



Provence : Le Tour du Luberon à vélo

Une nature généreuse et un patrimoine culturel omniprésent ont forgé le caractère du Parc Naturel Régional du Lubéron, si bien qu'il y a toujours une atmosphère particulière en cours d'étape, et plusieurs centres d'intérêt au bout du chemin.

Vous partirez à la découverte d'extravagances géologiques comme à Roussillon ou à Rustrel, avec leurs carrières d'ocre, sans oublier des monuments historiques bien conservés comme l'Abbaye de Senanque, près de Gordes, ou encore à Céreste, Buoux, Lourmarin, et Vieux Mérimindol en Lubéron. Enfin, vous pourrez admirer de larges panoramas, sans limite, à partir des belvédères installés en haut des villages perchés, tels que Viens, Bonnieux, Lacoste ou encore Ménerbe.

Ainsi, sur des parcours inédits, le deux-roues donne un nouveau rythme à la découverte de trésors cachés ou particulièrement bien mis en valeur.

Prenez le temps de lever le pied, les paysages traversés méritent le détour et les traces d'un passé encore récent, vous proposent un fabuleux voyage à travers l'histoire.

Tour Aventure Trekking

Agence de voyages LI 02A.06 0002 - Garantie Financière de 137204€ : APS - Contrat RC : n°86 410 716 Gan Eurocourtage IARD

RCS AJACCIO 489 755 470 - Membres du SNAV - E-mail : info@tour-aventure.com - Web site : www.tour-aventure.com

Corse - Sardaigne : Route du Vazzino, face au stade François Coty 20 090 Ajaccio Siret : 489 755 470 00015 - Tél : +33 (0)4 95 50 72 75 - Fax : + 33 (0)4 95 21 42 95

Autres destinations : 2, rue du Barri - 09400 TARASCON SUR ARIEGE Siret : 489 755 470 00023 - Tél : +33 (0)5 61 05 16 31 - Fax : +33 (0)5 61 05 16 80



Programme

J1 - Arrivée à Cavaillon

Installation à votre hôtel, à Cavaillon. Visite possible de la ville ou découverte de ses environs.

Boucle cycliste au départ de Cavaillon par Fontaine-de-Vaucluse

Une boucle au départ de Cavaillon vous conduira jusqu'à l'Isle sur la Sorgue, surnommée "la Venise Comtadine", petite ville enserrée dans les bras de la rivière La Sorgue, célèbre pour ses canaux où tournent encore de vieilles roues à aube, et pour sa grande concentration d'antiquaires. On rejoint ensuite Fontaine-de-Vaucluse, lieu rafraîchissant et magique, avant d'arrivée à Cavaillon.

Distance : 30km, durée : 3h00, dénivelé plus : +150m, dénivelé moins : -150m.

J2 - De Cavaillon à Apt

Au départ de Cavaillon, l'itinéraire vous mène à Gordes, classé parmi les plus beaux villages de France. Ce site est bien connu pour son Village des Bories, musée en plein air, et sa proche Abbaye de Senanque qui mériteront un moment de découverte. Vous rejoindrez ensuite les paysages «dantesques» de Roussillon, puis le village de Gargas, véritables terres de feu, par leurs carrières d'ocres. Enfin, vous rallierez Apt, au patrimoine historique et architectural exceptionnel.

Distance : 48km, durée : 5h00, dénivelé plus : +620m, dénivelé moins : -435m.

J3 - D'Apt à Viens

Vous quitterez Apt en direction de Rustrel, où vous pourrez visiter, à pied, le célèbre "Colorado Provençal", succession de carrières d'ocres, roches aux formes démesurées, avec ses cheminées de fées, aux tonalités bien particulières, allant du rose au rouge vermillon, passant par des terres dites vertes, anciennes carrières de phosphate. De Rustrel, de petites routes de traverse vous conduiront jusqu'à Viens, village «haut-perché», typique du Lubéron.

Distance : 27km, durée : 3h15, dénivelé plus : +612m, dénivelé moins : -100m.

J4 - De Viens à Buoux

Au départ de Viens, village pittoresque au passé encore présent grâce à ses monuments historiques, de ravissantes petites routes ombragées conduisent à Saignon, autre village haut-perché de renom et figure emblématique du Lubéron. De là, l'itinéraire provençal rejoint le site de Buoux, particulièrement réputé par son fort ou ses falaises impressionnantes, qui constituent un terrain de jeux mondialement connu des spécialistes de l'escalade.

Distance : 39km, durée : 4h00, dénivelé plus : +180m, dénivelé moins : -150m.

