



Rennradwoche Toskana

Rennrad 8 Tage - Level medium - 6 Etappen, 460 km, 6400 Hm

Die Fakten

Unser ULP Rennrad Toskana Trainingslager bietet ideale Bedingungen für die Verbesserung der Grundlagenausdauer als Formschliff vor den individuellen Saison-Highlights. Von Samstag, den 03.04. bis Samstag, den 22.05.2021 bieten wir jede Woche 5



Radausfahrten in der wunderschönen toskanischen Landschaft auf ruhigen Straßen mit sanften Hügeln an. Ihr habt die Option, für eine Woche, zwei, drei oder vier Wochen an unserem Trainingslager teilzunehmen. Für jede zusätzlich gebuchte Trainingslagerwoche sinkt der Preis um 90EUR. Ihr seid in einem herrlich gelegenen 4 Sterne Hotel direkt am Meer untergebracht. Das Hotel wurde in den letzten Jahren umfassend renoviert, am Strand stehen für Euch Liege und Schirm bereit.

Die Anforderungen

Die ULP Rennradwoche richtet sich sowohl an leicht fortgeschrittene als auch an ambitionierte Rennradler, bunt gemischt durch alle Altersklassen und Leistungsstufen. Eine gute Kondition ist Grundvoraussetzung. Zu Beginn der Saison kann das Leistungsniveau noch stark variieren. Wir werden einen gemeinsamen Nenner finden, sodass niemand beim Training zu kurz kommt. Dennoch ist es hilfreich, vor dem Trainingslager schon einige Kilometer auf dem Rad gesammelt zu haben. Die Anstiege sind für ein Mittelgebirge typisch kurz und moderat, können aber auch 15% und kurz mehr erreichen. Die Tourlänge beträgt zwischen 80 und 140 km je nach Variante, Wetter und euren Wünschen. Die Höhenmeter belaufen sich dann auf 700 bis 1400. Wir bauen Specials wie etwa Zeitfahren auf der langen gerade vor unserem Hotel ein oder Bergsprints auf der etruskischen Weinstraße.

Die Highlights

Als Trainingsterrain dienen uns ruhige Straßen abseits der viel befahrenen Küstenroute direkt am Meer. Kurvenreiche, fast autofreie Asphaltanstiege ins Hinterland, von einem malerischen Gebirgsdorf zum nächsten. Wunderschöne Weingüter, Olivenhaine, die berühmten Zypressen- und Kiefernalleen und herrliche Strände in einer Gegend, in der sich das Radeln wirklich lohnt. Auch der Genuss kommt nicht zu kurz: Zu jeder gelungenen Radeinheit gehört auch der typische italienische Espresso!

Die Route

Wir haben keine starren Trainingspläne. Die aufgeführten Tagesetappen sind Vorschläge und nur ein kleiner Auszug aus den unzähligen Möglichkeiten in der Toskana. Die jeweiligen Etappen werden entsprechend der äußeren Bedingungen im Gespräch mit allen Teilnehmern auf die Bedürfnisse/Leistungsstand der Gruppe abgestimmt.

Details & Etappen

Inhaber: Ingo Mielke
Mittelstraße 9
D-53332 Bornheim

Tel.: (02227) 92 43-41
Fax: (02227) 92 43-42
Mobil: (0163) 693 22 36
E-Mail: info@fahrradreisen.de
Internet: www.fahrradreisen.de



Reisebeschreibung

Samstag: Anreise

Selbstanreise nach Campiglia Maritima. Ihr bezieht eure Unterkunft, ein liebevoll renoviertes B&B im Zentrum von Campiglia. Treffen mit dem Guide um 18 Uhr an der Rezeption des Hotels. Wir besprechen den Ablauf der Woche.

Sonntag: "Strada del Vino": Einrollrunde: ca. 75 km und ca. 750 hm

Gleich zu Beginn geht's zum spektakulären Postkartenmotiv, der Viale del Cypressi und weiter in den malerischen Ort Bolgeri. Von dort durch Weinberge und Olivenhaine nach Castagneto und hoch zum Valle de Bocca auf 316 m. Über die berühmte Kurvenstraße fahren wir von Sassetta nach Suvereto und runter in die Ebene der Maremma ins Val di Cornia, bis wir wieder in San Vincenzo einlaufen.

Montag: "Massa Marittima": ca. 95 km und ca. 1200 hm

Die Königsetappe was die steileren Anstiege betrifft, sehr einsame kleine Straßen und in der verdienten Mittagspause das beste Eis auf der Welt. Hier bewegt ihr euch auf geschichtsträchtigen Boden, die Gegend um Massa Marittima war schon zu etruskischer und römischer Zeit besiedelt. Außerdem ist der Ort Massa mit seinem historischen Ortskern eine (Rennrad) Reise allemal wert. Zurück geht's durch den Naturpark von Montioni, dieses faszinierende, grüne Naturerbe überzeugt mit dichten Eichenwäldern und Wegen die nur zu Fuß, mit dem Rad oder zu Pferd erkundet werden dürfen. So macht radln Spaß!

