



Reisebeschreibung

Rad und Schiff Reisen Frankreich - Drei Flüsse, sechs Weingebiete und 7.000 Châteaux

Bordeaux / Von Libourne/Fronsac nach Castets-en-Dorthe | MS Bordeaux

Während dieser Reise entdecken Sie das wohl berühmteste Weingebiet Frankreichs in der Gegend um Bordeaux. Die sonnendurchflutete Region im Südwesten Frankreichs eignet sich perfekt für eine herrliche Rad- und Schiffsreise. Wo die Flüsse Garonne und Dordogne in die mächtige Gironde münden, liegt eine der fruchtbarsten und berühmtesten Weinregionen der Welt. Von der atlantischen Meeresbrise verwöhnt, werden auf den Weingütern an den sanften Hängen der Region schon über Jahrhunderte die beachtlichsten Weine Frankreichs produziert. Appellationen wie Saint-Émilion, Pomerol, Sauternes, Médoc und Margaux machten den Bordeauxwein weltberühmt. Sie durchfahren sechs bekannte Weingebiete mit dem Fahrrad und werden dabei bestimmt den einen oder anderen Tropfen kosten. Bordeaux bietet jedoch nicht nur die besten Weine; die Region ist auch Heimat vieler feiner und herrlichen kulinarischen Spezialitäten. Die Küche an Bord ist hervorragend und täglich werden regionale Gerichte mit frischen Zutaten zubereitet. Die Bar an Bord bietet Ihnen eine große Auswahl an exzellenten Weinen, die Sie zum Abendessen genießen oder bei einer persönlichen "Cocktail-Stunde" probieren können. Die Stadt Bordeaux mit ihrem kulturellen Zentrum ist das Herz der Region. Einst eine Stadt im Dornröschenschlaf, die sich am Flussufer entlangstreckt, lockt sie heute viele Besucher, die ihre großartige Architektur und Museen sowie die gemütlichen Cafés genießen. Die Stadt, heutzutage UNESCO Weltkulturerbe, ist definitiv wachgeküsst! Befahren Sie mit dem Schiff die Dordogne, die Garonne und die Gironde und erleben Sie wunderschöne Radtouren durch abwechslungsreiche Weingebiete über sorgfältig ausgewählte Routen und entdecken sie diese zauberhafte Region aus verschiedenen Perspektiven! Sie fahren und wohnen an Bord des Schiffes "Bordeaux" (ca. 70 Gäste).



MS Bordeaux

Das Schiff BORDEAUX ist 78 Meter lang und 10 Meter breit und an Bord können max. 96 Gäste in 49 Kabinen untergebracht werden. Das Schiff fährt unter erfahrener französischer Management. Auf dem Unterdeck befinden sich insgesamt 36 Außenkabinen: 34 Zweibettkabinen mit getrennt und neben einander stehenden Einzelbetten (ca. 7,5 - 8,0 M²), 2 Junior Suiten (ca. 11,6 M²) mit zusätzlicher kleiner Sitzecke; alle Kabinen haben ein kleines Fenster das geöffnet werden kann, Badezimmer mit Du/WC/Waschbecken, individuell regulierbare Klimaanlage, Satelliten-TV und Mini-Safe. Auf dem Oberdeck befinden sich 13 Kabinen: 11 Zweibettkabinen und 2 Einzelkabinen mit gleicher Ausstattung wie die Kabinen auf dem Unterdeck. Die Fenster auf dem Oberdeck sind etwas größer und lassen sich ebenfalls öffnen. Im vorderen Bereich des Schiffes befindet sich der geschmackvoll eingerichtete Salon/Lounge mit großen Panoramafenstern, gut sortierter Bar und kleiner Tanzfläche. Im hinteren Bereich befindet sich das separate Restaurant. Auf dem teilweise überdachten Sonnendeck laden



Reisebeschreibung

Sitzecken mit Stühlen und Tischen zum Verweilen ein; Fahrradabstellmöglichkeit auf dem Achterdeck.

Tag 1 (Sa.): Libourne/Fronsac: Einschiffung ab 15:00 Uhr. Fronsac & Umgebung: Rundfahrt (ca. 10 - 15 km)

Eigene Anreise und optionaler Transfer vom Treffpunkt Bahnhof Gare St. Jean in Bordeaux zur Schiffsanlegestelle in Fronsac am Fluss Dordogne. Sie können eine erste Testrunde mit dem Rad in der Umgebung von Fronsac unternehmen. Abends erwartet Sie an Bord ein Willkommenscocktail.