J5 - Bonnieux, Lacoste et le versant Nord du Petit Lubéron

Au départ de Buoux, vous découvrirez Bonnieux et ses vestiges des remparts du XIIIème siècle. Puis, vous ferez route vers le village de Lacoste, connu pour son architecture et le Château de Sade. De là, vous rejoindrez Ménerbes, situé dans un cadre exceptionnel, avec une magnifique vue panoramique sur le Lubéron et les Monts du Vaucluse. Le retour s'opère par une boucle permettant de découvrir la combe de Bonnieux et une partie du vallon de L'Aiguebrun.

Distance : 42km, durée : 4h15, dénivelé plus : +460m, dénivelé moins : -460m.

J6 - De Buoux à Cavaillon, par les villages de Lourmarin et de Mérindol

Pour rallier Cavaillon, depuis Buoux, l'itinéraire emprunte la Combe de Lourmarin, un passage naturel, creusé par

Tour Aventure Trekking

Agence de voyages LI 02A.06 0002 - Garantie Financière de 137204€ : APS - Contrat RC : n°86 410 716 Gan Eurocourtage IARD

RCS AJACCIO 489 755 470 - Membres du SNAV - E-mail : info@tour-aventure.com - Web site : www.tour-aventure.com

Corse - Sardaigne : Route du Vazzino, face au stade François Coty 20 090 Ajaccio Siret : 489 755 470 00015 - Tél : +33 (0)4 95 50 72 75 - Fax : + 33 (0)4 95 21 42 95

Autres destinations : 2, rue du Barri - 09400 TARASCON SUR ARIEGE Siret : 489 755 470 00023 - Tél : +33 (0)5 61 05 16 31 - Fax : +33 (0)5 61 05 16 80



l'Aiguebrun. Puis, vous traverserez Lourmarin, classé parmi "les plus beaux villages de France", Lauris et son Château du XVIIIème siècle, et Mérindol, où la présence d'un vieux castrum avec un mémorial vaudois évoque ici une page d'histoire tragique, avant de rejoindre Cavaillon.

Distance : 42km, durée : 4h15, dénivelé plus : +220m, dénivelé moins : -565m.

J7 - Fin de séjour à Cavaillon

Votre séjour s'achève dans la matinée, à votre hôtel à Cavaillon.

Les programmes ont été établis selon les derniers éléments connus lors de la rédaction : des impondérables sont toujours possibles et des situations indépendantes de notre volonté peuvent en modifier le déroulement.

Tour Aventure Trekking

Agence de voyages LI 02A.06 0002 - Garantie Financière de 137204€ : APS - Contrat RC : n°86 410 716 Gan Eurocourtage IARD

RCS AJACCIO 489 755 470 - Membres du SNAV - E-mail : info@tour-aventure.com - Web site : www.tour-aventure.com

Corse - Sardaigne : Route du Vazzino, face au stade François Coty 20 090 Ajaccio Siret : 489 755 470 00015 - Tél : +33 (0)4 95 50 72 75 - Fax : + 33 (0)4 95 21 42 95

Autres destinations : 2, rue du Barri - 09400 TARASCON SUR ARIEGE Siret : 489 755 470 00023 - Tél : +33 (0)5 61 05 16 31 - Fax : +33 (0)5 61 05 16 80



Quelques précisions

Niveau

Modéré. Pas de difficulté technique particulière.

Prix

- Du 01/04/2010 au 31/10/2010 : Prix/pers en chambre de deux 595 €, Prix/pers en chambre individuelle 725 €

Suppléments/réductions :

- Remise Promo séjour : 40 €/pers
- Supplément location de vélo : 92 €/pers

Le prix comprend :

L'hébergement en demi-pension (excepté les J1 et J6), le transport des bagages, le dossier de voyage avec cartes IGN et topo-guide.

Le prix ne comprend pas :

Les boissons, les assurances, les visites de sites, les dîners des J1 et J6, les pique-niques, la location du vélo.

Encadrement

Circuit vélo en liberté sans encadrement.

Portage

Durant votre circuit en vélo, portage uniquement de vos affaires personnelles pour la journée (pique-nique, eau ...). Prévoir un bagage suiveur facilement transportable (voir nos conseils sur l'équipement).

Hébergement/nourriture

Hébergement

En chambre de deux, en fonction des disponibilités en hôtel ou chambre d'hôtes, avec douche et wc dans la chambre.

Nourriture

- Petit déjeuner continental (thé, café, lait, pain, beurre, confiture)
- Repas du soir à base très souvent de spécialités locales, incluant une entrée, un plat et un dessert.
- Pique-niques non inclus. Achat sur place possible.
- Boissons non comprises.

Début/fin

Début : A votre hôtel à Cavaillon, le jour 1, selon votre heure d'arrivée (possibilité d'organiser un début de séjour depuis Avignon, nous consulter).

