






PER UN PIENO DI RELAX E BENESSERE NEL PARCO NAZIONALE D'ABRUZZO - VIAGGIO BREVE A MARGHERITA

 Viaggio guidato

 Bici

 80-80 km

●●○ Media

Durata: 3 giorni / 2 notti

Ammessi ragazzi da 14 anni.



DESCRIZIONE

Una vacanza bici e benessere, una proposta Wellness-friendly che ci porta nel Parco Nazionale d'Abruzzo Lazio e Molise. Un viaggio per chi desidera vivere giornate di sport e benessere rimanendo a contatto con la natura ma anche immersi nella storia, per riappropriarsi dei propri spazi vivendo un viaggio di scoperta attraverso due regioni, Abruzzo e Molise, sugli altopiani e lungo il Sangro. Il ritmo di ogni giornata sarà cadenzato dal lento procedere delle ruote, dalle sensazioni di benessere godute nelle Spa, dall'apprendimento e conoscenza del proprio corpo con sedute di Yoga, Pilates e con approfondimenti nutrizionali. Ogni giornata terminerà con una esperienza di cucina legata al territorio. Il pernottamento è previsto nella stessa struttura per entrambe le notti. Le tappe si sviluppano principalmente lungo strade secondarie asfaltate. Saliscendi con dislivello giornaliero intorno ai 600 m. Ammessi ragazzi da 14 anni.

PERCORSO DETTAGLIATO

📍 **Giorno 1: Arrivo individuale a Castel di Sangro**

Arrivo previsto verso le ore 15.00 direttamente nella residenza che ci ospiterà. Possibilità di utilizzare la SPA, il centro Benessere, la palestra Technogym 2.0, e la Piscina con il percorso vita. Incontro con la guida per un briefing organizzativo prima di partecipare ad una seduta di Yoga che ci preparerà : all'aperitivo di benvenuto e alla successiva cena esperienziale legata ai prodotti del territorio.

📍 **Giorno 2: Castel di Sangro: tour circolare Villetta Barrea**

(ca. 48 km, dislivello + 648m)

Prima colazione in hotel e partenza per un giro ad anello su strada fino a Villetta Barrea sul Lago omonimo attraverso Scontrone, Barrea e Civitella Alfedena. Sarà l'occasione per scoprire come la gente del luogo abbia „adottato” cervi e caprioli che qui vivono in simbiosi con la popolazione. E' molto frequente imbattersi in questo tipo di selvaggina. Doppieremo il lago e rientreremo alla base. Dopo il rientro in Hotel è prevista una seduta di Pilates. A seguire pomeriggio di svago al Centro Benessere, con possibilità di trattamenti (su richiesta, non inclusi). Cena esperienziale e pernottamento.

📍 **Giorno 3: Castel di Sangro: tour circolare Ateleta**

(ca.40 km,dislivello +600m).

Oggi ci aspetta una pedalata proprio lungo il confine fra Abruzzo e Molise. Attraverso una suggestiva strada panoramica fra i boschi di Isola della Luna e Passo D'Asino saremo in terra molisana fino a Capracotta e Castel del Giudice ; ritorneremo poi in Abruzzo attraverso Ateleta e faremo rientro a Castel di Sangro nel pomeriggio. Fine dei servizi e partenza; in alternativa possibilità di estendere il soggiorno.

Minimo partecipanti: 6 persone, da definire 1 mese prima della partenza

Altre date possibili su richiesta per gruppetti precostituiti di 4/6 persone

INFORMAZIONI GENERALI

- **Tipo di viaggio:** Viaggio guidato
- **Durata:** 3 giorni / 2 notti
- **Lunghezza del percorso:** ca. 80-80 km
- **Punto di partenza:** Castel di Sangro
- **Arrivo:**

In treno: stazione di Sulmona, info e orari su <https://www.trenitalia.com/>. Proseguimento in bus, info su <https://www.tuabruzzo.it/>

In auto: itinerario programmabile su www.viamichelin.it, <https://www.google.com/maps/>

- **Alloggio:**

Struttura 3***

Attenzione: eventuale tassa di soggiorno da pagare in loco in hotel.

- **Parcheggio:**

Non prenotabile, da pagare in loco.

- **Biciclette a noleggio:**

Trekking bike

Gravel

Bicicletta elettrica

LA QUOTA COMPRENDE

- 2 pernottamenti in camera doppia con servizi privati
- Prima colazione
- 2 cene con menù fisso di gruppo
- 1 ingresso alla SPA e 2 lezioni
- Noleggio bici muscolare
- Accompagnatore per le tappe in bici
- Assicurazione medico/bagaglio

LA QUOTA NON COMPRENDE

- Arrivo al punto di partenza del tour
- Viaggio di rientro a fine tour
- I pranzi
- Le bevande
- Trattamenti
- Tasse di soggiorno e tutti gli extra in genere
- Ingressi, mezzi pubblici, mance
- Noleggio E-bike
- Assicurazione danni e furto bici; assicurazione facoltativa annullamento viaggio
- Tutto quanto non espressamente indicato alla voce "La quota comprende"

VIAGGIO BREVE - TOUR A MARGHERITA: BICI & BENESSERE ABRUZZO

PARTENZE

 Disponibile - Arrivo possibile  Non Disponibile  Disponibile a partire da 6 persone e su richiesta

aprile

lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

maggio

lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

giugno

lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

luglio

lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

agosto

lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom
1	2	3	4	5	6	
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

settembre

lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom
			1	2	3	
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

ottobre

lun	mar	mer	gio	ven	sab	dom
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

PREZZI

Standard

Quota in camera doppia con mezza pensione 300 €

Quota alta stagione 300 €

Supplemento camera singola 30 €

Servizi supplementari

Bici propria 0 €

Bici Muscolare (Abruzzo) 15 €

E -Bike (Abruzzo) 30 €