

Le Tour de Menorca à VTT 6 jours - 5 nuits dont 4 jours de VTT

Niveau physique 3/3
Niveau technique 2.5/3

F1 : VTT en liberté
F2 : VTT avec moniteur



Du VTT au cœur de la Méditerranée sur l'île des Baléares la plus préservée du béton. La nature peut ici s'exprimer sans retenue. Le circuit fait le tour de l'île avec de belles parties en single track. Ici pas de montagne, seulement des collines boisées mais vous ferez entre 600 et 1000m de dénivelé par jour car c'est une succession de descentes et relances. Tout cela au travers de plages sauvages aux eaux turquoise considérées comme les plus belles de Méditerranée. Des calanques accessibles uniquement à pied ou à VTT. Un itinéraire spécialement conçu pour le VTT en évitant les parties trop difficiles.

POINTS FORTS :

- Du VTT au bord de l'eau
- De belles parties en single track
- Une île préservée du béton et de l'urbanisation
- Les plus belles plages de Méditerranée

PROGRAMME

Jour 1 : Mahon (Mao)

Arrivée à Mahon et installation à votre hébergement. Pour cette soirée, vous découvrez la belle ville de Mahon avec son centre historique et son vieux port situé au centre de la ville, nuit à l'hôtel en B&B.

(Si vous arrivez en bateau depuis Barcelone, nous déduirons du prix cette nuitée car la traversée se fait de nuit et votre circuit commencera et finira à Ciutadella)

Jour 2 : De Mahon à Fornells

46km Dénivelé : +620m -645m

Du centre historique de Mao, vous partez plein nord pour 4 jours de VTT magiques.

Une jolie petite route pour s'échauffer puis, c'est de suite les calas cristallines. Vous traversez une partie du parc ornithologique d'Es Grau. A l'ombre de la tour de Rambla vous apercevez l'île de Colom. Après avoir passé le cap de Favaritx, vous arrivez dans la baie de Fornells puis nuit en hôtel en demi-pension au joli village de pêcheur du même nom.

Jour 3 : De Fornells à Ciutadella

53km Dénivelé : +930m -910m

Vous quittez la baie de Fornells pour passer par un beau village aux multiples façades blanches. Vous passez ensuite au-dessus des flots par les calas del Pilar et d'Algaiarens puis c'est une très belle partie en forêt et à travers la campagne minorquine. Arrivée à la cala Morel par une côte sauvage, vous rejoignez la belle cité de Ciutadella. Nuit à Ciutadella en hôtel en B&B.

Jour 4 : De Ciutadella à Sou Bou

46km Dénivelé : +630m -635m

Et maintenant, c'est la partie sud de l'île où la végétation est plus épanouie car moins soumise à la Tramuntana. Par une petite route, vous arrivez au cap d'Artrutx et plein gaz vers l'ouest par les plus belles plages de l'île tels que Turqueta et Macarelleta. Après avoir joué avec la côte pour traverser de belles forêts de pins et de chênes vous arrivez à San Tomàs et Son Bou. Nuit en bord de mer à l'hôtel en demi-pension.

Jour 5 : De Son Bou à Mao

46km Dénivelé : +520m -500m

Après une montée, vous arrivez aux beaux villages de pêcheurs de la côte Sud Est aux belles façades blanches. Vous traversez rapidement les stations balnéaires de Binibèquer Vell, Nou et Punta Prima puis un beau single track vous conduit à la cala de Sant Esteve. Puis c'est l'arrivée à Mao et la fin de votre circuit. Nuit à Mao en hôtel en B&B.

Jour 6 : Mahon

Fin du séjour après le petit déjeuner.

Pour les groupes constitués, nous pouvons proposer un programme accompagnant et nous adaptons le niveau, la durée, le prix et le programme à la demande.

