



**FIAB CUNEO BICINGIRO in collaborazione con l'agenzia
ESSE VIAGGI propone per l'anno 2026:**



P'tites Routes du Soleil

**da Thonon-Les-Bains a Nizza, piu' di 900 km, 17.000 Mt di dislivello, le
P'tites Routes du Soleil in bicicletta attraversano le Prealpi per raggiungere
il Mediterraneo!**

**Esploreremo le Prealpi francesi in bicicletta dal Lago di Ginevra ai Massicci
della Chartreuse e del Vercors: un invito a un grande viaggio in bicicletta in
completa serenità, un viaggio fuori dai sentieri battuti tra valli selvagge e
montagne accessibili, che può essere addolcito con l'e-bike.**

Légende

- Les p'tites routes du soleil
- Route des Grandes Alpes



Il Percorso Prealpino

P'tites Routes du Soleil, sulle creste a ovest delle Alpi, attraversando la maggior parte dei massicci prealpini: Chablais, Chartreuse, Vercors, Diois, Baronnies, Buëch, Prealpi di Digne, Castellane, Nizza. Anche se meno famosa della vicina Routes des Grandes Alpes, si dovranno comunque scalare 25 "piccoli passi", altezza massima 1400 Mt e fare il giro dei laghi più belli delle Alpi (Bourget, Annecy, Aiguebelette). Le Prealpi sono la culla di un'antichissima e solida civiltà rurale montana in notevole equilibrio con l'ambiente naturale. I paesaggi, tanto incredibili quanto diversi dove il calcare ha modellato orizzonti mozzafiato, ci porteranno dalle foreste agli altipiani selvaggi, dai villaggi arroccati sulle colline alle spettacolari città dove soggiorneremo.

Perché partecipare

Partiremo dall'Alta Savoia e percorreremo le strade di tre di queste catene di Prealpi Francesi fino a Grenoble.

Il Massiccio del Chablais tra il lago Lemano, o di Ginevra, la valle del Rodano e il massiccio del Monte Bianco, è la prima catena delle Prealpi e offre paesaggi fotogenici e valli boschive.

Il Massiccio della Chartreuse, calcareo e unico nel suo genere, ci sorprenderà per la varietà dei suoi paesaggi: gole mozzafiato, alpeggi aperti, altipiani segreti, foreste profonde, falesie bianche.. La Chartreuse è viva, vibrante, quasi mistica. I suoi sentieri raccontano le storie dei monaci certosini, dei carbonai, dei combattenti della Resistenza e dei pastori.

Il Massiccio del Vercors, tra maestose pareti rocciose e spettacolari passaggi attraverso gallerie scavate nella roccia; dall'altipiano ci prenderemo il tempo per ammirare gli splendidi panorami sui massicci circostanti: Chambaran, Pilat, Ardeche e molto altro. Tunnel scavati nella roccia, strade sospese nel vuoto, punti di vista vertiginosi... Spettacolari ed ardite queste famose strade a sbalzo furono costruite alla fine del XIX secolo con estrema difficoltà e immani sforzi umani: strade strette, dirupi vertiginosi, ambienti boschivi e pianure ricoperte di noci con villaggi dall'architettura tipica sono definite "le sublimi strade del Vercors", percorsi piacevoli lungo i quali ogni curva è una gioia per gli occhi. La stada degli Ecouges è forse il più vertiginoso e impressionante percorso: le scogliere, i suoi arditi strapiombi, il canyon dalle acque bianche della Drevenne offrono panorami e sensazioni uniche; non per niente questo settore fu scelto durante la prima salita nel Vercors del Tour de France nel 1954.

Cosa ci aspetta

Da Sabato 11 a Sabato 18 Luglio 2026

8 gg, 7 notti, 8 gg in bicicletta! si..avete capito bene: 8 gg in bicicletta! e tra poco vi illustrerò cosa faremo.

Partecipanti max 28/29, con pullman al seguito per trasferimento bagagli ed eventuale assistenza durante il ciclo viaggio, impegnativo ma da affrontare con serenità e senza pensieri.

Ancora una volta il programma è stato studiato per avere la possibilità di pedalare e visitare le bellissime città che man mano incontreremo sul nostro percorso.

Itinerario

Siamo ancora nella Regione dell'Auvergne Rhone Alpes, nei dipartimenti dell'Alta Savoia, della Savoia e dell'Isere.

Partiremo da Thonon Les Bains e arriveremo a Grenoble da dove con due giri a margherita saliremo sugli spettacolari massicci della Chartreuse e del Vercors.

L'ultimo giorno, se ci saranno le condizioni, una tappa da vivere assolutamente a completamento di un viaggio da antologia!

Sistemazioni

In collaborazione con l'agenzia Esse Viaggi abbiamo selezionato le migliori sistemazioni alberghiere lungo il percorso che affronteremo, prestando massima attenzione alle esigenze di noi ciclisti: custodia delle biciclette in locali chiusi, possibilità di ricariche per le e-bike, parcheggio per pullman, servizi privati in camera, abbondanti colazioni e ottime cene.

Perchè tre notti a Grenoble: purtroppo il periodo da noi scelto coincide con la settimana del 14 Luglio, festa nazionale in Francia, e nei piccoli paesi dove era ns intenzione soggiornare per arrivare a Sisteron, a circa metà del percorso delle P'tites Routes du Soleil, non accettano gruppi per una sola notte. L'idea quindi di fermarci a Grenoble per tre notti e fare due giri a margherita ci è sembrata una ottima soluzione: non fare le valigie tutte le mattine penso sia anche gradito, così almeno per due giorni dobbiamo pensare solo a pedalare e godere delle bellezze mozzafiato che i due Massicci riservano.

