

ESCAPE



PROGRAM: MOUNTAINBIKE VIA DEL SALE

🍴 7 frukostar, 3 lunchpaketer och 5 middagar inkluderad

Dag 1

Limone Piemonte

🍴 Middag

Vi landar i Nice och åker transfer upp till Italiens äldsta skidort Limone. Här bor vi på ett bekvämt hotell med pool de första två dagarna. Till middagen smakar vi av Piemontes utmärkta kök medan vi lär känna våra resekamrater. Som av en lycklig slump görs några av landets bästa viner också i närheten. En god Barolo någon?

Dag 2

Stigcykling till Limonetto

🍴 Frukost

📍 20 km

📍 650 m upp/ner


Limone är perfekt för lättare mountainbiking, med många naturstigar med god jordmån utan för mycket sten eller rötter. Vi hämtar ut våra cyklar och trampar upp längs forsen till pyttelilla alpbyn Limonetto. Landskapet är pastoralt och lågalpint med skog, äng och dal där kor och hästar strövar. Det bjuds på en skön mix av grusvägar och lättare single trails. Färden går förbi flera "tetti", små bosättningar för sommarbete. Många drömmer om att

restaurera ett vackert gammalt stenhus med blomlådor på träbalkongerna och här kan man fortfarande hitta lovande objekt. Dröm!

Vi rullar nöjda in i Limone lagom till lunch. På eftermiddagen kan man antingen ta igen sig vid poolen, utforska Limone by eller följa med vår guide på en tur till. Kvällen fri för att botanisera i Limones intressanta restaurangutbud. Piemonte är ett riktigt matlandskap!

Dag 3

Via del Sale till Rifugio Barbera

 Frukost, middag

 37 km

 1500 m upp

Varma i sadeln påbörjar vi resan från alp till hav. Vi värmer upp med serpentinerna till passet Colle di Tenda, som går lagom ansträngande med elassistansen. Det som väntar uppe på gränsen till Frankrike är minst sagt häftigt. Vår alpina grusväg skär längs topparna med stora utsikter åt alla håll. Synnerligen inbjudande.

Efter ett par timmar och med många fotostopp når vi månlandskapet Carsene och därpå fjällstationen Rifugio Don Barbera. I natt bor vi högt på berget vilket är en stor upplevelse när stjärnorna tänds och det skramlas i köket inför middagen.

Dag 4

Via del Sale till Rifugio la Terza

 Frukost, middag, lunchpaket

 35 km

 1200 m upp

Även gryningen är mäktig när man vaknar på en refug. Solen stiger i öst och värmer sakta upp den krispiga luften. Hett kaffe eller té väcker sinnena innan vi sadlar upp för dagen. Färden fortsätter längs grusvägen och så småningom rullar vi in i den vackra lärkträdsskogen Bosco delle Navette. Lärk är det enda barrträd som faller på hösten men inte innan det har exploderat i lysande gult.

Vi tappar höjd och bortom de nu grönkädda kullarna skymtar vi redan havet. Vid Liguriens högsta berg Monte Saccarello får vi trampa upp för igen innan vi når nästa hytta, Rifugio la Terza. Refugen är nybyggd 2019 och står på grunden av den högsta liftstationen i det sedan länge nedlagda skidsystemet. Här finns en ombonad restaurang, bar och fräscha rum för natten. Att det vankas god pasta är ingen vild gissning, ägarfamiljen är nämligen *pastifici!*

Dag 5

Via del Sale till Rifugio Realdo

 Frukost, middag, lunchpaket

 38 km

 600 m upp

Vi hälsar morgonen på bergskammen som utgör gränsen mellan Piemonte och Ligurien. Vi ska sedan cykla längs en annan gräns, den mellan Italien och Frankrike. Den vackra grusvägen fortsätter till Baisse de Sanson innan vi viker av mot Balcon de Marta. Här väntar en magnifik utsikt ner i Val Roya och bergen bortom. Vi anar hur nära havet är och ändå omges vi av nästan vildmark. Efter matsäck i det gröna rullar vi ner mot Realdo, en genuin liten medeltidsby uppflugen på en klippa. Här bor vi sista hytnatten på Rifugio Realdo. Det är nu en annan miljö vi har tagit oss till, med byar, skogar och fortsatt stora utsikter.

Dag 6

Vilda vägar till Bordighera

☞ Frukost, middag, lunchpaket

Idag kan vi välja olika vägar till havet beroende på gruppens lust och förmåga. Det enklare tar oss ner i dalen och genom byn Triora. Byn är känd som häxbyn sedan inkquisitionen på 1500-talet, då man jagade kvinnor som sades vara i maskopi med djävulen. Triora har också blivit ett centrum för mountainbiking. På väg rullar vi sedan mot havet i Arma di Taggia, där vi följer den finfina cykelvägen som är byggd på en gammal banvall.

Ett lite tuffare alternativ är att vi trampar upp ur dalen till Monte Ceppo och vidare till Bajardo - en av många medeltidsbyar som tronar högt över Rivieran. Härifrån kan vi åka antingen grus, stig eller asfalt (eller varför inte alltihop?) ner till vårt hotell i flotta lilla Bordighera. En sak är säker: ett bad sitter fint efter fem dagars mountainbiking!

Dag 7

Vilodag vid havet

☞ Frukost

Den sista dagen tar vi ledigt och klarar oss på egen hand medan vår guide återvänder till sina berg. Bordighera är känt för att ha Italiens bästa klimat så lite strandliv kan sitta fint efter all motion och alla upplevelser, men man kan också välja aktiv vila: hyr en cykel och trampa hela den fina cykelvägen från Ospedaletti till Imperia, förbi Sanremo och flera små fina byar. Det är också enkelt att ta tåget till Monaco, Menton, Nice eller någon annan av Riviera-orterna på den franska sidan.

Dag 8

Arrivederci!

☞ Frukost

Vi återvänder hem efter en maffig och omväxlande äventyrscyklning. Tänk att det finns sånt här i Europa!