CONTACTEZ-NOUS

SARL LaRébenne au capital de 5000€ RCS de Foix 1 place du 8 Mai 1945.09000 Foix

Tel : 05.61.65.20.93 / 06.81.53.77.75 / 06.11.95.56.47

contact@larebenne.com www.larebenne.com www.gr10-pyrenees.com

RCP : 115 769 365 MMA IM009100007 N° de TVA FR 3350215707600014 Garant : Groupama N° 4000714358/0 N° SIRET : 502 157 076 000142

PENDANT VOTRE SÉJOUR

ENCADREMENT : 2 formules au choix :

VTT en liberté avec portage des bagages par taxi : A partir de 2 personnes

Équipés du matériel d'orientation que nous vous remettons : cartes avec itinéraire surligné, GPS avec tracé incorporé et topo-guide détaillé en français, vous partez seuls à la découverte de circuits conçus par notre équipe. Le topo et le GPS fixés sur le guidon, vous vous laissez guider par les indications préparées avec soin, pour un maximum de précision.

VTT avec moniteur diplômé d'état et portage des bagages par taxi : A partir de 6 personnes

Accompagnés par un professionnel brevet d'état VTT, vous roulez sans vous soucier de l'itinéraire à suivre. Notre moniteur vous guide et vous donne, si vous le souhaitez, les bons conseils pour faire de vous des vététistes hors pair. Grâce à sa connaissance de l'itinéraire, il s'adapte à votre groupe pour gérer les horaires et l'effort tout au long de la journée. Libérés de la gestion du groupe, votre unique souci est de vous faire plaisir sur votre VTT.

PORTAGE DES BAGAGES :

Le portage est limité aux affaires de la journée et au pique-nique. Les bagages sont transportés par véhicule. **1 bagage/personne et limité à 15kg/bagage.**

VOTRE HÉBERGEMENT :

5 nuits en chambre double en hôtels confort ** et *** et en demi-pension les J2 et J4 (en bed and breakfast pour J1, J3 et J5). Les hôtels proposent un bon niveau de confort. Les draps et serviettes sont fournis, une salle de bains vous est réservée.

LA NOURRITURE :

Pas question de faire un régime pendant votre séjour mais c'est plutôt l'occasion de goûter à la cuisine locale. Nous attachons une grande importance à la qualité de la nourriture : équilibre diététique, apport énergétique et spécialité du pays sont les ingrédients de chaque repas.

Pour les étapes du jour 1, 3 & 5 vous êtes en formule BB soit nuitée et petit déjeuner inclus.

Pour dîner, nous avons sélectionné des restaurants de catégories différentes avec leurs coordonnées. Nous les avons choisis selon différents critères, tels que la cuisine bien-sûr, mais aussi la qualité de service, le rapport qualité/prix et l'ambiance...

Pour les réservations, deux possibilités :

- Vous sélectionnez et effectuez vous-même la réservation dans le restaurant de votre choix.
- Vous nous renvoyez cette liste avec les restaurants que vous avez choisis et nous faisons les réservations pour vous gratuitement.

Pour les étapes des jours 2 & 4 le dîner est prévu à l'hôtel (ou dans un restaurant proche de votre hébergement).

NOMBRE DE PARTICIPANTS :

Départ libre à partir de 2 personnes.

SARL LaRébenne au capital de 5000€ RCS de Foix 1 place du 8 Mai 1945.09000 Foix

Tel : 05.61.65.20.93 / 06.81.53.77.75 / 06.11.95.56.47

contact@larebenne.com www.larebenne.com www.gr10-pyrenees.com

RCP : 115 769 365 MMA IM009100007 N° de TVA FR 3350215707600014 Garant : Groupama N° 4000714358/0 N° SIRET : 502 157 076 000143

AVANT VOTRE DÉPART

TARIFS :

Voir la grille des tarifs sur notre site internet.

S'INSCRIRE :

La Rébenne privilégie le contact avec ses voyageurs. Nous aimons vous parler de nos voyages et souhaitons garder cette relation avec vous. Echange, partage et plaisir restent notre ambition pour les voyages La Rébenne.