Quote

Sistemazione in camera doppia € 1320.00

Supplemento camera singola € 480.00

La quota comprende: il pernottamento, la prima colazione, la cena con quattro portate, bevande come previsto, trasferimento in bus granturismo dei partecipanti da Cuneo a Thonon Les Bains e ritorno, bus al seguito per assistenza durante il viaggio, assistenza medica sempre durante il viaggio, tasse di soggiorno

Alla voce "quote" da aggiungere il trasporto delle biciclette da parte di vettore specializzato e assicurazione annullamento viaggio facoltativa al costo di € 80.00 per persona.

Carico bici Venerdì 10 Luglio ore 19 Piazzale Ipercoop, scarico bici all'arrivo pomeriggio/sera Sabato 18 Luglio.

Il programma

Primo giorno Sabato 11 Luglio

Cuneo – Thonon Les Bains

Partenza da Cuneo di primo mattino e arrivo a Thonon Les Bains. Assegnazione camere e scarico bici.

Nel pomeriggio, per chi vorrà, da Thonon Les Bains, graziosa città termale sul Lago di Ginevra, raggiungeremo con una facile pedalata il villaggio di Yvoire, circa 14 km., considerato uno dei più

bei villaggi di Francia, con il suo castello che domina il lago di Ginevra e il famoso giardino dei 5 Sensi.



Secondo giorno Domenica 12 Luglio

Thonon Les Bains - Annemasse

Dall'Hotel raggiungeremo il ns. "Km zero" e saliremo al Col du Feu per proseguire sulle creste del massiccio del Giura e scendere ad Annemasse, km 60 ca, 1200 mt di dislivello.

Seppur impegnativa la breve tappa ci permetterà di visitare nel pomeriggio Ginevra, a 7 km da Annemasse, o in bici o forse meglio utilizzando i mezzi pubblici vista la vicinanza e l'ubicazione del ns hotel proprio di fronte alla stazione ferroviaria e dei bus.



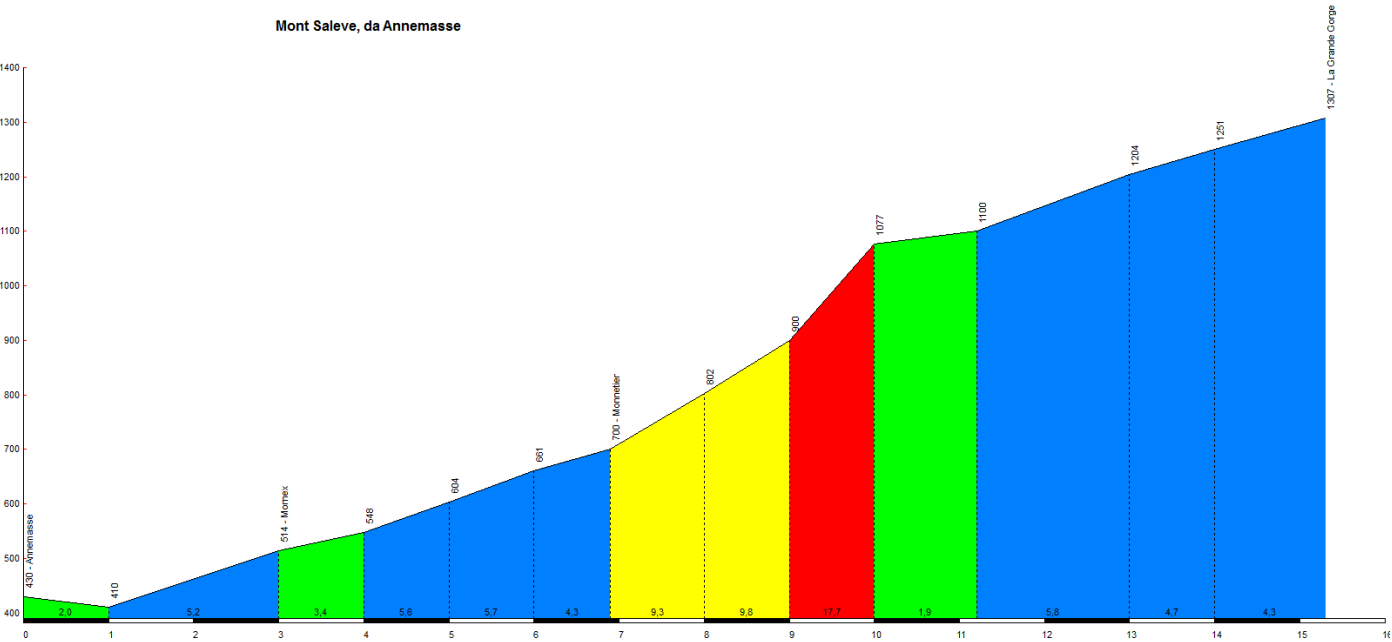
Terzo giorno Lunedì 13 Luglio

Annemasse – Annecy

Da Annemasse conquisteremo il "Balcon de Genève", una vista unica sul Lago di Ginevra e sulle Alpi, altitudine 1335 mt del Col des Pitons, nel Massiccio del Giura, dipartimento dell'Alta Savoia. A seguire scenderemo ad Annecy e visiteremo questa magnifica città sull'omonimo lago.



