

SUGGERIMENTO

COSA PORTARE NELLE BORSE BIKEPACKING

Abbigliamento bici

- 1 Paia di calzini di lana
- 1 Divisa completa
- 2 Paia di mutande
- 2 Maglia termica corta
- 1 Maglie termiche lunga
- 2 Scaldacollo
- 1 Guanti da bici
- 1 Kway
- 1 Occhiali da sole

Attrezzatura BICI & extra

- 1 Kit riparazione
- 1 Crema solare
- 1 Crema per irritazioni da sfregamento
- 1 Tute da riposo pantalone e/o pantaloncini

Abbigliamento da riposo & accessori

- 1 Marsupio
- 1 Infradito
- 1 Giubbino 100 gr

Toilette

- 1 Asciugamano in microfibra
- 1 Sapone di Marsiglia neutro
- 1 Spazzolino, dentifricio
- 1 Fazzoletti e salviettine imbevute
- 4 Spille da balia


Elettronica e accessori

- 1 Cellulare e caricabatterie
- 1 Powerbank
- 1 Lampada frontale da casco
- 1 Luce posteriore per bici da segnalazione



ArcheoTrekking

Natura e Cultura da viaggio

Via Grisi, Ascea Marina (Sa) Tel: 0974 972417 - Cell 348 779 8659  www.archeotrekking.net



Cilento: 4 Giorni in e-bike tra Archeologia, Montagna e Mare

PROSSIMO TOUR DI GRUPPO

da giovedì **1 Maggio** a domenica **4 Maggio**

da martedì **27 Maggio** a venerdì **30 Maggio**

da martedì **17 Giugno** a venerdì **20 Giugno**

Il Cilento, una delle perle più affascinanti della Campania, offre percorsi ideali per gli amanti della mountain bike, grazie alla varietà del suo territorio, paesaggi mozzafiato e una ricca eredità storica e culturale. Questo itinerario, della durata di **4 giorni** su circa **200 Km**, si snoda su strade che attraversano boschi secolari, colline panoramiche e sentieri costieri.

Il tour include soste nei borghi storici più suggestivi, dove potrai immergerti nella cultura locale e gustare le delizie tipiche della cucina cilentana

Pedala attraverso l'essenza autentica del Cilento, **Patrimonio UNESCO**, con questo emozionante tour in mountain bike che unisce sport, cultura e paesaggi mozzafiato!

Il tour è pensato per essere percorso in **bici elettrica con pedalata assistita, compresa** nella quota di partecipazione.

DA VEDERE:

- Templi di Paestum: Patrimonio UNESCO
- Parco Archeologico di Velia: Patrimonio UNESCO
- Vetta del Monte Gelbison
- Paesaggi rurali e uliveti secolari.
- Borghi storici cilentani con le loro tradizioni autentiche.
- Vista sul mare in alcuni punti panoramici.

COSTO A PARTIRE DA € 440,00 minimo 6 partecipanti confermati

adesioni entro il 15 Aprile per ciclovìa del 1 Maggio


adesioni entro il 15 Maggio per ciclovìa del 27 Maggio

adesioni entro il 3 Giugno per ciclovìa del 20 Giugno



ArcheoTreking

Natura e Cultura da viaggio

Via Grisi, Ascea Marina (Sa) Tel: 0974 972417 - Cell 348 779 8659  www.archeotrekking.net



Informazioni e prenotazioni

@ incoming@archeotrekking.net

@ 3487798659

@ 0974972417

La quota si intende a persona e comprende:

- Sistemazione in strutture convenzionate- camera doppia/multipla tre colazioni e tre cene.
- Guida/accompagnatore per tutta la durata del ciclovaggio
- Noleggio bicicletta elettrica pedalata assistita
- Mappa del Parco Nazionale del Cilento, Vallo di Diano ed Alburni
- Tasse ed Iva;
- Assistenza in viaggio

La quota non comprende:

- quanto non espressamente indicato nella quota comprende
- tassa di soggiorno ove prevista
- mance e facchinaggio
- ingresso al Parco Archeologico di Paestum 15 euro intero (valido anche per Velia fino a tre giorni)
- ingresso al Parco Archeologico di Velia

Su richiesta

Estensione soggiorno

Late check out

Trasporto bagagli nelle varie tappe

Assicurazione annullamento viaggio

Camera singola con supplemento

Cestino gastronomico cilentano

Soluzione viaggio per raggiungere la prima tappa del ciclo viaggio



Soluzione viaggio per ritorno dal ciclo viaggio

fine dei servizi

PROGRAMMA TOUR:

1 GIORNO: Paestum – Ceraso

Arrivo in mattinata a **Paestum**. Appuntamento con la guida presso l'ingresso del Museo Archeologico di Paestum alle **09.45**. Inizio attività ore 10.00 dopo un breve briefing. Il tour inizia a Paestum, celebre per i suoi templi greci perfettamente conservati. Dopo una pedalata tra i suggestivi campi e uliveti della Piana del Sele, il percorso inizia a salire dolcemente verso l'entroterra cilentano. Qui il paesaggio cambia: le pianure lasciano spazio a colline ricoperte da fitti boschi e scorci spettacolari sul mar Tirreno.

