Följ med till "Fondo 3 Valli Bresciane"

Gran Fondo i Brescia 2 maj

Nu är det klart!

I helgen fick vi det efterlängtade telefonsamtalet från Italienska Cykelförbundet och kan nu satsa på det lopp vi hade hoppats på. Under "Gran Fondo Vår" resan blir det "Fondo 3 Valli Bresciane".

Överlyckliga

I preliminärkalendern såg vi detta lopp men vi ville inte ta ut något i förskott. Det var med stor glädje vi tog emot beskedet.

Fondo 3 Valli Bresciane 140 km

Gran Fondo Vår = Fondo 3 Valli Bresciane i samarbete med Cykelklubben.se

Misano Först

Veckan inledds med 6 dagars träning i Misano. Park Hotel Kursaal har varit vår bas i många år och variationen av träningsmöjligheterna i omgivningen slår allt. Misano Adriatico ligger vid kusten mellan Cattolica och Riccione. Under de senaste åren har staden genomgått stora förändringar för att förskönas och idag finns här en inbjudande strandpromenad och härliga parker. Atmosfären är avkopplande. Inte långt från Misano Adriatico möts bergen och havet på ett fantastiskt sätt. Möjligheten till att variera cyklingen från slätåkning till backar och större berg finns i massor.

Loppet är Grädden

I flera år har vi ordnat träningsresor till Misano. Nu kan vi erbjuda möjligheten till att delta i ett Gran Fondo Lopp. Det är grädden på moset för den som vill få ut lite mer efter veckans strapatser. Under veckan i Misano erbjuds ett särskilt inlägg i träningen för de som ska åka delta i loppet.

Fondo 3 Valli Bresciane 112 km

Fondo 3 Valli Bresciane

Loppet, som äger rum för 17:e gången, präglas av storslagna vyer och underbar natur. Från toppparna ser man långt över dalgångarna.

2 distanser

Man kan välja mellan 140 km eller 112 km. Deltagarservice är något utöver det vanliga. Detta måste bara upplevas!

Starten från torget i Brescia

7 toppar

Under 140km loppet ska man ta sig över 7 bergspass. På det kortare alternativet genar man förbi de tre högsta

Bergspass	*Höjd*	*Längd*	*Snitt Lutning*
Polaveno	672m	8,2km	5,8%
Lodrino	728m	7,6km	4,3%
Mura*	691m	3,1km	5%
Livemmo*	900m	9,0km	6%
Ono Degno*	753m	4,0km	6,2%
Preseglie	398m	2,0km	5%
S.Eusebio	579m	4,6km	4%

* Topparna markerade med * ingår enbart i 140km alternativt

Anmälan
Man anmäler till loppet via hemsidan på Cykeltours och vi ordnar resten.

Brescia
Staden ligger i norra Italien bredvid Comosjön. Efter 6 nätter i Misano kommer vi att åka buss till Brescia där loppet äger rum.

After Bike
Loppet är förstås ett äventyr och för de som tidigare har tränat utomlands så är detta ett välkommat inslag i en cykelresa. Söndagkväll, efter loppet, samlas hela gänget och kopplar av i Brescia som är en genuin Italiensk stad med anor från "Imperium Romanum", dvs Det Romerska Imperiet.

Transport
Man åker i en mycket bekväm buss och upphämtning sker i Stockholm, Jönköping och Helsingborg. Fördelen med att åka buss är att man har sin cykel med sig hela vägen och den behöver inte ens packas ned. Man tar av framhjulet och parkerar den i ett stadigt ställ i det specialbyggda cykelsläpet som hela tiden åker tillsammans med bussen. Ingen väger heller din väska vid någon incheckningsdisk utan det är bara att packa det som ska med och ta med cykeln.