Fin : A votre hôtel à Cavaillon, après le petit-déjeuner (possibilité d'organiser un retour en taxi jusqu'à Avignon, nous consulter).

Organisation

Nous nous chargeons des réservations de vos différents hébergements sur le circuit, du transport des bagages; nous vous fournissons un dossier complet avec cartes et topos détaillés. De plus, durant votre randonnée notre équipe

Tour Aventure Trekking

Agence de voyages LI 02A.06 0002 - Garantie Financière de 137204€ : APS - Contrat RC : n°86 410 716 Gan Eurocourtage IARD

RCS AJACCIO 489 755 470 - Membres du SNAV - E-mail : info@tour-aventure.com - Web site : www.tour-aventure.com

Corse - Sardaigne : Route du Vazzino, face au stade François Coty 20 090 Ajaccio Siret : 489 755 470 00015 - Tél : +33 (0)4 95 50 72 75 - Fax : + 33 (0)4 95 21 42 95

Autres destinations : 2, rue du Barri - 09400 TARASCON SUR ARIEGE Siret : 489 755 470 00023 - Tél : +33 (0)5 61 05 16 31 - Fax : +33 (0)5 61 05 16 80



d'assistance pourra également répondre à toutes vos questions et vous apporter si nécessaire les conseils utiles au bon déroulement de votre séjour.

Dates

Tous les jours de début avril à mi-novembre en fonction des disponibilités. Inscription à partir de 2 personnes.

ATTENTION : LES MOIS DE JUILLET ET AOUT SONT TRES CHAUDS ET DECONSEILLES DANS CETTE REGION.

Nombre de participants

A partir de 2 personnes

Accès

Aéroport Marseille-Provence, Aéroport d'Avignon.

Trains et TGV jusqu'à la gare d'Avignon puis bus SNCF jusqu'à Cavaillon.

Autoroute Lyon Marseille jusqu'à Cavaillon.

Bibliographie

-Ouvrages généraux – tourisme – gastronomie :

Lubéron : parc naturel régional (guide Gallimard)

Lubéron, images et signes, (PNRL / Edisud)

Le Lubéron et sa région, S. Bec (Ed. Solar)

Bibliographie des Pays du Lubéron, R. Bruni, et C. Thomas, Ed. PNRL

-Géographie – nature :

Carnet d'un naturaliste amateur en Lubéron, S. Bec, E. Alibert (PNRL / Equinoxe)

Faune du Lubéron, M. Gallardo, PNRL – Edisud

Flore du Lubéron, G. Guende, PNRL – Edisud

Grands rapaces des garrigues et rochers de Provence, Ed. PNRL / CRDP

-Histoire – archéologie – art :

Provence Romane, G. Barrauol (2 tomes), Ed. Zodiaque

Ocres, Ed. PNRL / Edisud

Bories, PNRL / Edisud

Les Vaudois du Lubéron, une minorité en Provence, G. Audisio, AEVHL, 1984

Les larmes du Lubéron, H. Leconte, Ed. Créaction, 1992

Infos pratiques

- Comité Départemental du Tourisme Du Vaucluse - tel : 04.90.80.47.00 - fax : 04.90.86.86.08

- Office du Tourisme de Cavaillon - tel : 04.90.71.32.01

- 3615 Lubéron : toutes informations touristiques sur le Minitel.

- Météorologie: Alpes de Haute Provence : 08.36.68.02.04, Vaucluse : 08.36.68.02.84.

- SNCF : ligne directe 08.36.353.535.

- Gare routière de Cavaillon : 04.90.783.239

ACCES :

- Par avion :

- Aéroport Marseille-Provence - tel : 04.42.141.414

- Aéroport d'Avignon - tel : 04.90.815.151

- Par le train :

Tour Aventure Trekking

Agence de voyages LI 02A.06 0002 - Garantie Financière de 137204€ : APS - Contrat RC : n°86 410 716 Gan Eurocourtage IARD

RCS AJACCIO 489 755 470 - Membres du SNAV - E-mail : info@tour-aventure.com - Web site : www.tour-aventure.com

Corse - Sardaigne : Route du Vazzino, face au stade François Coty 20 090 Ajaccio Siret : 489 755 470 00015 - Tél : +33 (0)4 95 50 72 75 - Fax : + 33 (0)4 95 21 42 95

Autres destinations : 2, rue du Barri - 09400 TARASCON SUR ARIEGE Siret : 489 755 470 00023 - Tél : +33 (0)5 61 05 16 31 - Fax : +33 (0)5 61 05 16 80



Trains TGV au départ de Paris, Toulouse, Lyon, Marseille, jusqu'à la gare TGV d'Avignon, puis train TER jusqu'à Cavaillon, ligne Avignon-Marseille. De la gare TGV d'Avignon, on rejoint la gare routière (proximité de la gare SNCF du centre ville), avec une navette en quelques 20mn.

