tudons 110 km 2108 mt. disl.

openrunner: <https://www.openrunner.com/it/route-details/17732637>

Ore 19:30 Cena

Ore 21:00 briefing

Mercoledì 25/10/23:

Ore 08:00 colazione

Ore 09:15 partenza giro

Percorsi:

corto: La Villajoiosa 52 km 594 mt. disl.

openrunner: <https://www.openrunner.com/it/route-details/17755639>

medio: La Villajoiosa 76 km 1191 mt. disl.

openrunner: <https://www.openrunner.com/it/route-details/17744803>

lungo: La Villajoiosa 103 km 1398 mt. disl.

openrunner: <https://www.openrunner.com/it/route-details/17751595>

Ore 19:30 Cena

Ore 21:00 briefing

Giovedì 26/10/23: Ore 08:00 colazione

Ore 09:15 partenza giro

Percorsi:

corto: Jalòn-Velosolcaffè 51 km 737 mt. disl.

openrunner: <https://www.openrunner.com/it/route-details/17755569>

medio: Ermita De Pinos 93 km 1385 mt. disl.

openrunner: <https://www.openrunner.com/it/route-details/17750968>

lungo: Vall de Ebo 120 2263 mt. disl.

openrunner: <https://www.openrunner.com/it/route-details/17732585>

Ore 19:00 Cena

Ore 20:40 Partenza con pullman per Benidorm

Ore 21:30 Spettacolo presso Benidorm Palace

Ore 00:15 Ritorno

Venerdì 27/10/23: Ore 08:00 colazione

Ore 09:30 partenza giro

Percorsi:

corto: Benissa 48 km 731 mt. disl.

openrunner: <https://www.openrunner.com/it/route-details/17755800>

medio: Col d Rates 68 km 1217 mt. disl.

openrunner: <https://www.openrunner.com/it/route-details/17750613>

lungo: Col de Rates 104 km 1905 mt. disl.

openrunner: <https://www.openrunner.com/it/route-details/17732838>

Ore 19:30 Cena

Ore 21:00 briefing

Sabato 28/10/23: Purtroppo è arrivato il giorno della nostra partenza.

Ore 08:00 colazione

Ore 10:55 partenza per il transfer in aeroporto

Ore 14:05 partenza volo per Bologna

Ore 16:10 arrivo a Bologna

recupero delle auto dal parcheggio (solo gli autisti, gli altri aspettano sempre alla rotonda grande) e partenza per casa

Ore 18:00 circa arrivo al negozio

Domenica 29/10/23: in giornata arrivo del furgone e recupero delle biciclette e valigie. Vi avviseremo in tempo sul gruppo whatsapp del nostro arrivo.

The End

Ps: Se vi è piaciuto la nostra piccola vacanza ci fa un grandissimo piacere. Se no, potete fare reclamo tramite posta in bottiglia, da gettare in mare Adriatico entro e non oltre il 32/10/23 ore 23:59 e indirizzata a: Agenzia Viaggi "Dimitri Smirnov", Novosibirsk – Siberia

I TOTALI

Corto	292 km	4187 mt. disl.
Medio	486 km	7553 mt. disl.
Lungo	683 km	11555 mt. disl.