15,3 km 430 msm 1307 msm 877 m 5,7 % 756



Quarto giorno, Martedì 14 Luglio, Festa Nazionale in Francia Annecy – Aix Les Bains

Da Annecy raggiungeremo le Gorges du Fier, spettacolari gorges da visitare a piedi su una passerella lunga 252 metri sospesa a 25 metri d'altezza.

Dopodichè avremo la possibilità di ricongiungere le Piccole Strade del Sole o di dirigerci verso la Via Rhona, percorso ciclabile che in parte abbiamo percorso l'anno scorso da Lavoute sur Rhone ad Orange. Noi arriveremo a Chanaz, delizioso borgo chiamato la “piccola Venezia savoiarda” e di qui sceglieremo se raggiungere Aix Les Bains in bici o con il battello che attraversa il Lago di Le Bourget, il più grande lago naturale di Francia.

Se in bici possibilità di passaggio in tunnel riservato a bici e pedoni lungo 1500 metri che passa sotto il Mont du Chat evitando parte della salita. Discesa su Le Bourget e arrivo a Aix Les Bains,



Quinto giorno Mercoledì 15 Luglio

Aix Les Bains – Chambéry – Grenoble

Da Aix Les Bains sulla ciclabile raggiungeremo Chambéry e a seguire su La Belle Vie, percorso in gran parte ciclabile lungo il fiume Isère, raggiungeremo Grenoble dove soggiorneremo per tre notti.



Sesto giorno Giovedì 16 Luglio

Grenoble – Massiccio della Chartreuse - Grenoble

Sarà il nostro primo giro a “margherita”, con ritorno in Hotel senza affanni e per continuare la visita alla città. Saliremo verso il villaggio di Saint Pierre en Chartreuse sul percorso de le P’tites Routes du Soleil da Sud verso Nord e di qui o proseguiremo verso Saint Pierre d’Entremont e fare a piedi un breve “loop” verso Le Cirque de Saint Meme, uno spettacolare anfiteatro calcareo alto 500 metri: dalle sorgenti sotterranee del fiume Guiers Vif, il confine storico tra il Delfinato e il Regno di Savoia e attualmente confine tra i due dipartimenti di Isère e Savoia, si formano ben quattro splendide cascate, percorso più lungo con più dislivello, oppure da Saint Pierre en Chartreuse ci dirigeremo verso Saint Laurent du Pont e chiuderemo il ns giro, percorso qui illustrato.



Settimo giorno Venerdì 17 Luglio

Grenoble – Massiccio del Vercors - Grenoble

Secondo giro a “margherita” da Grenoble, con rientro in Hotel ancora senza affanni e per completare la visita alla città. Da Grenoble sulle P’tites Routes du Soleil saliremo verso Villard de Lans; di qui seguiremo per un tratto le Gorges de la Bourne per poi risalire verso l’Area Naturale Sensibile del Domaine des Ecouges, percorso definito “le sublimes strade del Vercors”. Attraversato

il tunnel una discesa tecnica ci riporterà sulla Belle Via, la ciclabile dell'Isere, e raggiungeremo Grenoble.



Ottavo giorno Sabato 18 Luglio Grenoble – Cuneo ..ma sulla strada del ritorno...

da Grenoble raggiungeremo il villaggio di Le Bourg d'Oisans e vivremo le emozioni di una mitica salita, arrivo anche quest'anno di ben due tappe del Tour de France, l'ultima di ben 170 km e 5200 Mt di dislivello.

Ma non temete.. noi faremo meno km e meno dislivello sicuramente.

L'Alpe d'Huez e i 21 mitici tornanti del Tour de France!

La salita che da Le **Bourg d'Oisans** raggiunge l'Alpe d'Huez è una delle più iconiche del mondo del ciclismo: **14,2 km** circa, pendenza media attorno al 7,7% e 21 tornanti numerati che scandiscono lo sforzo. Porteremo con noi **acqua, sali e antivento** e ricordiamoci che la discesa richiede **freni in perfetto stato**. Chiamata anche "l'Isola del Sole" per le sue molte ore di esposizione, l'Alpe d'Huez si trova nel dipartimento dell'Isère, a circa 1.860 m di quota ed è una delle località di montagna più famose d'Europa.