Lungo il tragitto, attraverseremo borghi caratteristici dove il tempo sembra essersi fermato. Anche fermarsi a gustare un caffè nelle piazze storiche sarà un'esperienza e scoprirai l'accoglienza calorosa della gente del posto.

Superato il tratto più impegnativo in salita, il tour regala una lunga e panoramica discesa che conduce al borgo di Ceraso, un luogo ricco di fascino dove potrai concludere la giornata con un meritato ristoro a base di prodotti tipici cilentani.

Pranzo a sacco a cura dei partecipanti. A seguire sistemazione in struttura e cena.

lunghezza tappa: 60 km

dislivello in salita: 1250 mt

dislivello in discesa: 920 mt

2 GIORNO: Ceraso – Scavi di Velia

Colazione in struttura. Inforcate le nostre bici si parte per la seconda tappa.

Un itinerario ciclistico che ci porterà alla scoperta di un Cilento **ricco di storia e natura**. Questo tour ad anello, con partenza e arrivo a Ceraso, offre un mix di sentieri costieri panoramici e percorsi interni che si snodano tra **uliveti secolari e macchia mediterranea**. Pedaleremo attraverso le **antiche strade di Velia**, città natale del filosofo Parmenide, ammirando i resti archeologici di un sito di straordinaria importanza storica. Panorami mozzafiato sulla costa, con la possibilità di scorgere le antiche torri di avvistamento. Ritorno in struttura, cena e pernottamento.



lunghezza tappa: 45,4 km

dislivello in salita: 900 mt

dislivello in discesa: 900 mt

3 GIORNO: Ceraso – Monte Gelbison

Colazione in struttura e si parte in selle alle nostre bici.

Preparati ad una bellissima escursione in **e-bike** che ti porterà da Ceraso alla **vetta** del maestoso **Monte Gelbison**, un'icona del Cilento. Questo tour di andata e ritorno è un'esperienza intensa, pensata per ciclisti appassionati che desiderano mettere alla prova le proprie capacità e godere di panorami indimenticabili.

Affronteremo una salita impegnativa con **l'aiuto della nostra bici elettrica**, che ci condurrà alla cima del Monte Gelbison, a oltre **1700 metri di altitudine**.

La fatica sarà ripagata da una vista a **360° sul Cilento**, con la costa che si estende all'orizzonte e le vette delle montagne circostanti. Visita al **Santuario della Madonna del Monte Sacro**, luogo di culto ricco di storia e tradizione. Il percorso si snoda attraverso boschi rigogliosi e paesaggi montani incontaminati, offrendo un'esperienza di immersione totale nella natura. Pranzo al sacco a cura dei partecipanti. A fine percorso, ritorno in struttura, cena e pernottamento.

lunghezza tappa: 42 Km

dislivello in salita: 1490 m

dislivello in discesa: 1490 m


4 GIORNO: Ceraso – Policastro

Questa ultima tappa del nostro viaggio ci condurrà attraverso un viaggio emozionante, dalle verdi colline di Ceraso fino alle rive del suggestivo **Golfo di Policastro Bussentino**. Questo percorso di sola andata è un'esperienza unica, che ci permetterà di scoprire la varietà dei paesaggi cilentani, tra borghi autentici, sentieri panoramici e tratti costieri di rara bellezza, attraversando anche parti dell'antica via del sale. Affronteremo una **discesa emozionante** verso la costa passando per **Pisciotta**, affascinante borgo cilentano. Continuando la discesa il paesaggio si trasforma gradualmente, lasciando spazio a panorami marini e a tratti costieri di grande fascino.

Concluderemo il nostro tour a **Policastro Bussentino**, un'antica città marinara ricca di storia e tradizioni, dove potremo rilassarci sulla spiaggia e ammirare il suggestivo golfo.



ArcheoTrekking
Natura e Cultura da viaggio

Via Grisi, Ascea Marina (Sa) Tel: 0974 972417 - Cell 348 779 8659  www.archeotrekking.net



Pranzo a sacco a cura dei partecipanti. Il tour si concluderà al centro storico di Policastro, dove chi vorrà potrà raggiungere la vicina stazione ferroviaria per il ritorno in autonomia.

lunghezza tappa: 61 Km

dislivello in salita: 1020 m

dislivello in discesa: 1350 m

IN ALLEGATO CONSIGLI DI VIAGGIO: LO BORSA DEL CICLO VIAGGIATORE

***** I M P O R T A N T E *****

N.B.: - Per motivi organizzativi, l'ordine delle visite potrebbe essere modificato in loco, mantenendo inalterato il contenuto del viaggio.

- Problemi alimentari quali intolleranze o allergie a cibi vanno segnalati all'atto della prenotazione, sarà nostra cura, fare tutto il possibile per ottenere la disponibilità degli hotel e dei ristoratori.

-Nel caso di mancato raggiungimento di min. 6 partecipanti, ArcheoTrekking Viaggi si riserva la possibilità di rivalutare la quota di partecipazione o annullare l'iniziativa.