- Par la route :

- Autoroute Lyon Marseille jusqu'à Cavaillon.

- Au départ de la gare routière d'Avignon (renseignements horaires tél 0490820735) : nombreux autobus le dimanche, pour rejoindre Cavaillon, durée 30mn; coût 3,50€ environ. De la gare TGV d'Avignon, on rejoint la gare routière (proximité de la gare SNCF du centre ville), avec une navette en quelques 20mn.

PARKING VEHICULE :

Parkings non gardés et gratuits à Cavaillon:

- devant l'hôtel du Parc (près de la Place François Tourel, mais ne pas la mettre sur la place, car marché le lundi matin)
- contre le jardin public (près de l'Office de Tourisme)

Parkings payants et sécurisés, à votre hébergement :

En fonction de l'hébergement réservé à Cavaillon (selon les disponibilités) :

- Hôtel Toppin:

Possibilité de laisser le véhicule dans un box (garage de l'hôtel) sécurisé et payant : la première et la dernière nuit sont offertes, sinon, 3,5€ par nuit. Prévenir au moment de la résa pour garder la place (26places/box individuels).

- Hôtel du Parc :

Garage fermé et payant: 6€ chaque nuit, pas de gratuité - prévenir dès la résa pour retenir la place pour la semaine.

Pour vos nuits supplémentaires à Avignon :

Hôtel Angleterre, Bd Raspail, tél 0490863431

Hôtel Blauvac, rue Bancasse, tél 0490863411

Hôtel Ibis, Pont de l'Europe, Bd Dominique, tél 0490820000

Hôtel Kyriad centre, Place de l'Horloge, tél 0490822145

Hôtel Magnan, rue Portail Magnanen, tél 0490863651, proche de la gare du centre ville

A emporter dans vos bagages

Pour transporter vos affaires

-Un bagage suiveur de 10 kg maximum par personne: Une petite valise ou un sac de voyage en bon état.

Pour le vélo

-Un sac à dos qui vous permette de transporter vos affaires pour la journée.

-Un vêtement chaud et un coupe vent.

-Un maillot de bain et sa serviette, pourquoi pas ?

-Un bidon d'eau supplémentaire

-Lunettes, crème solaire, casquette (indispensable)

-Appareil photo

Après l'effort

-Une paire de tennis style jogging, ou de sandalettes pour le soir.

-Vêtements de rechange et linge personnel.

-Trousse de toilette.

-Une mini-pharmacie : Médicaments personnels.

-Votre contrat d'assurance.

Tour Aventure Trekking

Agence de voyages LI 02A.06 0002 - Garantie Financière de 137204€ : APS - Contrat RC : n°86 410 716 Gan Eurocourtage IARD

RCS AJACCIO 489 755 470 - Membres du SNAV - E-mail : info@tour-aventure.com - Web site : www.tour-aventure.com

Corse - Sardaigne : Route du Vazzino, face au stade François Coty 20 090 Ajaccio Siret : 489 755 470 00015 - Tél : +33 (0)4 95 50 72 75 - Fax : + 33 (0)4 95 21 42 95

Autres destinations : 2, rue du Barri - 09400 TARASCON SUR ARIEGE Siret : 489 755 470 00023 - Tél : +33 (0)5 61 05 16 31 - Fax : +33 (0)5 61 05 16 80



Tour Aventure

Randonnées - séjours sport nature

A votre service

Toute l'équipe de Tour Aventure est à votre disposition pour la bonne réalisation de votre voyage, alors n'hésitez pas à nous contacter : nous ferons tout pour que votre séjour soit une réussite.

Tour Aventure Trekking

Agence de voyages LI 02A.06 0002 - Garantie Financière de 137204€ : APS - Contrat RC : n°86 410 716 Gan Eurocourtage IARD

RCS AJACCIO 489 755 470 - Membres du SNAV - E-mail : info@tour-aventure.com - Web site : www.tour-aventure.com

Corse - Sardaigne : Route du Vazzino, face au stade François Coty 20 090 Ajaccio Siret : 489 755 470 00015 - Tél : +33 (0)4 95 50 72 75 - Fax : + 33 (0)4 95 21 42 95

Autres destinations : 2, rue du Barri - 09400 TARASCON SUR ARIEGE Siret : 489 755 470 00023 - Tél : +33 (0)5 61 05 16 31 - Fax : +33 (0)5 61 05 16 80