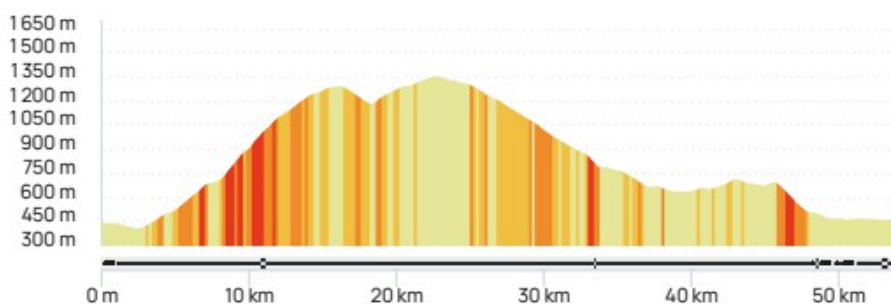
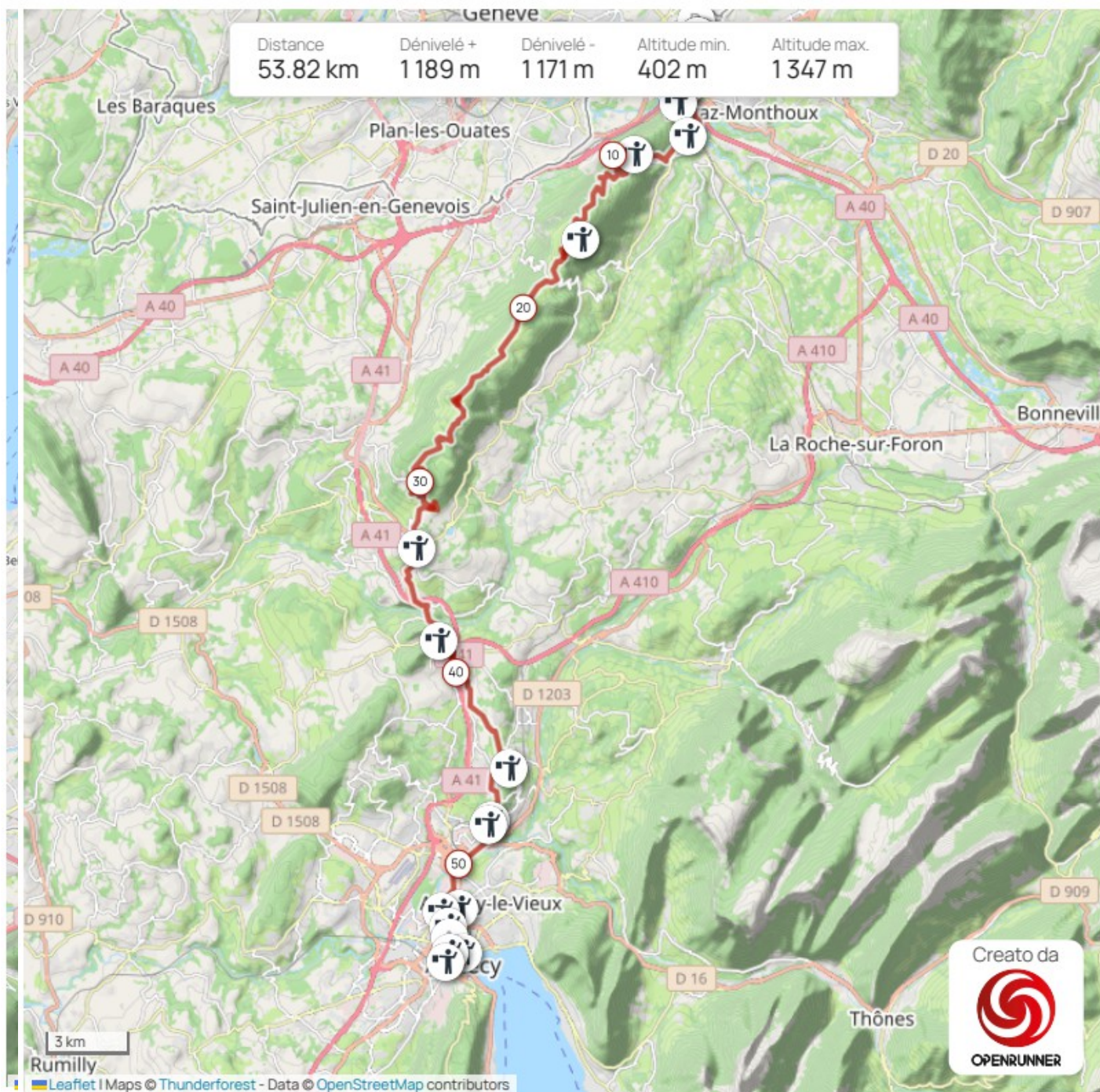
**.. e nel pomeriggio
da Bourg d'Oisans ritorno a Cuneo Via Monginevro**

Le Tappe

Giorno 1 Thonon Les Bains – Yvoire – Thonon Les Bains Km 28 Disl 192 mt

Giorno 2 Thonon Les Bains – Annemasse Km 61 Disl 1212 Mt (vuelta Circular)

Novotel Annemasse - Novotel Annecy #23014954



Giorno 4 Festa Nazionale Annecy – Chanaz – Aix Les Bains Km 93 Disl 1181 Mt

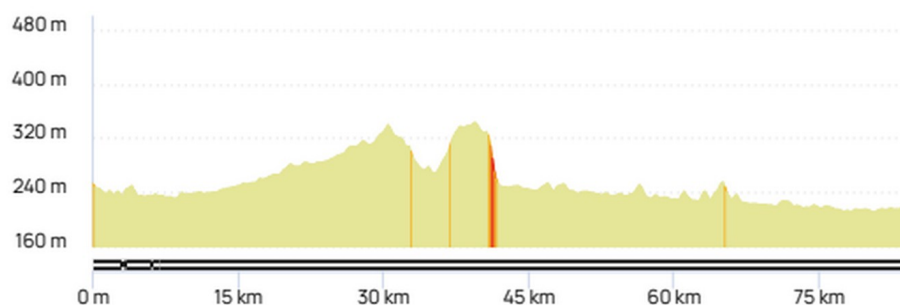
14 Luglio #23217501



Il copyright di riproduzione è strettamente riservato all'uso personale e privato. Quando pratichi la tua attività, assicurati di rispettare le proprietà e le strade private e verifica che il percorso sia praticabile.

