

# ESCAPE



## PROGRAM: CYKLA GENOM FRIULIEN

🍴 7 frukostar, 5 luncher och 5 middagar inkluderad

Dag 1

### Tarvisio

🍴 Middag

Vi landar i Italien och åker transfer längs floden Tagliamento ända upp till trerikesområdet mot Slovenien och Österrike. Här ligger alporten Tarvisio där vi ska bo de första två nätterna.

Dag 2

### Cykla till alpsjöarna Laghi di Fusíne

🍴 Frukost, lunch, middag

📍 20 km

📏 300 m upp/ner

Vi värmer upp med en kortare tur som ändå ger lite höjdmeter. En avstickare av den fina cykelleden Alpe-Adria går mot slovenska gränsen och ett par vackra små sjöar. Här får vi uppleva den alpina miljön med ståtliga vita berg som speglas i vattnet, omringat av stilla skog. Picknick och rull tillbaka till Tarvisio för en avkopplande eftermiddag på byn. Vi vet var bästa glassen serveras!

Dag 3

## Cykla till Venzone

☕ Frukost, lunch, middag

📏 57 km

📏 235 m upp, 730 m ner

Idag tar vi vår första etapp av långleden Alpe-Adria, fint byggd på en gammal banvall och utan biltrafik. Vi passerar mysiga byar som Malborghetto och Chiusaforte, och stannar för fika på något (eller några) av de före detta stationshusen, nu inbjudande vattenhål för cyklister. Vi närmar oss sedan Venzone, en medeltidsby listad som en av Italiens finaste. Som After Bike föreslår vi det regionala vinet Tocai Friulano, ett läckert vitvin med mandeltoner, och några skivor San Daniele, en av Italiens främsta lufttorkade skinkor, saltare än Parmaskinkan och en lokal stolthet.

Dag 4

## Cykla till Udine

☕ Frukost, lunch

📏 56 km

📏 80 m upp, 200 m ner

Cykelbanan fortsätter från föralperna över ett böljande landskap till slätten, där vi stannar till för natten i Udine. Denna typiskt norditalienska stad är väl värd ett besök. Här får vi ta in hela det italienska småstadslivet med inbjudande serveringar, vackra torg, ståtliga kyrkor, forsande kanaler och vinklar och vrår. Missa inte att gå upp till kastelet för bästa utsikten.

Dag 5

## Cykla till Grado

☕ Frukost, lunch, middag

📏 57 km

📏 0 m upp, 110 m ner

Idag rullar vi lätt på plattan och kan ägna oss lite extra åt det kulturella. Första stoppet blir Palmanova, en niokantig befäst stad upptagen som UNESCO världsarv. Från ovan ser staden ut som en stjärna.

Vi rullar sedan vidare mot nästa UNESCO-arv, Aquileia. En välkomstskylt på latin (Aquileia te salutat) berättar att här låg en av romartidens största städer, nu norra Italiens främsta arkeologiska utgrävning. Den idag pittoreska byn med 3500 invånare hade under antiken en befolkning på hela 100.000!

Sista biten till Grado går över lagunen med vatten på ömse sidor. En fin introduktion till det landskap som har skapat såväl Grado som storasyster Venedig. Vi möter en behaglig ort med kanaler, småbåtshamnar och sandstränder. Här finns mycket att strosa runt och upptäcka efter dagens cykling. Och ett första salt bad!

Dag 6

## Cykla till Caorle

☕ Frukost, lunch

Idag tar vi transfer en bit till badorten Lignano Sabbiadoro (guldsanden). Vi cyklar med havet på ena sidan och får ta en liten cykelfärja över floden till nästa samhälle, Bibione. Snart stöter vi på vatten igen och bordar en lite längre färjefärd genom våtmarkerna mot målet Caorle. Lunchen tar vi på en *casona*, en typisk form av halmhydda som ser ut som

något ur förhistoriska tider. Här vattnas det i munnen av doften av grillad fisk och polenta!  
Vi rullar sedan sista biten in till Caorle där vi bor resans sista två nätter.

Dag 7

## Caorle

🍴 Frukost, middag

Efter fem dagars cykling ställer vi undan hojarna och njuter av en av de finaste orterna längs kusten. Caorle är både gammal fiskeby, populär badort och matstad. De färgstarka fasaderna är ett signum. Insup atmosfären i gamla stan, ät och drick gott och sträck ut dig på den varma sanden. Man kan även paddla kajak i stadens kanaler som extra aktivitet. Den som vill har möjlighet att åka till Venedig över dagen.

Dag 8

## Farväl till cykelresan i Friulien

🍴 Frukost

Nöjda med att ha utforskat en ny del av Italien beger vi oss hemåt igen. *A riviòdisi*, som man säger arrividerci på friulianska!