

BIKEPACKING

13-14/05/2023



Le CSPA vous propose cette nouvelle activité. Pour une première, la durée est limitée à 2 jours/1 nuit. Le principe est de réaliser une centaine de km, 1700m de dénivelé, par jour en autonomie mais en groupe. Il faudra donc prévoir son pique-nique ou boulangerie à St Saturnin-lès-Apt le premier jour et le pique-nique (8€ proposé par le gîte) ou boulangerie à Sault le deuxième. Il n'y aura donc pas de voiture suiveuse. Il faudra transporter quelques éléments dans une sacoche (voir liste ci-dessous). Le départ se fera de Forcalquier, approche en véhicule perso (covoiturage). Le gîte en demi-pension se trouve à Murs.

Lieu de RDV :

FORCALQUIER Parking des Cordeliers, 10 rue des Fontainiers, [N 43.959291, E 5.784605](https://www.google.com/maps/place/43.959291,5.784605), 8h30' Départ 9h00'.

Au programme :

Jour 1 : 96km, 1774m D+, gorges d'Oppédette, Colorado Provençal, gorges de Lioux, lien OR [16030154](https://www.google.com/maps/place/16030154)

Départ de Forcalquier à 9h00', Pique-nique à St Saturnin-lès-Alpes après 55km

Jour 2 : 114km, 1705m D+, col de Murs (627m), gorges de la Nesque, plateau d'Albion, lien OR [16029962](https://www.google.com/maps/place/16029962)

Départ de Murs à 9h00', Pique-nique à Sault après 60km

Pour se rendre à Forcalquier : 79km, 1h00', coût 16€00 x 2, prévoir départ d'Aix à 7h30' de Louison Bobet, covoiturage possible et conseillé.

Pour un bon déroulement s'inscrire, au plus tard le 01/05, auprès de : Pascal : plvv@hotmail.fr ou par SMS au 06 65 45 06 46. Acompte de 20€ jusqu'au 01/03, au-delà la totalité de 40€.

INFOS PRATIQUES prévoir :

- Tarif : 40€ en DP (hors boissons) plus pique-nique éventuel Jour 2 de 8€. Le CSPA participe (10€)
- Pique-nique Jour 1 ou boulangerie à St Saturnin
- Affaires de toilettes + serviette type microfibre
- Vêtements (vélo et soirée) + petites chaussures
- Sacoche(s) (min 7l, Max 20l) . Ne vous chargez pas trop
- Equipement habituel (eau, dépannage, photos, en-cas, coupe-vent, ...)

Pour la sacoche, celles de selle sont bien adaptées. Perso : ZEFAL Z

Adventure 11l. Un lien : <https://www.velotech.fr/meilleures-sacoche-bikepacking-velo/>. Plus éventuellement une petite sacoche de cadre pour les petites choses. Suffisant pour 2 à 3 jours. Visitez DECATHLON.



Le logement est en chambres collectives. Cuisine traditionnelle. Prévenir à l'avance en cas d'allergie. Nombre de participants limité à 28 (capacité du gîte).