Pittoresk landskap
Vi erbjuder ett spännande upplägg med träning på de idylliska vägarna med utsikt över Riminibukten. Under veckan har man träningsrundor på de fina slingrade vägarna till bl.a. San Marino, Urbino, San Leo, Rimini och Fano där den ena storslagna vyn efter den andra öppnar upp sig efter varje kurva med utsikt över dalgångarna. Varje dag stannar vi till och fikar på något mysigt torg i någon av byarna där vi slår oss ner innanför stadsmurarna

Pedagogik och utflykter
Vi ordnar informationskvällar med tips och nyttig information kring cykelteknik och klungkörning. Förutom cyklingen och cykelsnacket erbjuds dessutom utflykter till en vingård och en cykelbutik.

Korta fakta
- *8 nätter i Italien*
- *Helpension*
- *7 dagars cykel*
- *Italienskt Gran Fondo*
- *Transport tur och retur*

24 april - 4 maj
Tillsammans med Cykelklubben.se lanserar vi en helt ny resa våren 2010 där vi ägnar oss åt 6 dagars träning i cykeleldoradot Misano/Riccione. De som vill har dessutom möjligheten att avrunda med att cykla "Fondo 3 Valli Bresciane" - ett äkta italienskt Gran Fondo!

Mer info och bokning
www.cykeltours.se

Brescia by night

“Du, hur är det på den där bussen?”

Den vanligaste frågan vi får inför resan

Bussresan

Många är de som undrar. Här svarar vi på alla frågorna om bussresan.

Högt betyg

Att 85 % av våra bussresenärer väljer att återkomma till oss är egentligen det enda man behöver veta. Bussresan ger mersmak.

- Hur är bussen?

Bussen är en modern bekväm buss med gått om platser mellan stolarna. Vi stuvar in ert bagage och vi lastar in din cykel i vårt cykelsläpp.

- Kör ni direkt till Italien?

Ja, det gör vi. Med 2 busschaufförer slipper vi övernattning efter vägen. Resan går via 2 färjor, Helsingborg-Helsingør och Gedser-Rostock. Vi fortsätter förbi Berlin, München och Innsbruck. Vi åker in i Italien via Brennerpasset och kör sedan närmaste vägen till resmålet.

- Går det att sova?

Absolut. Stolarna är bekväma och går att ställa in på flera sätt. På natten kan man dra ut stolen närmast mittgången så att alla får mer plats.

Buss och släpp utanför Park Hotel Kursaal i Misano

- Ser man något?

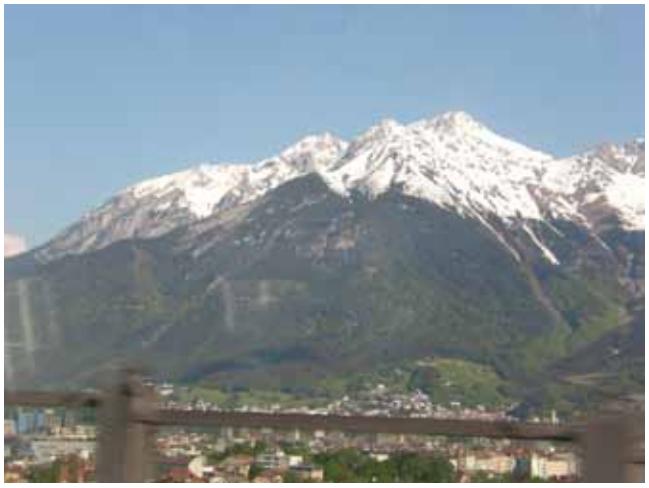
Svar JA. Framförallt vid Brennerpasset ser man den ena sagolika fenomenala utsikten över berg och dalgång efter den andra. Har man sett inledningen på filmen Sound of Music känner man igen sig.

- Finns det service på bussen?

Vi erbjuder fika och fikabröd under hela resan. Kaffe, Te, Cola, Vatten, goda bitar mm.

- Ska man ha kontant med sig under resan?