Tag 2 (So.): Fronsac/Libourne: Weingebiete Saint-Émilion und Pomerol: Rundfahrt (ca. 35 - 50 km) | Libourne/Fronsac - Bourg

Ihr erste Ganztagestour beginnt in Libourne. Hier können Sie über den malerischen Platz in der Stadt bummeln, der von historischen Gebäuden aus dem frühen 16. Jahrhundert umgeben ist. Besuchen Sie Sonntag morgens den Warenmarkt mit herrlichen Produkten aus der Region, bevor Sie die berühmten Weinanbaugebiete Pomerol und Saint-Émilion besuchen. Genießen Sie diese Radtour durch die wundervollen Weinhänge in dieser unberührten Landschaft (UNESCO Weltkulturerbe). Beim Radeln durch die Landschaft eröffnen sich wundervolle Ausblicke auf die mittelalterlichen Orte und die umgebenden Weingüter. Entlang des Weges passieren Sie einige der bestklassifizierten Weingüter und die Châteaux Angelus, Ausone, Cheval Blanc, Petrus, die zu den Berühmtesten der Welt zählen. Ein wahres Eldorado für Weinliebhaber! Abends mit dem Schiff nach Bourg, wo die Flüsse Dordogne und Garonne sich in der mächtigen Gironde vereinen.

Tag 3 (Mo.): Bourg - Blaye und Blaye Zitadelle: Rundfahrt (ca. 35 - 50 km)

Heute durchfahren Sie das Weinanbaugebiet Côtes de Blaye. Ihr Wein mag zwar weniger bekannt sein, aber steht der Qualität und Produktion der berühmten Nachbarn aus Pomerol, Saint-Émilion und Médoc in nichts nach. Sie werden überrascht sein, welche landschaftlichen und architektonischen Perlen sich in dieser Gegend verbergen. Sie besuchen Dorfplätze und schöne Schlösser. Seit dem Mittelalter haben unzählige Pilger auf ihrem Weg nach Santiago de Compostella dieses Gebiet passiert. Sie besuchen Dorfplätze und schöne Schlösser. In Blaye sollten Sie kurz Zeit nehmen für eine kurze Runde durch die Zitadelle Vauban, um das militärische Meisterstück vom Architekten des Königs Louis XIV, dem Sonnenkönig, zu bewundern. Auf dem Rückweg nach Bourg fahren Sie den letzten Teil über die "Corniche", einer malerischen ruhigen Straße, direkt an der Gironde entlang.

Tag 4 (Di.): Bourg - Lamarque | Lamarque - Margaux (Médoc): Rundfahrt (ca. 40 km) | Bourg - Bordeaux

Beim Frühstück überquert das Schiff die breite Gironde zur Médoc Weinregion. Ihre Radtour starte am Anleger der Fähre in Lamarque. Sie fahren eine nahezu flache Strecke durch die Weinberge und erreichen die Margaux Appellation mit ihren nicht weniger als 21 klassifizierten Weingütern, zu denen die Châteaux Palmer, Issan, Lewis Brown, Rauzan Segla, Ferrière und natürlich Château Margeaux gehören. Sie können bei einem dieser Weingüter einen Stopp einlegen und dabei einiges über die Klassifizierungen erfahren, bevor Sie sich wieder auf den Rückweg zum Schiff machen. Am späten Nachmittag fährt das Schiff über die Garonne zur wunderbaren Stadt Bordeaux. Sie legen mit dem Schiff unmittelbar vor der berühmten Steinbrücke am Pier im Stadtzentrum an, von wo aus Sie die wohl eindrucksvollste Panoramaaussicht der Stadt haben: die



Reisebeschreibung

Steinbrücke "Pont de pierre", die Place de la Bourse und die Quai des Chartrons auf einem Blick.

