

TRÆNING TIL BLANDT ANDET LA MARMOTTE, MARATONA DLES DOLOMITES

CYKELREJSE I PROHOLDENES FODSPOR I CALPE

Giv dig selv en fantastisk opstart til f.eks. La Marmotte. Bo og træn i de naturskønne cykelområder omkring Calpe.



Det kan du glæde dig til

Ruby Cycling tilbyder i samarbejde med vores chefguide og vinder af Race Across America 2017 (RAAM), Thomas Liebmann, cykelrejser og træningslejr i Calpe, det ukendte spanske paradis, hvor også pro cykelholdene Astana & Katusha afholder deres træningslejre. Calpe er centralt beliggende på Costa Blanca og har det hele og lidt til. Vi har op til 6 fulde cykeldage i det fantastisk område omkring Calpe. Ligegyldigt om du er begynder i bjergene eller du allerede er hardcore cykelrytter, så finder vi de rette ruter og oplevelser her. Vi har tips og råd som kan gøre dig bedre. Vi cykler hver dag i flere grupper alt efter niveau. Det vil sige at vi tilpasser turene så alle får det bedste ud af træningen – både med hensyn til km og højdemeter! Om aften bliver der tid til foredrag om kost, træning, cykel, teknik samt mulighed for personlige samtaler / coaching, som ALT er en del af prisen.

Vi glæder os til en god intensiv cykeluge i det spanske.

Calpe – Det ukendte spanske paradis

Beliggende en lille times kørsel fra Alicante ligger Calpe i en bugt med lækker sandstrand og skærmet af "Rock of Ifach" der er et af Costa Blanca's vartegn. Klippen ligger lige for enden af bugten og rejser sig 330m

over havoverfladen.

Calpe's historiske bydel skiller sig ud med charmerende smalle, stejle gader skærmet af de nyrestaurerede gamle huse. Det er her man finder lokalbefolkningen og de hyggelige restauranter. Langs stranden er strandpromenaden, hvor man også finder mange barer og restauranter.

Bjhergene begynder nærmest helt inde i byen, så der er ikke langt til et rigtig godt cykelterræn. Utallige former for vandsport muligt, umiddelbart ved hotellet.

Sværhedsgrad 2-4

Da vi hver dag opdeler os i grupper alt efter niveau, svinger sværhedsgraden fra let-middel med ruter ad gode veje i kuperet terræn til krævende ruter på veje af blandet kvalitet, som kræver godt kondition og udholdenhed.

Indkvartering

Vi bor på det 4 stjernede Hotel Diamante Beach & Spa, som mange af professionelle cykelhold også bruger.

Hotellet er vant til de krav cykelryttere stiller til maden, hvorfor maden serveres som buffet, med et meget stort udvalg.

Forplejningen er med ½ pension (inkl. vand og vin til maden).

Hotellet er beliggende centralt i Calpe i forhold til Levante-stranden og strandpromenaden (ca. 200m).

Hotellet er røgfrit. Der er 3 udendørs pools omgivet af terrasser med solsenge, palmer og parasoller.

Desuden indendørs pool, fitnesscenter, 3 jacuzzi'er, spa-afdeling og mulighed for wellness-behandlinger samt café, pool-bar og pianobar, lobby-reception, elevator og mødefaciliteter og ikke mindst den kendte Michelin-restaurant "Audrey's".

Værelserne er med badeværelse, aircondition, balkon, hårtørrer, safeboks, TV, gratis WiFi og telefon.

Hotellet er beliggende: Av. Juan Carlos I, 48, 03710 Calp, Alicante, Spanien.