Det går bra att betala med kort på matställena längs vägen. Det är ändå bra att ha med sig lite Euro som används I Tyskland, Österrike och Italien.



The Sound of Cyclists?

- Ta ni upp på fler ställen?

Bussen tar alltid upp vid Centralen i Stockholm, Jönköping och Helsingborg. Vi erbjuder alltid minst en till hämtplats som bestäms då bokningslistorna är klara.

- Vart och när äter man?

Vi stannar och äter vid lämpliga tider och platser. Vi kan alla smultronställen längs europavägen. På vägen söderut brukar vi äter kvällsmat på färjan mellan Danmark och Tyskland. Sedan blir det kvällsfika någonstans i norra Tyskland. Frukost tar vi sedan på morgonen vid gränsen Österrike/Italien. Lunchen äter vi oftast på hotellet men ibland lägger vi i en extra stopp för enklare mat på morgonen. Utöver dessa stopp blir det några korta stopp för att sträcka benen.

- Hur mycket bagage får man ta?

Det som ryms i en väska. Just att man inte behöver vara orolig överflygvikten är en av de många fördelarna med bussresan. Vi räknar med att alla har med sig en stor väska och en mindre väska för bussresan.

- Ska jag packa verktygen?

Vi har alltid cykelverktyg med oss och cykelmekrum med bra verktygssortiment finns på våra hotell. Ta gärna med ett “multiverktyg” för att kunna skruva på din egna cykel under veckan. Extraslang och däckavtagare borde man ha med sig.

- Berätta mer om stämningen på bussen.

Vi nämnde tidigare fördelarna med bussen över flyget. Stämningen på bussen med alla likasinnade är det lite extra. Vi erbjuder underhållning i form av frågetävling och musikquiz. Vid de stopp som vi har under resan kommer alla i kontakt med varandra. Det bäddar gott inför veckan. Vid första träningspasset har man redan hunnit bekanta sig med åtskilliga nyblivna cykelvänner.

Bara leende under resan!

- Ska jag plocka isär cykeln?

Man kan själv förebereda cykeln för transport. I släpet finns det en anordning med snabbkoppling som klämmer fäst cykeln vid framgaffeländen. Plocka av pedalerna och se till att styret går att vrida. Markera inställningen på sadelstolpshöjden med en bit tejp. Framhjulet ska tas loss och helst transporteras i en särskild hjulväska som markeras med en namnlapp. Vi står för inlastningen som sker på ett säkert sätt.

Vi lastar in cyklarna på ett säkert sätt!

TITTA!

Built by monks! Varenda sten bars upp för hand!

BRENNERPASSET!

Ta fram kameren

Rekommendationer från våra erfarna bussresenärer.

”Ta med en egen sangkudde hemifrån. Den ger fler sätt att vila.”

“Ta med en uppblåsbar nackkudde”

“Ta med stödstrumpor som förbättrar blodflödet från fötter och ben mycket. De ger stöd till musklerna och är perfekta under långa resor.”

“Ha gärna telefonen avstängd eller på tystsignal.”

“Åk Buss. Jag har hittills åkt med Cykeltours fyra gånger och kan tänka mig att anmäla mig till resan enbart för den fantastiska bussturen.”

“Packa inte för mycket cykelkläder. Jag brukar komma hem med hälften oanvänt. Det räcker gott med 3 par byxor och 2-3 tröjor.”

Succén vid mässan

Många besökare vid vår monter

Elmia 2 dagars

Vid helgen 21/22 november ställde vi ut vid mässan under Svenska Cykeldagarna. Det var stort intresse vid vår monter och det var supertrevligt för oss att träffa så många av våra resenärer igen. Det var ännu en upplevelse att alla som vi träffade hade hört talas om oss. På korttid har Cykeltours blivit nordens största arrangör av cykelresor. Vi lärde känna mycket nytt folk och insåg vilket intresse det är för våra resor 2010. Det finns platser kvar på samtliga resor men det gäller att boka om du vill vara med.