Giorno 5 Aix Les Bains – Chambéry – Grenoble (Ciclabile) Km 84 Disl 405 Mt

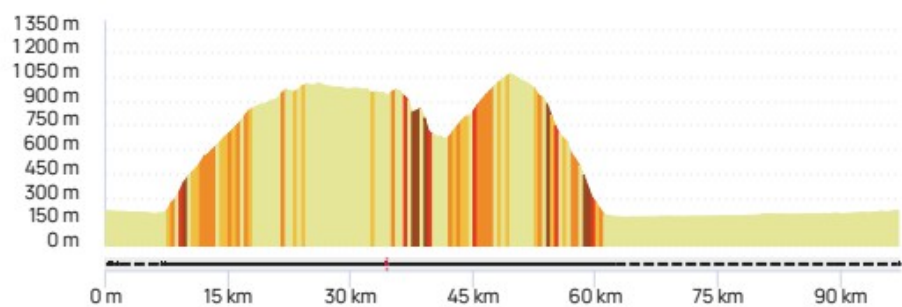
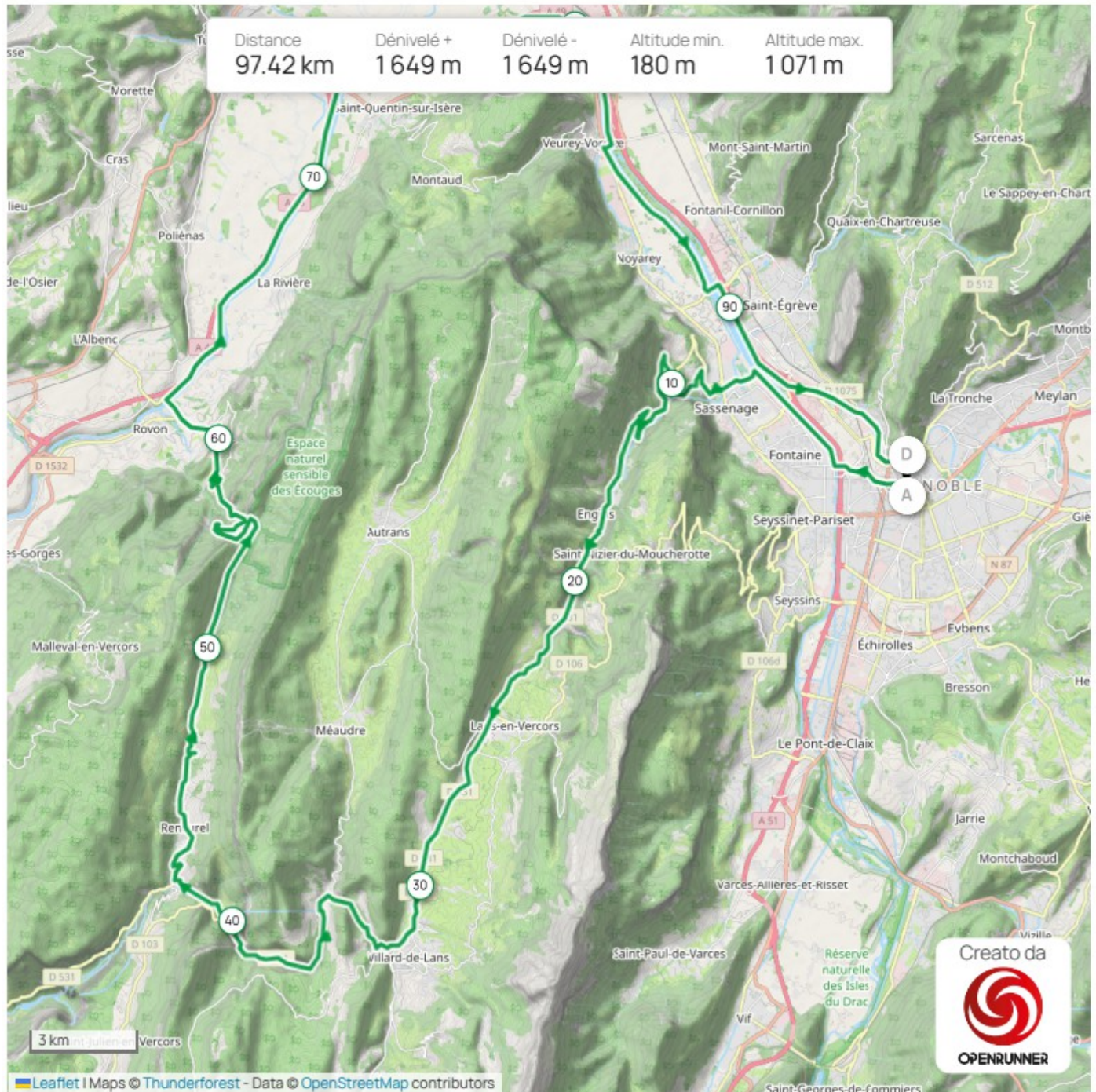
Golden Chambéry Ibis Garmin #23120820