Pour nous contacter et vous inscrire, c'est simple ! Appelez-nous ou envoyez-nous un mail rapide :

contact@larebenne.com
Tél/Fax +33(0)5 61 65 20 93
ou +33(0)6 81 53 77 75

Contrat de vente et acompte

Nous vous envoyons le contrat de vente, le formulaire d'assurances ainsi que les conditions particulières et générales de vente. L'inscription est effective lorsque nous recevons le contrat signé accompagné d'un acompte de 40 % du montant du séjour. Un accusé de réception vous est ensuite envoyé.

Païement du solde :

Le solde doit être versé un mois avant la date de départ. Si vous vous inscrivez moins d'un mois avant le départ, vous payez l'intégralité du prix du voyage lors de l'inscription.

Validation et convocation :

A réception du règlement du solde, vous recevez votre dossier séjour (le lieu de rendez-vous, la liste de matériel à emporter ainsi que les contacts nécessaires...).

FORMALITÉS :

Carte d'identité en cours de validité
Assurance rapatriement obligatoire

NIVEAU :

C'est une alternance de petites routes, de pistes et de sentiers, soit en bord de mer ou plus dans les terres. Un très court passage sur une grosse route afin d'éviter un passage impossible en VTT.

Ce circuit réclame une certaine endurance car il y a beaucoup de relances, courtes mais intenses. Le terrain est rocailleux par endroit mais la plupart du temps se sont des blocs en place donc relativement facile à rouler pour du sentier en pierre.

Côté technique : pas besoin d'être un champion de trial pour faire ce circuit mais plus vous serez à l'aise techniquement en descente et en montée plus vous apprécierez votre séjour.

Niveau physique : 3/3

Vous êtes endurant et avez une bonne condition physique. Vous pratiquez régulièrement le VTT tout au long de l'année. De 42 à 56 km par jour avec des dénivelés positifs maximum de 1060 m.

Niveau technique : 2.5/3

Vous maîtrisez le freinage en descente et la trajectoire du vélo. Vous roulez sur des chemins ou sentiers parfois roulants, parfois techniques (plus raides, avec des obstacles). Et aussi, vous roulez sur des sentiers étroits et sinueux, avec des obstacles inévitables et quelques passages très raides.

PÉRIODE :

Du 15 avril au 30 juin et du 1^{er} septembre au 31 octobre.

Attention éviter la période des fêtes de la St Jean à Ciutadella (fin juin).

Séjour possible en juillet et août (supplément haute saison), mais avec beaucoup de monde et de voitures sur certaines routes conduisant aux plages.

SARL LaRébenne au capital de 5000€ RCS de Foix 1 place du 8 Mai 1945.09000 Foix

Tel : 05.61.65.20.93 / 06.81.53.77.75 / 06.11.95.56.47

contact@larebenne.com www.larebenne.com www.gr10-pyrenees.com

RCP : 115 769 365 MMA IM009100007 N° de TVA FR 3350215707600014 Garant : Groupama N° 4000714358/0 N° SIRET : 502 157 076 000144

DÉPART ET RENDEZ-VOUS :

Départ de Mahon ou Ciutadella selon votre mode d'arrivée.

Comment y aller :

En bateau : depuis le port de Barcelone où vous pouvez arriver en avion, train, bus ou voiture, vous pouvez prendre le bateau avec les compagnies maritimes.

Possibilité de laisser votre voiture au port de Barcelone : nous consulter pour le tarif

En voiture : depuis Barcelone, bateau jusqu'à Ciutadella.

Dans ces 2 cas votre circuit commencera et finira à Ciutadella.

En avion : Aéroport de Mao puis navette jusqu'au centre de Mao.

LE PRIX COMPREND :

- La réservation des hébergements,
- la demi-pension des J2, J4 et en B&B les J1, J3 et J5,
- la carte, le porte-carte, le topo-guide, le GPS avec tracés enregistrés, un porte GPS pour les formules liberté,
- les transports de bagages,
- Pour la formule avec guide : plus de souci d'orientation, le guide diplômé d'état s'occupe de tout pendant tout le séjour.