Frågetävling

Vi hade en frågetävling vid vår monter. Alla svarade fel på "kuggfrågan" som löd. "Hur många landsgränser passeras under en bussresa med Cykeltours?" Svarsalternativen var 1-4, X-6, 2-8. Svaret är förstås 8 eftersom en resa med Cykeltours innebär även hemfärd. Samtliga

valde dock alternativ 1, dvs 4. Alla svaren fanns med i det material vi delade ut, Men här är dem.

Rätta Svaren

a) Hur många landsgränser passeras under en bussresa med Cykeltours?
2 - (8)
b) Vad heter "vårt" hotell i Misano
1 - (Park Hotel Kursaal)
c) Vad heter grupperna i Cykeltours gruppcykling?
X - (Small, Medium & Large)
d) Till vilken emailadress skickas reseskildringar för vårt nyhetsbrev?
1 - (news@cykeltours.se)
e) Vem är Svenska Cup segrarinna 2009 som inledde säsongen med oss?
X - (Sara Olsson)
f) I vilken by kör vårt hotell lunchen ut till under Chase The Sun resan?
2 - (San Leo)
g) Se nedan
h) Vilken region vid Italienska västkusten besöker vi under Cinque Terre resan?
2 - (Ligurien)
i) Vad jagas under vår höstresa?
1 - (Solen)

Vinnare

Vi hade en klar vinnare som prickade in 7 rätt och även skiljefrågan.

Grattis Annika!

Annika Lotterberg vinner ett presentkort för 500kr rabatt på valfri Cykelresa med Cykeltours under 2010.

~~Runners~~ Cyclists - up

Följande personer vinner ett presentkort för 300kr på valfri Cykelresa med Cykeltours under 2010.
Carina Christensen
Charlotte Ordell
Kenneth Larsson
Kjell-Ove Jansson
Magnus Lagher
Magnus Nordbäck
Michael Stahnke
Mikael Björnström
Ola Sannerholt
Per Wajkert
Robert Pettersson
Tommy Åkesson
Ulf Wilson

Fråga G

G som i Gran Fondo och fråga G löd "Vem är vår samarbetspartner för Gran Fondo Vår resan?"
1 - Cykelklubben.se
X - Cykelklubben.se
2 - Cykelklubben.se

Trcykfelsnisse?

Många var det som undrade. Det som vi menade förstås är att det finns **inget alternativ till Cykelklubben.se.** Många är det som har fattat men än finns det några som inte har upptäckt alla fördelar och medlemsförmåner. Mest av allt är det alla cykelvänner som man kan träffa via Sveriges största, bästa och mest aktiva webplats för cyklister. Så är du inte medlem tycker vi att du ska anmäla dig till www.cykelklubben.se

Flyself!

Nytt koncept från Cykeltours

Flyself©
I samband med Påsk- och Riolo/ Nove Colli resorna erbjuder Cykeltours "Flyself" priser

Självbetjäning
Med Flyself är det du själv som ska ordna egen flygbiljett. Priset du betalar Cykeltours är för helpension på hotellet och hela vårt koncept med föreläsningar, gruppcykling och den trevliga tillvaron vi har under våra resor.

Dagspris
Det finns många möjligheter att flyga ner till Italien. Priserna ändras från dag till dag och flygtransfer kan vara långa eller korta sträckor. På vår hemsida kan du se avstånd till/från några utvalda flygplatser

Transfer
Priset på flygtransfer är i förhållande till antalet som kommer med det flyget.

flyself@cykeltours.se
För alla som väljer Flyself, vore det bra om ni skickar aktuell bokad flygtid till oss för publicering på nätet så att flygtransfer kan samordnas med andra resenärer.

Trains and boats and planes och även bilar
Observera att Flyself priser erbjuds om man använder andra transportmedel. T ex, bil eller tåg.