Tag 5 (Mi.): Bordeaux: im Herzen von Bordeaux: Rundfahrt (ca. 15 km) | Bordeaux - Cadillac

Der Reiseleiter wird Ihnen eine Tour mit dem Rad anbieten, um Bordeaux und seine architektonischen Schätze zu entdecken. Dabei fahren Sie über die hervorragenden neuen Radwege am Fluss entlang und genießen wunderschöne Panoramablicke der historischen Stadt. Nachmittags können Sie zu Fuss oder mit dem Rad die Hauptattraktionen besichtigen: das königliche Stadttor (Cailhau), die große Glocke von Pey Berlan, das "Goldene Dreieck", die Girondins Säule, der "Wasserspiegel" Miroir d'Eau und vieles mehr. Entdecken Sie ruhige Straßen und Plätze, versteckte Gärten oder anderen idyllischen Ecken, wo Sie eine Kaffeepause einlegen können, um z.B. ein himmlisches "Canelés" Küchlein, einer echten Spezialität aus Bordeaux oder Austern und Weißwein zu probieren. Der Nachmittag steht Ihnen auch zum Entdecken und zum Shoppen zur freien Verfügung. Versäumen Sie nicht, sich in den Straßen und Shops umzuschauen, wo der Wein so alt ist wie die in Stein gehauenen Kellergewölbe oder um die neue "Cité du Vin" zu besuchen. Nach dem Abendessen fahren Sie über die Garonne stromaufwärts bis Cadillac.

Tag 6 (do.): Cadillac - Sauternes: Rundfahrt (ca. 35 - 50 km) | Cadillac - Castets-en-Dorthe

Cadillac liegt in der Graves Region, die auch als der Geburtsort des Bordeaux Weins gilt. Nach erholsamer Nacht an Bord geht es mit dem Rad auf Entdeckungstour durch die Sauternais Region auf dem südlichen Ufer der Garonne, die für ihre Dessertweine bekannt ist. Ein Teil der Strecke folgt den gewundenen Ufern der Ciron, dessen kaltes Quellwasser aus den Pyrenäen in die wärmeren Gewässer der Garonne fließt. Im Herbst bildet sich dadurch im warmen und trockenem Klima ein Nebel, der sich über die Trauben legt und so beste Bedingungen für den berühmten Sauternes Wein schafft. An den Landstraßen stehen zahllose pittoreske Schlösschen, deren elegante Türme über ein Meer farbenprächtiger Weinberge ragen. Die Zeit scheint im Mittelalter stehen geblieben zu sein, als hier die Engländer herrschten. Zurück an Bord, geht es weiter über die Garonne nach Castets-en-Dorthe, am Ende des schiffbaren Abschnitts der Garonne.

Tag 7 (Fr.): Castets-en-Dorthe - Entre-Deux-Mers / Graves: Rundfahrt (ca. 40 km)

Castets ist ein mittelalterliches Dörfchen mit einem hoch aufragenden Schloss. Der heutige Tourenverlauf mit dem Rad führt durch das "Premieres Côtes de Bordeaux" Weingebiet. Es bietet sich die Möglichkeit, den Wohnsitz des Schriftstellers Francois Côtes und das Chateau Malromé (16. Jahrh.), das Haus des Malers Toulouse Lautrec zu besuchen. Hier werden Weinproben angeboten! Letztes Dinner an Bord in Castets.

Tag 8 (Sa): Castets-en-Dorthe:

Ausschiffung nach dem Frühstück bis 9:00 Uhr: Ende Ihrer Reise. Rücktransfer (optional) zum Bahnhof Gare St. Jean in Bordeaux.

Wichtige Anmerkungen zu beiden Touren: Die Garonne, Gironde und Dordogne sind Teil eines Gezeitenflusssystem, wodurch sich in dieser Region täglich die Höhe des Wasserspiegels ändert (täglich bis zu 6 Meter Unterschied). Dies wird bei der gesamten Tour so weit wie möglich berücksichtigt, kann aber u.U. doch dazu führen, dass die



Reisebeschreibung

Gezeiten evtl. Änderungen der Reiseroute bzw. der Abfahrtszeiten erfordern.

Diese Rad- und Schiffsreise wird in wöchentlichem Richtungswechsel angeboten: je nach Reiseternin wie oben beschrieben von Castets-en-Dorthe über Bordeaux nach Libourne oder von Libourne nach Castets-en-Dorthe.

Alle Entfernungen sind "circa-Entfernungen" der empfohlenen Radtouren.
Wenn Gäste an einem Tag nicht Radfahren möchten, können sie an Bord bleiben und relaxen.