LE PRIX NE COMPREND PAS :

- Les assurances,
- les VTT,
- le matériel personnel de vtt (casques, gants),
- les boissons,
- les pique-niques,
- les dîners de J1, 3 & 5,
- les dépenses personnelles,
- l'hébergement la veille du départ,
- les transferts de l'aéroport/port à l'hôtel et de l'hôtel à l'aéroport/port,
- la visite des monuments.

OPTIONS :

- Chambre individuelle ,
- Location de VTT tous suspendu haut de gamme (ou VTT tout suspendu à assistance électrique),
- Prolonger votre séjour à Minorque.

NOUS CONSULTER

ASSURANCES :

Conformément à la réglementation de notre profession, LAREBENNE est assuré en Responsabilité Civile Professionnelle. Cependant, chaque participant doit être titulaire d'une responsabilité civile individuelle ainsi que d'une garantie individuelle multirisque dans le but de se protéger des incidents ou accidents pouvant survenir avant ou pendant la randonnée ou le voyage.

Toute assurance complémentaire est facturée par personne et doit être obligatoirement souscrite le jour de l'inscription au voyage.

Nous vous proposons 2 formules au choix : Multirisques, Annulation.

Forfait n° 1 : La Multirisques

Elle offre un combiné de garanties complètes en annulation, perte de bagages, assistance rapatriement, frais médicaux, interruption de séjour. Cette assurance est souscrite auprès de la compagnie APRIL Voyages.

Forfait n° 2 : Annulation

Elle vous garantit exclusivement en cas d'empêchement avant le départ.

Cette assurance est souscrite auprès de la compagnie APRIL Voyages

Reportez-vous à la grille des tarifs sur le site Internet, rubrique infos pratique - assurances :

<http://www.larebenne.com/infos-pratiques/assurances.html>

SARL LaRébenne au capital de 5000€ RCS de Foix 1 place du 8 Mai 1945.09000 Foix

Tel : 05.61.65.20.93 / 06.81.53.77.75 / 06.11.95.56.47

contact@larebenne.com www.larebenne.com www.gr10-pyrenees.com

RCP : 115 769 365 MMA IM009100007 N° de TVA FR 3350215707600014 Garant : Groupama N° 4000714358/0 N° SIRET : 502 157 076 000145

MATÉRIEL CONSEILLÉ A EMPORTER (liste non-exhaustive) :

Car une bonne préparation est souvent synonyme de séjour réussi, voici quelques conseils pour que votre voyage se passe dans les meilleures conditions.

VÉLO

Afin que votre séjour ne se transforme pas en stage de mécanique, il convient d'effectuer une révision minutieuse de votre vélo avant dans l'emmener sur nos parcours :

- Un compteur VTT bien réglé
- les pneus sont bien gonflés et en bon état (anti-crevaisons fortement conseillées)
- les câbles et la chaîne sont en bon état
- les éléments de transmission sont propres et huilés
- il n'y a pas de fuite au niveau des suspensions
- les roues sont bien serrées
- les freins sont en bon état (usure + fuites éventuelles)
- le jeu de direction a été vérifié

Et n'oubliez pas qu'on repère plus facilement les anomalies sur un vélo nettoyé...

MATÉRIEL RÉPARATION

Pour se mettre à l'abri des soucis mécaniques, mieux vaut être prévoyant et avoir toujours sur soi le matériel de base du vététiste :

- 3 chambres à air (anti-crevaisons fortement conseillées, ou bandes anti-crevaison)
- une pompe
- des démonte-pneus
- un kit de réparation de chambre à air constitué de rustines et de colle
- un outil multiple
- une petite pince
- un morceau de pneu
- un dérive chaîne

En plus de ça, vous pouvez vous constituer votre propre caisse à outils que nous transférons en même temps que vos bagages. Dans celle-ci vous mettrez :

- un câble de frein (AV et AR)
- un câble de dérailleur
- un pneu
- une patte de dérailleur
- de l'huile pour la chaîne
- un chiffon