Några tips i flygprisdjungeln
Ibland kan man hitta lågprisbiljetter där även flygskatt och avgifter ingår. Med lite fantasi kan man göra riktiga fynd i denna djungel av flygplatser och avgångar.

Via Rom?
Ett udda alternativ för påskresan? Under december 2009 har vi sett flygpriser för 50kr mellan Skavsta och Rom ToR. Via Italienska järnvägar kan man sedan åka tåg från Rom till Misano för 18 euro. Tågresan tar 5 timmar med 2 byten och bokas via Italienska Järnvägar någon vecka före resan. Observera att detta är ett alternativ som föranleder nattåg på vägen tillbaks till Rom

Roman Holiday
Ryanair trafikerar Rom fredagar och söndagar. I samband med Påskresan kan vi därför erbjuda alternativa datum till samma Flyself pris
26/3 - 9/4 (Cykling med ledare fr o m 28 mars)
28/3 - 11/4 (Cykling med ledare t o m 9 april)

Andra datum?
I samband med alla Flyself alternativ är man förstås styrd av flygtidtabellen. Därför kan vi erbjuda priser för andra alternativ som dyker upp i samband med era flygbokningar. Ta kontakt med oss för prisinfo. Observera att vår gruppcykling med ledare gäller under ordinarie datum för resp resa.

Forum
Vill ni diskutera med andra blivande resenärer hänvisar vi till vår grupp på Cykelklubben.se - Bli medlem och kolla in gruppen "Cykeltours" under "grupper" i menyn på sidan. Där kan ni då komma överens med övriga så att ni är fler som anländer med samma flyg.

2 veckor vid Påsk
Ett längre alternativ till påskresan erbjuds som Flyself alternativ.
Flyself Påsk (8 dagar)
Ankomst resmål Misano 27 mars
Avfärd resmål Misano 4 april
Flyself Påsk (14 dagar)
Ankomst resmål Misano 27 mars
Avfärd resmål Misano 10 april

Riolo/Nove Colli
Under Riolo/Nove Colli resan inleder vi veckan i Riolo. Veckan avslutas i Cervia i samband med Nove Collli loppet. Observera följande datum och resmål om du ska boka ett Flyself alternativ
Riolo
Ankomst resmål Riolo 16 maj
Cervia
Avfärd resmål Cervia 24 maj.

Aktuellt
Just nu erbjuder vi Flyself på Påskresan och Riolo/Nove Colli resan. Andra resor kan komma i fråga. Höll utkik på hemsidan.

Helena: Det blir Italien!

37-årig småbarnsmamma väljer Cykeltours

Tjejen från Veberöd
Helena Lindberg är en 37-årig småbarnsmamma som upptäckte cyklingen så sent som i somras.

Tanthoj
Hon gått från att vara fullständig novis, vars cykelerfarenheter sträckte sig till att skjutsa barnet till dagis på en gammal tanthoj..,

.....till Carbonhoj
... till att nu vara stolt ägare till en fullcarbonracer med några avklarade motionslopp i ryggen.

I egna ord
- Jag tänker satsa hårt 2010 då cyklingen har blivit en stor del av mitt liv, dels som ren friskvård i min kamp mot min MS-sjukdom, dels för att jag tycker det är det roligaste som finns!!!

Längtar efter berg
- Så mitt cykelår 2010 har jag planerat att kröna med en cykelresa till Italien. Oj vad jag längtar efter att få tampas med lite berg!

Lycka till
Vi önskar Helena lycka till och ser fram emot att få träffa henne under resan

Grattis Helena!
Helena erhåller presentkort från Cykeltours.

Faktaruta
Namn: Helena Lindberg
Ålder: 37 år
Mål 2010: Genomföra 10 st motionslopp, köra Halv-Vättern samt snitta 30 km/h en längre träningsrunda.
Roligaste cykelminne: Första gången hon tog sig CYKLANDE uppför mördarbacken i "Kläggeröd"
Värsta cykelminne: första gången hon FÖRSÖKTE ta sig uppför Kläggeröd, en nära-dödenupplevelse... Kuriosa: Racern heter "Sessan" och är t o m döpt och tatuerad på ramen.

