



Albufeira night

**Ciclo & Turismo 2012 - 16° edizione**  
**Albufeira**  
**(Algarve - Portogallo)**  
**24 - 31 marzo 2012**

***Infomazioni utili e percorsi***



Albufeira nudist beaches



Aparthotel \*\*\*\*  
**Alto de Colina**

	PERCORSO MEDIO		
	km.	disl.	max
Loule	65	880	235
Silves	76	698	200
Sao Marcos	100	1023	290
Alto Fica	71	972	305
Porces	58	535	157
<b>totale 5 uscite</b>	<b>370</b>	<b>4.108</b>	

	PERCORSO LUNGO		
	km.	disl.	max
	112	1475	498
	99	1081	321
	125	1418	438
	87	1382	460
	76	623	157
	<b>499</b>	<b>5.979</b>	

Da pagina Home cliccando sul link "percorsi in 3D" e poi scrivendo "**montechoro**" nel campo ricerca, si entra su un sito esterno dove si potranno vedere gli stessi percorsi on line in varie modalità: mappa, satellite, rilievo e anche in formato 3D utilizzando la funzione "scarica su Google Earth"; il tutto ovviamente disponendo del software adatto scaricabile gratuitamente da internet. Inoltre ogni percorso è corredato da molte informazioni utili e, scorrendo con il mouse sull'altimetria, si vedrà sulla mappa il punto corrispondente. Infine utilizzando la funzione "download" si potrà scaricare ogni percorso sul proprio gps specifico per poi utilizzarlo come traccia durante il tragitto.

La 16° edizione di "Ciclo & Turismo" si terrà nella bella cittadina turistica di Albufeira, situata nell'Algarve, la regione più a sud del Portogallo, ed uno dei luoghi di vacanza preferiti d'Europa.

**Albufeira rimane uno dei centri turistici più rinomati del Portogallo.**

**La bellezza di Albufeira è quasi disarmante.**

**Questa antica roccaforte moresca, ha conservato il nome arabo, che significa "fortezza del mare." Nell'ultimo mezzo secolo ha avuto uno sviluppo turistico impressionante. Le belle spiagge bianche, il mare cristallino e le caratteristiche abitazioni mediterranee, insieme ad un vivido servizio di intrattenimento notturno, continuano ad incantare l'ondata di turisti, locali e oggi soprattutto stranieri.**

**L'hotel "ALTO de COLINA", dove soggiungeremo, situato in posizione elevata con una vista favolosa, sorge a breve distanza dalle vie del vivace shopping con innumerevoli ristoranti, bar, pub, night e casinò. Inoltre dall'hotel, imboccando una strada secondaria, in pochi minuti, si potrà entrare quasi sempre sui percorsi evitando di attraversare il centro di Albufeira**

#### **Logistica :**

**L'organizzazione sarà come sempre quella ormai collaudata delle 15 edizioni precedenti. Vi saranno 5 uscite e un giorno di riposo.**

**Ogni giorno vi sarà un percorso medio e uno lungo, mentre i ciclisti più tranquilli, potranno scegliere di pedalare su un percorso più corto e meno impegnativo guidati da "Mister Mariano" con il suo leggendario gruppo "settimo cavalleggeri".**

**Vi saranno diversi gruppi in relazione al numero dei partecipanti, ed ogni gruppo terrà medie orarie diverse in modo da accontentare tutti: dagli oltre 30 km/ora per il primo gruppo fino ai 15 e anche meno km/ora per l'ultimo gruppo.**

**Ogni ciclista potrà di giorno in giorno decidere per quale percorso e in quale gruppo partire. Ogni gruppo sarà condotto da una guida ciclistica a conoscenza del percorso.**

**Ci saranno auto al seguito per l'assistenza con la presenza di un dottore, infermiere e meccanico. E' sempre previsto il rientro in hotel per il pranzo (ristorante aperto fino alle ore 14,30).**

#### **Vestiario e accessori :**

**Gli indumenti da portare al seguito sono i classici da ciclismo primaverile : le statistiche dicono che dovrebbe esserci una temperatura intorno ai 18-20°C. Però è meglio premunirsi portando per sicurezza anche qualche capo autunnale. Da non dimenticare borraccia, occhiali, guanti, giubbotto, scarpe, ecc. ed assolutamente IL CASCO RIGIDO senza il quale non si può partire. Inoltre portare anche 3 camere d'aria di scorta, un copertoncino di ricambio ed alcuni ferri per la manutenzione ordinaria.**

**Si consiglia ai ciclisti di far controllare la propria bicicletta da un ciclista di propria fiducia prima di imballarla e in particolare controllare il buon funzionamento del cambio e lo svitamento dei pedali.**

**Il tutto si potrà mettere nell'apposito scatolone, fornito dalla organizzazione, dove verrà imballata la bicicletta : le istruzioni a tal riguardo verranno riportate nella busta personalizzata che ogni iscritto riceverà alcune settimane prima della partenza.**

#### **Percorsi e consigli :**

**A differenza delle edizioni precedenti, non ci troveremo davanti a lunghe e interminabili salite, ma piuttosto a frequenti "mangia e bevi".**

**Comunque vogliamo subito tranquillizzare gli scalatori: l'altimetria totale dei percorsi medio e lungo è pressochè uguale alle due ultime edizioni: vedi tabella.**

**Le strade sono generalmente bene asfaltate e all'interno il traffico automobilistico è scarso per non dire, visto il periodo, quasi nullo.**

**Vi sono poi molti tratti con pista ciclabile ai lati.**

**Ciò però deve indurre tutti i ciclisti ad una maggior attenzione e a procedere in rigorosa fila indiana specialmente in quei tratti dove, essendo la sede stradale più stretta, si potrebbero improvvisamente trovare davanti ostacoli imprevisti come trattori, camioncini o altro.**

**Per gustare meglio questa vacanza consigliamo a tutti di arrivare già con un buon allenamento: 300 chilometri per i ciclisti più tranquilli dovrebbero essere sufficienti.**