Dienstag: "Elba-Highlights: Berge und Meer" Basis Elba Runde: ca. 75 km und ca. 1300 hm; Super Elba Runde: ca. 100 km und ca. 1700 hm

Beide Touren bieten viel Variationsspielraum. Sicher ist euer Blick schon oft hinüber zur nahe gelegenen Insel Elba geschweift und vielleicht hat sich der eine oder andere bereits gefragt, wie es auf Napoleons Exil-Insel aussieht. Heute erfahrt ihr es! Mit einer Frühstückstüte ausgestattet machen wir uns auf den Weg zur 9:00-Uhr-Fähre die uns in einer Stunde nach Porofarraio bringt. Gerade auf Elba gilt es die Sinne zu öffnen, die Insel bietet mehr als nur Kilometer und Höhenmeter. Die Eindrücke an diesem Tag werden unvergesslich bleiben. Warum hat Napoleon diese Insel nur verlassen? Wenn ihr mit dem Rennrad noch zur Fähre und wieder zurück nach San Vincenzo fahrt, kommen nochmals jeweils 20 km und ein paar wenige Höhenmeter drauf. Die Preise für die Fahrtickets schwanken, daher sind diese nicht im Reisepreis enthalten. Die Hin- und Rückfahrt nach Elba kostet zwischen 30 und 40 Euro.

Mittwoch: Ruhetag

Ihr könnt heute den Tag am Meer verbringen. Oder ihr macht einen Ausflug in die sehr sehenswerten Städte wie Siena oder Volterra. Empfehlenswert sind auch die Schwefelquellen bei Saturina.

Donnerstag: "Um die Macchia di Magona": Castagneto Carducci - Monteverdi Marittima - Bibbona - Bolgeri: ca. 100 km und ca. 1350 hm

Heute fahren wir parallel zur Küste nach Norden Richtung Castagneto Carducci. Über die Bergstraße Passo di Bocca di Valle fahren wir mit grandiosem Panorama ins toskanische Hinterland in die urigen Bergdörfer Monteverdi Marittima und Canneto. Eine schier endlose Abfahrt bringt uns ins Val di Cecina. Einen Abstecher ins Bergdorf Sassa, welches 300 hm oberhalb des Val di Cecina thront, ist die Anstrengung sicher wert. Über



Reisebeschreibung

das mittelalterliche Bergdorf Montescudaio fahren wir über Bibbona zur Viale dei Cipressi: dieses Fotomotiv von der Toskana kennt wohl jeder, und ihr seid mittendrin. Der malerische Ortskern von Bolgheri lädt zum Verweilen ein und wir gönnen uns einen Cappuccino. Die kleinen Geschäfte bieten leckere lokale Produkte an und die Versuchung ist groß, das Wasser der Trinkflaschen gegen einen Spitzenwein zu tauschen. Zurück nach San Vincenzo geht es über die historische Via Aurelia. Am Abend gehen wir gemeinsam essen.

Freitag: "Das Val di Cornia": Suvereto - Sassetta - Canneto - Monterotondo - S. Lorenzo: ca. 115 km und ca. 1800 hm

Über Campiglia geht es weiter ins Hinterland und über eine kleine Bergstraße ab Suvereto stetig bergauf, über die sagenhafte Kurvenstraße durch verträumte uralte Dörfchen und Korkeichenwälder nach Sassetta. Eine schöne Abfahrt führt uns vorbei an den Thermalquellen von Sassetta ins Val di Cornia. In einem stetigen Auf und Ab folgen wir fast autofreien Straßen durch das Hügelland der Coline Metallifere über Canneto und Monterotondo zurück ins Val di Cornia. Durch die Ebene der Maremma rollen wir schließlich im Schatten der Macchia-Wälder auf der Küstenstraße zurück nach San Vincenzo.

Samstag: Abreise

Individuelle Abreise nach dem Frühstück.

Anreise

Selbstanreise nach San Vincenzo.



Reisedetails

Sie haben folgende Reisedaten gewählt:

Reiseziel	Rennradwoche Toskana Rennrad 8 Tage - Level medium - 6 Etappen, 460 km, 6400 Hm
Veranstalter	ULPtours
Reiseart	geführt
Buchungsnummer	100101-1812409
Beginn	17.04.2021
Ende	24.04.2021
Reisedauer	8 Tage
Preis ab	EUR 639,00
Unterkunftsart	Hotel
Etappenlänge	Rennrad-Tour
Teilnehmerzahl	7 / 12
Kindertauglich	nein
Leistungen	7 x Übernachtung mit Frühstück im DZ (7 x im 4 Sterne Hotel direkt am Meer); 5 geführte Touren; Online Bilderservice
Zusatzkosten/leistungen	Mietbikes: 25 bis 30 EUR pro Biketag auf Anfrage; E-Mietbikes: 35 EUR pro Biketag auf Anfrage
Preisnachlässe	



Mögliche Termine

Die Reise wird zu folgenden Terminen angeboten:

Beginn	Ende	Preis
03.04.2021	10.04.2021	ab EUR 639,00
10.04.2021	17.04.2021	ab EUR 639,00
17.04.2021	24.04.2021	ab EUR 639,00
24.04.2021	01.05.2021	ab EUR 639,00
01.05.2021	08.05.2021	ab EUR 699,00
08.05.2021	15.05.2021	ab EUR 699,00
15.05.2021	22.05.2021	ab EUR 699,00

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

QR-Code zur Reise:





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 Rennradwoche Toskana Rennrad 8 Tage - Level medium - 6 Etappen, 460 km, 6400 Hm
Veranstalter ULPtours
Buchungsnummer 100101-1812409
Beginn 17.04.2021
Ende 24.04.2021
Reisedauer 8 Tage
Preis ab EUR 639,00
Leistungen 7 x Übernachtung mit Frühstück im DZ (7 x im 4 Sterne Hotel direkt am Meer); 5 geführte Touren; Online Bilderservice
Zusatzkosten/leistungen Mietbikes: 25 bis 30 EUR pro Biketag auf Anfrage; E-Mietbikes: 35 EUR pro Biketag auf Anfrage
Preisnachlässe

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

Ort, Datum, Unterschrift