Programm und Angaben vorbehaltlich Änderungen, u.a. aus meteorologischen bzw. nautischen Gründen.
Gäste können ihr Gepäck am Anreisetag bereits ab ca. 13:00 Uhr an Bord bringen. Die Einschiffung beginnt um 15:00 Uhr.

Preise in EUR:

twin cabin lower deck / twin cabin upper deck / single cabin lower deck / single cabin upper deck / Junior Suite lower deck

Samstag 29 Apr 2017
1099,- / 1249,- / 1399,- / 1449,- / 1399,-

Samstag 13 Mai 2017
1249,- / 1399,- / 1599,- / 1649,- / 1549,-

Samstag 27 Mai 2017
1249,- / 1399,- / 1599,- / 1649,- / 1549,-

Samstag 10 Jun 2017
1249,- / 1399,- / 1599,- / 1649,- / 1549,-

Samstag 24 Jun 2017
1249,- / 1399,- / 1599,- / 1649,- / 1549,-

Samstag 02 Sep 2017
1249,- / 1399,- / 1599,- / 1649,- / 1549,-

Samstag 16 Sep 2017
1249,- / 1399,- / 1599,- / 1649,- / 1549,-

Samstag 30 Sep 2017
1249,- / 1399,- / 1599,- / 1649,- / 1549,-

Samstag 14 Okt 2017
1099,- / 1249,- / 1399,- / 1449,- / 1399,-

FAHRRÄDER:

Die Mieträder an Bord sind Unisex-Touringräder (überwiegend Damen-Modelle) mit



Reisebeschreibung

mittlerem bis niedrigem Einstieg, 21-Gang Kettenschaltung, Handbremsen und Gepäckträgertasche. Fahrräder und E-Bikes haben einen stabilen Aluminium Rahmen mit Rahmenfederung, Selle Royale Gelsattel und Gabelfederung für komfortable Radtouren. Andere Mietfahrräder, wie z.B. Kinderräder und Kindersitze (für den Gepäckträger) sind auf diesen Reisen ausschließlich nach vorheriger Anfrage (bei Buchung) und Bestätigung und nur in sehr begrenzter Anzahl möglich. Fahrradmieta ist fakultativ. Reisegäste können ohne Aufpreis bzw. Kosten ihre eigenen Fahrräder oder E-bikes mitbringen. Schiffsbetreiber, -besatzung und Veranstalter haften in diesem Fall jedoch nicht für evtl. Schäden, Verlust oder Diebstahl des eigenen Fahrrads.

In Frankreich besteht keine Helmpflicht für erwachsene Radfahrer. Wir empfehlen jedoch allen Gästen einen Helm zu tragen und ihren eigenen (gut passenden) Fahrradhelm mitzubringen. Fahrradhelme sind an Bord nur in kleinen Mengen leihweise verfügbar.

Wichtige Hinweise zu beiden Touren:

- Insbesondere zwischen Bourg und Blaye und in Entre-Deux-Mers gibt es einige kurze Strecken mit anspruchsvolleren Anstiegen. An nahezu allen Tagen werden kürzere und längere, bzw. einfachere und etwas anspruchsvollere Varianten der Radtouren angeboten;
- Die Radtouren durch Sauternes bzw. Entre-Deux-Mers können sowohl ab/bis Castets-en-Dorthe, wie auch ab/bis Cadillac angeboten werden: der Kapitän entscheidet wöchentlich;
- Wenn Gäste an einem Tag nicht Radfahren möchten, können sie an Bord bleiben und relaxen;

WEITERE INFORMATIONEN:

Die "Allgemeinen Bedingungen von Boat Bike Tours" gelten für Rad- und Schiffsreisen & Reiseverträge im Rahmen dieser Reisen, sowie für Reiserücktritt. Kinder sind grundsätzlich herzlichst Willkommen an Bord. Bitte überlegen Sie aber vor Buchung, ob Sie Ihrem Kind tägliche Fahrradtouren von bis zu ca. 50 km zutrauen. Selbstverständlich können Sie sich (Kinder bis 18 J. nur unter Begleitung) auch einen oder mehrere Tage an Bord aufhalten. Kinderermäßigung auf Anfrage. Innenräume sind Nichtraucherzone: Alle Kabinen sind also Nichtraucherzimmer. Rauchen ist nur auf dem Sonnendeck erlaubt.



