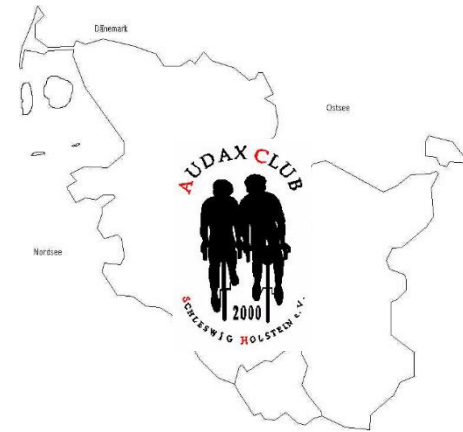


Audax Club Schleswig - Holstein v.2000 e.V.

Etappenfahrt Südfrankreich, Provence vom 21. bis 27.4.2019

Im April auf dem Rennrad in die östliche Provence!



„La Provence, la Provence, du blühendes Land“ sang einst Nana Mouskouri. Viele verbinden mit der Provence hügelige Weinberge, Olivenhaine, Pinienwälder und Lavendelfelder. Diese und mehr werden wir uns an der französischen Riviera vom Rad aus erobern. Noch dazu ist es im April dort schon wesentlich lieblicher als bei uns im Norden, wenn....., wenn nicht der Mistral weht.

Ob ins Tal der Durance, ob idyllische Landschaften, kleine französische Bauerndörfer, Bauwerke der heutigen Zeit oder zum Mittelmeer nach La Ciotat über ein Teilstück der Tour de France (Route die Crêtes), alles werden wir in der Provence entdecken. Mal mehr Anstiege, mal flacher, mal mit traumhaften Asphalt, mal sehr wellig im Untergrund, all das werden wir in der Provence ebenfalls finden. Möglichst verkehrsarme Routen sind ausgesucht, doch ganz lassen sich Passagen durch Ortschaften, mal mit etwas mehr Verkehr nicht vermeiden. Beim Besuch am Meer sollte die Badehose schon mit dabei sein, denn das Mittelmeer könnte bereits mit akzeptablen Wassertemperaturen aufwarten. Jeden Tag jedoch liegt das malerische Sainte Victoire- und St. Baume Massif vor unseren Augen. Wir werden beide Massive im Laufe der Woche von allen Seiten beäugen und einmal das St. Baume Massif, soweit die Asphaltwege reichen, befahren.

Die Strecken werden brevetmäßig absolviert. Unterwegs kehren wir ein oder verpflegen uns am Supermarkt, sofern gewünscht. Die französischen Autofahrer überholen in der Regel sehr respektvoll, so dass das hiesige Zusammenleben von Auto- und Radfahrern sehr harmonisch verläuft.

Du bist bei uns richtig, wenn für Dich bei gemäßigttem Tempo der Spaß und das Erlebnis der Strecke in der Gemeinschaft im Vordergrund steht. Es kann auch sein, dass wir für die Etappe den ganzen Tag benötigen. Am Berg fährt jeder sein Tempo. Oben fahren wir gemeinsam weiter. Die eine oder andere Sehenswürdigkeit werden wir besichtigen. Übrige Pausen nach Bedarf. Startpunkt täglich am Campingplatz Sainte Victoire in Beaucueil, 6km östl. von Aix-en-Provence.

Streckenplanung*:

- 1) Ins Tal der Durance über den Mont Ubacs (653m) 151 km, 2489Hm
Östlich weiter ins Tal L'Abeau nach Ginasservis, von hier eine Ostschleife und über Esparron la Pallières mit seiner Burg, wellig zurück.
- 2) La Ciotat, 150km 2517 Hm:
Ans Mittelmeer über die Crêtes de Route (Teilstrecke der Tour de France) nach La Ciotat. Auf dem Rückweg müssen wir mehr bergauf als auf'm Hinweg.
- 3) Ins westliche Durance-Tal über Aix-en-Provence 153km, 1743Hm
Trotz Großstadt geht es auf ruhigen Straßen über'n „Hügel“ ins Durance-Tal.
- 4) Rund ums St. Baume –Massif 150km, 2345Hm
Insgesamt eine wellige Tour, die an einzelnen Stellen fordert.
- 5) Nach Osten: Sillans de Cascade 150km, 1886Hm
Ins dörfliche und einsamere östliche Hinterland
- 6) Lac de Garcés 151km, 1651Hm:
Der malerische See ist das Ziel.
- 7) Sanary sur Mer, La Pointe Grenier 160km 1466Hm:
Noch einmal ans Mittelmeer zum Pointe Grenier, diesmal in der Nähe von Toulon.

* Die Reihenfolge der Touren erfolgt entsprechend der Wetterlage, nicht der Auflistung nach.

Anmelden oder Fragen?

Kontakt: Bärbel Knobbe, Tel. 0171 20 23 001 oder per Mail [baerbel-knobbe\(at\)t-online.de](mailto:baerbel-knobbe(at)t-online.de)