ÉQUIPEMENT

L'habit ne fait pas le moine, et le cuissard moulant ne vous transformera pas en champion du vélo. Toutefois, un minimum d'équipement spécifique au VTT sera nécessaire pour être à l'aise sur ses pédales :

- un casque de VTT (obligatoire !)
- des gants de VTT
- des lunettes
- des chaussures adaptées (pas de semelles lisses)
- un cuissard ou un short
- T-shirt respirant (éviter le coton)

SAC A DOS JOURNÉE

Parce qu'il est désagréable de rouler avec un sac à dos trop chargé, il sera préférable de bien réfléchir à la composition du sac pour la journée :

- une poche à eau et/ou une gourde et/ou des bidons sur le vélo (3L/jour/personne minimum)
- des vivres de course (barres énergétiques, fruits secs...)
- le matériel de réparation de base pour votre VTT (voir ci-dessus)
- un coupe-vent (imperméable)
- le pique-nique
- une lampe frontale
- un couteau
- de la crème solaire (+ protection pour les lèvres)
- du papier toilette
- une pharmacie (voir ci-dessous)
- votre téléphone portable
- une boussole pour les séjours en liberté, un altimètre (facultatif)

SARL LaRébenne au capital de 5000€ RCS de Foix 1 place du 8 Mai 1945.09000 Foix

Tel : 05.61.65.20.93 / 06.81.53.77.75 / 06.11.95.56.47

contact@larebenne.com www.larebenne.com www.gr10-pyrenees.com

RCP : 115 769 365 MMA IM009100007 N° de TVA FR 3350215707600014 Garant : Groupama N° 4000714358/0 N° SIRET : 502 157 076 000146

PIQUE-NIQUE

Afin d'éviter la production de déchets inutiles à l'heure du pique-nique, pensez à prendre avec vous :

- une boîte en plastique hermétique (0.5L) avec initiales marqués sur couvercle et boîte+ élastiques larges.
- des couverts réutilisables (fourchette et couteau de poche)

SAC DE VOYAGE

Vos bagages sont transférés durant la journée et vous les retrouvez avec plaisir chaque soir chez l'hébergeur. A condition bien sûr de ne pas avoir oublié l'indispensable :

- un sac à viande (pour les séjours en gîte)
- des vêtements de rechange
- une paire de chaussures légères pour le soir
- un gros pull ou une veste polaire
- une petite trousse de toilette avec une serviette

PHARMACIE

Sur tous les séjours accompagnés, le moniteur dispose d'une trousse de premier secours.

Cependant, il est indispensable d'emporter une pharmacie personnelle.

Voilà une liste du minimum à emporter sur soi :

- du désinfectant
- des bandes de gaze
- du sparadrap
- de la crème de protection pour les fesses
- vos médicaments personnels
- des pastilles micropur (désinfectant pour l'eau)
- une couverture de survie

Une trousse à pharmacie plus complète devra être constituée avec votre médecin.

APRÈS VOTRE RETOUR

Faites-nous part de vos impressions ! Et pour que ces bons souvenirs de voyage perdurent, nous serions très heureux de recevoir vos photos, vidéos, montages, commentaires... que vous avez effectués lors de votre circuit.

A VOTRE SERVICE

Toute l'équipe de La Rébenne est à votre disposition pour la bonne réalisation de votre voyage, alors n'hésitez pas à nous contacter : nous ferons tout pour que votre séjour soit une réussite.

Vous pouvez nous contacter par :

- Téléphone : 05.61.65.20.93
- Portable 06.81.53.77.75
- Mail : contact@larebenne.com
- Courrier : 1 place du 8 mai 1945 - 09000 FOIX

SARL LaRébenne au capital de 5000€ RCS de Foix 1 place du 8 Mai 1945.09000 Foix

Tel : 05.61.65.20.93 / 06.81.53.77.75 / 06.11.95.56.47

contact@larebenne.com www.larebenne.com www.gr10-pyrenees.com

RCP : 115 769 365 MMA IM009100007 N° de TVA FR 3350215707600014 Garant : Groupama N° 4000714358/0 N° SIRET : 502 157 076 000147