Reisedetails

Sie haben folgende Reisedaten gewählt:

Reiseziel	Rad und Schiff Reisen Frankreich - Drei Flüsse, sechs Weingebiete und 7.000 Châteaux Bordeaux / Von Libourne/Fronsac nach Castets-en-Dorthe MS Bordeaux
Veranstalter	Boat Bike Tours
Reiseart	individuell
Buchungsnummer	802811-1282731
Beginn	10.06.2017
Ende	17.06.2017
Reisedauer	8 Tage
Preis ab	EUR 1.249,00
Unterkunftsart	Schiff
Etappenlänge	30 - 50 km
Teilnehmerzahl	x / 96
Kindertauglich	ja
Leistungen	Schiffsreise & Unterkunft an Bord in der gebuchten Kabinenkategorie 8 Tage/7 Nächte (Samstag-Samstag); Vollpension: 7x Frühstück, 6x Lunchpaket für Radtouren, 7x Drei-Gang-Diner; Benutzung von Bettwäsche und Handtücher (Handtuchwechsel auf Wunsch täglich), tägliche Kabinenreinigung; Begrüßungsgetränk und Informationsgespräch am ersten Abend; Basispaket Radtouren "semi-guided": Erfahrene und ortskundige Reiseleitung (Englisch Französisch) mit täglichen Vorbesprechungen der Radtouren: Gäste fahren individuell, die Reiseleitung ist tagsüber jedoch ebenfalls mit dem Fahrrad unterwegs und für Fragen ständig über Handy erreichbar; gegen Aufpreis EUR 200,- (nur vorherige Buchung) täglich komplett geführte Radtouren in einer Gruppe von min. 8 Pers und max. 20 Pers. möglich: nur englischsprachig; Detaillierte Radkarten mit den unterschiedlichen Varianten der empfohlenen Radtouren, sowie auch täglich Roadbooks mit Textbeschreibungen (D, ENG, F); Kaffee und Tee nach Ende der Radtour bei Rückkehr an Bord.
Zusatzkosten/ -leistungen	weitere Kategorien: siehe Reisebeschreibung; Transfers zwischen Bordeaux und den beiden Anlegestellen in Castets-en-Dorthe und Libourne/Fronsac; Reservierungsgebühr (obligatorisch) pro Buchung/Gruppe; Paket Geführte Radtouren; Miete Fahrrad oder E-Bike; An Bord sind auf Wunsch GPS-Geräte (Aufpreis Miete EUR 15, zahlbar vor Ort) mit allen GPS-Tracks der Radtouren verfügbar; Andere Transfer; Parkgebühren; Eintrittspreise & Ausflüge & Weinproben; Getränke an Bord; Persönliche Versicherungen; Trinkgelder (nach eigenem Ermessen); Spezielle Diäten/Menüwünsche nur nach vorheriger Absprache/Anmeldung möglich, ggf. gegen Aufpreis (ca. EUR 50 / Woche); Reservierungskosten EUR15 pro Buchung/Gruppe (obligatorisch); Mietfahrrad 21 Gänge,



Reisedetails

Handbremsen, Gepäckträgertasche: EUR75; Miete E-Bike (Pedelec): EUR165 (nur begrenzte Anzahl E-Bikes verfügbar, daher ist frühzeitige Buchung empfehlenswert)

Preisnachlässe



Mögliche Termine

Die Reise wird zu folgenden Terminen angeboten:

Beginn	Ende	Preis
29.04.2017	06.05.2017	ab EUR 1.099,00
13.05.2017	20.05.2017	ab EUR 1.249,00
27.05.2017	03.06.2017	ab EUR 1.249,00
10.06.2017	17.06.2017	ab EUR 1.249,00
24.06.2017	01.07.2017	ab EUR 1.249,00
02.09.2017	09.09.2017	ab EUR 1.249,00
16.09.2017	23.09.2017	ab EUR 1.249,00
30.09.2017	07.10.2017	ab EUR 1.249,00
14.10.2017	21.10.2017	ab EUR 1.099,00

Bei einer Buchung der Reise für einen anderen als dem unten im Buchungsformular eingetragenen Termin können die Reisedetails abweichen. Insbesondere die Preise, Zusatzkosten und Preisnachlässe unterscheiden sich zwischen den verschiedenen Terminen.