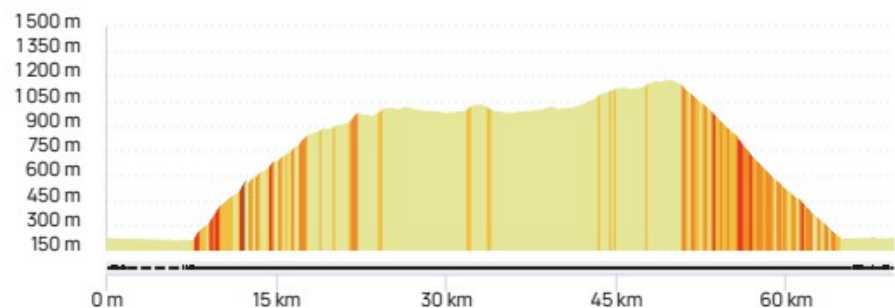
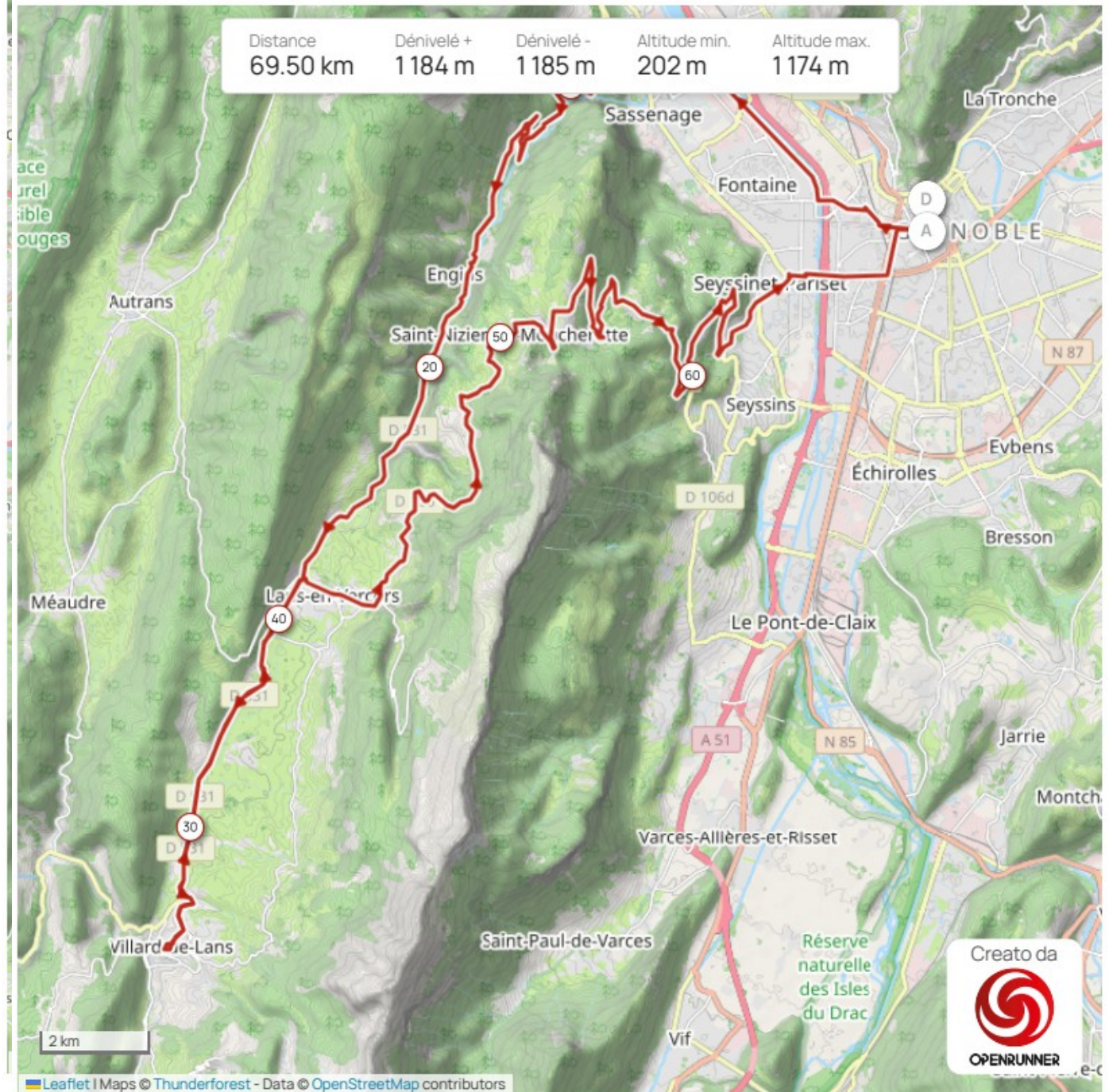
Il diritto di riproduzione è strettamente riservato all'uso personale e privato. Quando pratichi la tua attività, assicurati di rispettare le proprietà e le strade private e verifica che il percorso sia praticabile.

Il diritto di riproduzione è strettamente riservato all'uso personale e privato. Quando pratichi la tua attività, assicurati di rispettare le proprietà e le strade private e verifica che il percorso sia praticabile.

Giorno 6 Grenoble – Vercors – Grenoble Km 97 Disl 1649 Mt

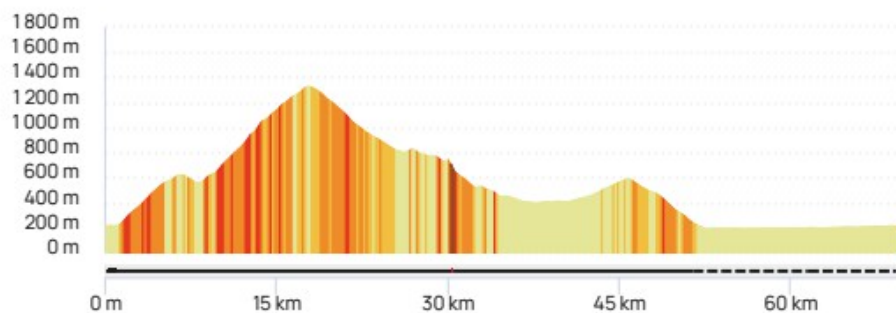


Il diritto di riproduzione è strettamente riservato all'uso personale e privato. Quando pratichi la tua attività, assicurati di rispettare le proprietà e le strade private e verifica che il percorso sia praticabile.