Specialisten på slipade sportglasögon

RUDY PROJECT RYDON med slipade linser direkt i bågen. Stark, lätt och justerbar båge. Fotokromatiska linser, klar till grå, grön till mörkgrön, röd till grå samt bruna och grå polariserande fotokromatiska linser.

CA PRIS:

5.900:- för avståndsglas (inkl båge)
8.300:- för progressivt (inkl båge)

Besök butiken på Kungsgatan 15, Stockholm
TEL: 08-optiker (6784537) www.sportoptik.se

Välkommen önskar Leg Optiker Lars Wulfing med personal.

Sport Optik®

Motionskalender 2010

förtroendeuppdrag för Cykeltours

Motionskalendern

Som vi berättade i november har vi fått förtroendet att framställa motionskalendern över de motionslopp som är sanktionerade av Svenska Cykelförbundet.

Lever hela året:

Motionskalendern innehåller deltagarkort för Cykel 42. Priserna lottas ut under november 2010. Kalendern trycks i februari. Därför "lever" kalendern hela året och blir cyklisternas bibel hela säsongen. Vill ert företag eller förening / din arbetsgivare nå ut till alla motionärer? Annonsera i motionskalendern! Vi erbjuder förmånliga annonspriser.

Förbundets Sanktion

Förbundets sanktion är en kvalitetsstämpel för deltagarna i de svenska motionsloppen.

Utkommer: Feb 2010

Format: A5 4-färg
Omfång: 48 sidor
Upplaga: 30 000 ex

Annonspriser föreningar:
Helsida: 7 000 kr
Halvsida: 4 000 kr
Kvartssida: 2 200 kr

Annonspriser företag:
Helsida 9 000 kr
Halvsida 5 000 kr
Kvartssida 2 800 kr

Annonsbeställning

mk@cykeltours.se

Info

Garry Jones
0250 167 42
076 11 567 42

SCF Motion.SE

Vi har även ansvaret för online kalendern och en del andra funktioner via websiten www.scfmotion.se.

Träning inför loppen

Många motionärer åker med oss för att träna inför loppen. Vi vill att så många som möjlig cyklar och mår bra. I motionskalendern hittar du hela programmet för 2010. Beställ din kopia nu via www.cykeltours.se/motkal.

Större iver

Under en resa med Cykeltours kan man lära sig mycket som kommer till nyttja under motionsloppen här hemma. Alla kommer hem med en större iver att träna tillsammans med andra. Och därmed ökas antalet deltagare i motionsloppen.

Motionskonferens

Är du en motionär med åsikter och idéer om motionscykling? Då är du välkommen att anmäla dig till motionskonferens 2010. Läs mer.

http://www.scfmotion.se/konferens

STOPP PRESS

Glasögon

Cykeltoursledare använder glasögon från Sportoptik. Läs mer om detta i nästa nyhetsbrev.

news@cykeltours.se

Vår emailadress för email gällande nyhetsbrevet. Skicka gärna in en reseskildring eller några rader om varför just du väljer cykeltours. Bifoga bilder. Allt som publiceras belönas med presentkort. Alla inskickade bilder kan komma att publiceras på nätet och i kommande nyhetsbrev.

Korrekt emailadress?

Via länken nyhetsbrev på hemsidan kan du ange till vilken emailadress du vill få kommande nyhetsbreven. Där kan också ange email adresser som inte längre gäller. Du kan också svara oss direkt med "remove" som ämnet om du vill ta bort din emailadress från sändlistan.

Info om våra resor

0250 167 42
076 11 567 42
info@cykeltours.se

Material till nyhetsbrevet

news@cykeltours.se
Allt är intressant och det som publiceras belönas med ett presentkort.