Bestil

Uge 16: Startdato 13.04.2019 varighed 7 nætter

Type	Pris pr. person	
1 person Enkeltværelse	10998,-	UDSOLGT
2 personer Dobbeltværelse	8498,-	UDSOLGT

Uge 19: Startdato 04.05.2019 varighed 7 nætter

Type	Pris pr. person	
1 person Enkeltværelse	8998,-	UDSOLGT

2 personer Dobbeltværelse

6998,-

UDSOLGT

Uge 19: Startdato 02.05.2020 varighed 7 nætter

Type	Pris pr. person	
1 person Enkeltværelse	8798,-	BESTIL
2 personer Dobbeltværelse	6998,-	BESTIL

Priserne er aktuelle dagspriser gældende den 23. februar 2019.

Praktiske Informationer

Inkluderet i pris/person

- Flytransport t/r. inkl. 20 kg. bagage.
- Transfer mellem lufthavn og hotel t/r
- 7 nætters ophold på 4* hotel Diamante med ½ pension
- Rutinerede cykelguider
- Daglige ruter fordelt på 2-3 hold.
- Aflåst rum til cykelopbevaring på hotellerne
- Følgebil med rutinerede chauffører

Prisen inkluderer ikke

- Diverse forsikringer
- Bepisning i løbet af dagen

Tillæg:

- Cykeltransport t/r: 1.100 kr.
- Cykelleje f.eks. 6 dage fra kr. 900,-

Transport

Uge 9 - København

Udrejse	23. februar	CPH-ALC	11.25-14.45
Hjemrejse	2. marts	ALC-CPH	16.15-19.30

Uge 16 - Billund

Udrejse	13. april	BLL-ALC	10.45-13.50
Hjemrejse	20. april	ALC-BLL	07.00-10.05

Uge 19 - København

Udrejse	4. maj	CPH-ALC	20.35-23.55
Hjemrejse	11. maj	ALC-CPH	16.45-20.00

Cykeltransport

Du skal afmontere pedalerne (hvis transport i papkasse) samt forhjul på din cykel. Hjul pakkes i hjulpose og må ikke indeholde andet en selve hjulet, samt evt. pedaler.

Cyklerne transporteres i kassevogn, lastbil eller på cykeltrailer. Bagagerummet er altid aflåst når der transporteres cykler i biler.

Vi benytter "anonyme" biler/cykeltrailer, så det ikke er tydeligt, hvad bilerne/cykeltrailer indeholder. Vi pakker din cykel fastspændt i forgaffel på cykeltrailer eller i papkasser.

Hvis papkasser udlånes disse gratis af Ruby Rejser & der må ikke være andet end din cykel i papkassen.

VIGTIGT

Husk at mærke din cykel og forhjul med navn, indkvarteringssted og telefonnummer.

Bemærk venligst: din cykel er forsikret mod biluheld.

Sørg alligevel for at have en forsikring, der dækker transportskader og rejser med cykel i udlandet, hvis der mod alle hensigter skulle komme en skramme.

Aflevering af cykler på andre steder og tidspunkter end nedenfor nævnte er ikke muligt.

OBS !! Vi tager forbehold for ændring af sted og tidspunkter

Cykeltransport

Læs mere om cykeltransport og tidsskema for opsamling af cykler ved at følge [dette link til cykeltransport](#).

Cykelleje

Umiddelbart ved siden af vores hotel i Calpe ligger også vores cykeludlejning. Butikken ejes af belgieren Jurgen, der selv er tidligere professionel cykelrytter. Standarden af cyklerne er meget høj - alle er carbon cykler - og Jurgen og hans stab sætter en ære i at alle kommer ud på top-tunet og serviceret materiel. Eks. på cykler: Specialized Roubaix Carbon, Specialized Tarmac Sport, Specialized Tarmac Comp Udi2. Udlejning er muligt på dagsbasis. Har du behov for hjælp til at justerer lidt på din egen cykel, er butikken også et besøg værd.

Bemærkning

- Du vil modtage din endelig rejse information med flytider, specifikke tidspunkter, tidsskema for opsamling af cykler, opsamlingssteder etc. samt dit flybillet (E-ticket) ca. 7-10 dage inden afrejsen..
- Turen bliver gennemført ved deltagelse af minimum 15 personer.