Giorno 7 Grenoble – Chartreuse – Grenoble Km 70 Disl 1507 Mt

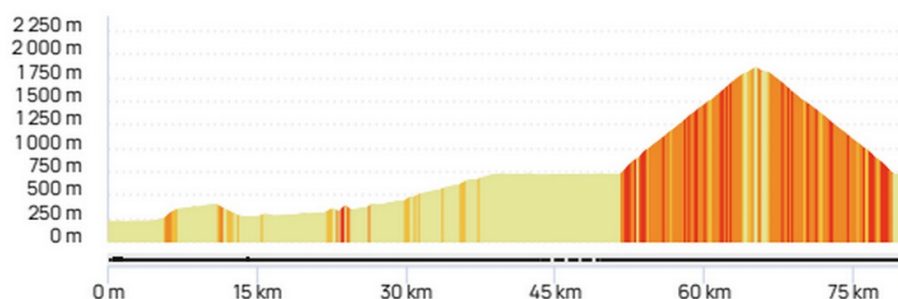
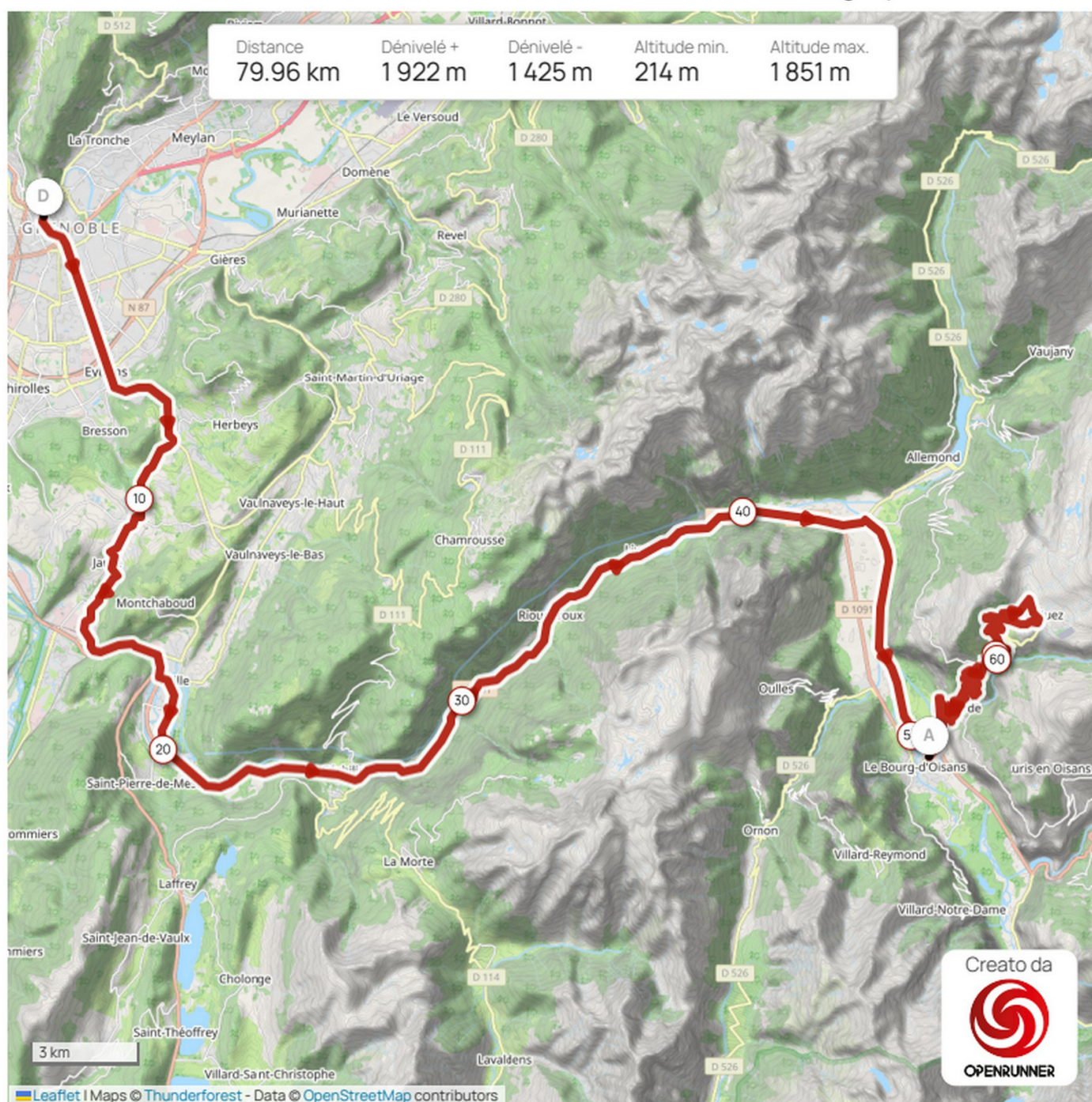
Ibis Chartreuse Ibis #23058270