Bitte senden Sie das ausgefüllte Buchungsformular per Fax an:
(02227) 92 43-42

oder per Post an:

Die Radreisen-Datenbank
Mittelstraße 9
D-53332 Bornheim



Buchungsanfrage per Fax an (02227) 924342

Ich (Wir) möchte(n) an folgender Reise teilnehmen. Bitte prüfen Sie die Verfügbarkeit der entsprechenden Anzahl von Plätzen.

Die Verantwortung für den Ablauf der Buchung und die Durchführung der Reise obliegt einzig und allein dem jeweiligen Veranstalter. Die Reisebuchung wird erst durch schriftliche Bestätigung des Veranstalters wirksam. Es gelten die AGB des Veranstalters.

Name _____
Straße _____
PLZ/Ort _____
E-Mail _____
Telefon _____

Reiseziel Rad und Schiff Reisen Frankreich - Drei Flüsse, sechs Weingebiete und 7.000 Châteaux Bordeaux / Von Libourne/Fronsac nach Castets-en-Dorthe | MS Bordeaux

Veranstalter Boat Bike Tours

Buchungsnummer 802811-1282731

Beginn 10.06.2017

Ende 17.06.2017

Reisedauer 8 Tage

Preis ab EUR 1.249,00

Leistungen Schiffsreise & Unterkunft an Bord in der gebuchten Kabinenkategorie 8 Tage/7 Nächte (Samstag-Samstag); Vollpension: 7x Frühstück, 6x Lunchpaket für Radtouren, 7x Drei-Gang-Diner; Benutzung von Bettwäsche und Handtücher (Handtuchwechsel auf Wunsch täglich), tägliche Kabinenreinigung; Begrüßungsgetränk und Informationsgespräch am ersten Abend; Basispaket Radtouren "semi-guided": Erfahrene und ortskundige Reiseleitung (Englisch Französisch) mit täglichen Vorbesprechungen der Radtouren: Gäste fahren individuell, die Reiseleitung ist tagsüber jedoch ebenfalls mit dem Fahrrad unterwegs und für Fragen ständig über Handy erreichbar; gegen Aufpreis EUR 200,- (nur vorherige Buchung) täglich komplett geführte Radtouren in einer Gruppe von min. 8 Pers und max. 20 Pers. möglich: nur englischsprachig; Detaillierte Radkarten mit den unterschiedlichen Varianten der empfohlenen Radtouren, sowie auch täglich Roadbooks mit Textbeschreibungen (D, ENG, F); Kaffee und Tee nach Ende der Radtour bei Rückkehr an Bord.

Zusatzkosten/leistungen weitere Kategorien: siehe Reisebeschreibung; Transfers zwischen Bordeaux und den beiden Anlegestellen in Castets-en-Dorthe und Libourne/Fronsac; Reservierungsgebühr (obligatorisch) pro Buchung/Gruppe; Paket Geführte Radtouren; Miete Fahrrad oder E-Bike; An Bord sind auf Wunsch GPS-Geräte (Aufpreis Miete EUR 15,



Buchungsanfrage per Fax an (02227) 924342

zahlbar vor Ort) mit allen GPS-Tracks der Radtouren verfügbar; Andere Transfer; Parkgebühren; Eintrittspreise & Ausflüge & Weinproben; Getränke an Bord; Persönliche Versicherungen; Trinkgelder (nach eigenem Ermessen); Spezielle Diäten/Menüwünsche nur nach vorheriger Absprache/Anmeldung möglich, ggf. gegen Aufpreis (ca. EUR 50 / Woche); Reservierungskosten EUR15 pro Buchung/Gruppe (obligatorisch); Mietfahrrad 21 Gänge, Handbremsen, Gepäckträgertasche: EUR75; Miete E-Bike (Pedelec): EUR165 (nur begrenzte Anzahl E-Bikes verfügbar, daher ist frühzeitige Buchung empfehlenswert)

Preisnachlässe



Buchungsanfrage per Fax an (02227) 924342

Bitte tragen Sie hier Ihre Sonderwünsche (EZ, Leihrad, Abflughafen etc.), die Namen aller Mitreisenden, den Reisebeginn sowie Kommentare und Anmerkungen ein:

Ort, Datum, Unterschrift