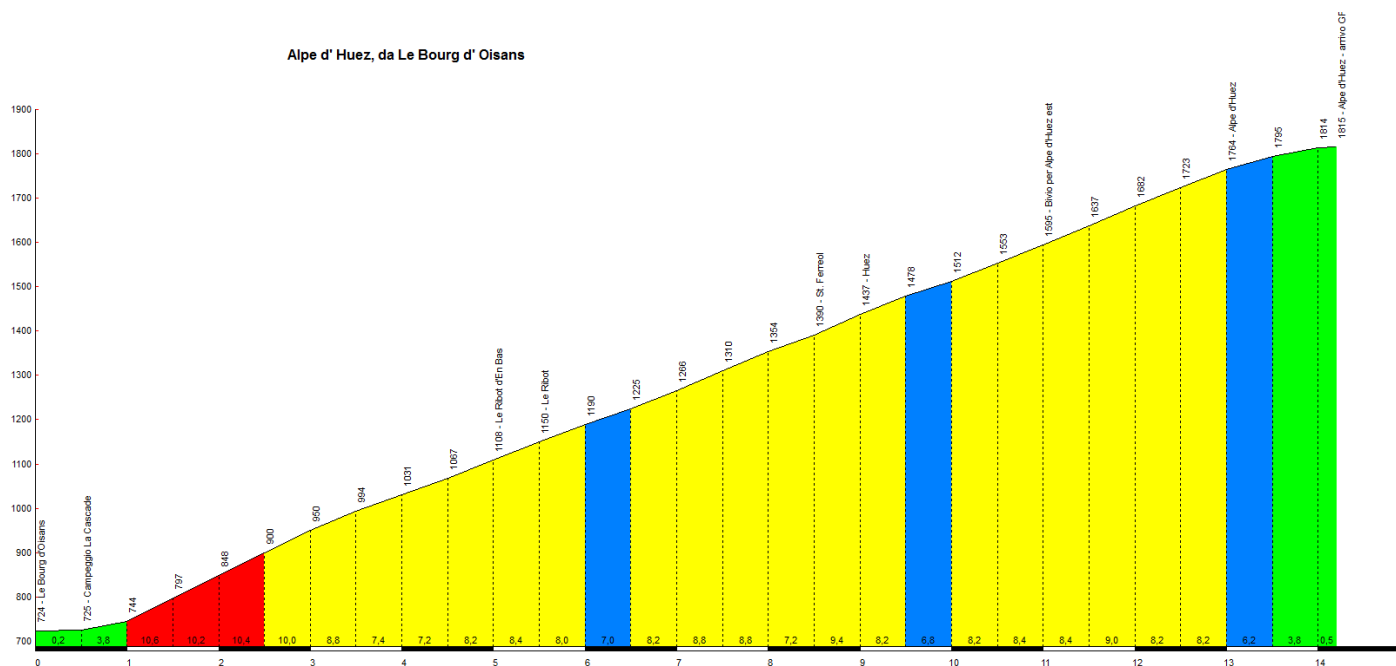
Il diritto di riproduzione è strettamente riservato all'uso personale e privato. Quando pratici la tua attività, assicurati di rispettare le proprietà e le strade private e verifica che il percorso sia praticabile.

GIORNO 8 Grenoble Le Bourg d'Oisans l'Alpe d'Huez Km 80 Disl 1922

Ibis Bourg Alpe #23068198



Il diritto di riproduzione è strettamente riservato all'uso personale e privato. Quando pratichi la tua attività, assicurati di rispettare le proprietà e le strade private e verifica che il percorso sia praticabile.



Chi non si sentirà di affrontare la salita avrà la possibilità di concludere il ciclo viaggio a Le Bourg d'Oisans, pedalando comunque anche l'ultimo giorno, solitamente lasciato al viaggio di ritorno.

... e nel pomeriggio Home Sweet Home...



Carta di sicurezza del cicloturismo

- Rispetto la natura e l'ambiente che mi circonda
- Sono adeguatamente attento e adatto il mio comportamento alle condizioni del traffico
- Mantengo uno spazio sicuro con il ciclista che mi precede, vedo e sono visto
- Pedalo senza mettere a repentaglio la mia sicurezza e quella degli altri utenti della strada
- Conosco la procedura per chiamare i soccorsi in caso di incidente personale
- Scelgo un percorso adatto alle mie capacità fisiche
- Osservo le indicazioni degli organizzatori
- Applico il Codice della Strada per andare in bicicletta in sicurezza
- Utilizzo una bicicletta in perfette condizioni meccaniche e dotata di sistemi di sicurezza

Alcune utili informazioni....

Il capo gita è responsabile della conduzione del gruppo sui percorsi da lui scelti e indicati. Ogni allontanamento dal gruppo, per qualsiasi motivo, va comunicato personalmente al capo gita.

Per la buona riuscita dell'escursione è chiesto il rispetto del capo gita e delle sue decisioni, prese sempre con coscienza e condivise.

E' obbligatorio partecipare con biciclette in buona condizione, dotate di pneumatici, cambio e freni adeguati. Controllate la vostra bici in anticipo, munitevi di almeno una camera d'aria di riserva per le riparazioni d'urgenza e di luci anteriori e posteriori.

Ricordate che il buon senso consiglia l'uso del casco e che il viaggiare in bici non ci esime dal rispetto del codice della strada.

L'associazione non si assume alcuna responsabilità per incidenti e danni a persone o cose che dovessero verificarsi nel corso del ciclo viaggio. L'iscrizione costituisce autodenuncia di buone condizioni fisiche e mentali. Le Assicurazioni sottoscritte con l'Agenzia Controtendenza saranno gestite direttamente dal capo gita.

Materiale informativo completo sul nostro sito

Le tracce GPX saranno inviate ai partecipanti qualche giorno prima della partenza