

Les Dolomites à Alta Badia

Présentation :

Les Dolomites offrent un paysage unique au monde dans une région où les influences italiennes et autrichiennes se mélangent. Le village de La Villa, où réside la championne Maria Canins, avec ses chalets tyroliens superbement fleuris, est le point de départ idéal pour aller conquérir les sommets les plus prestigieux qui font rêver les amateurs de haute montagne.



Mais attention, ces cols légendaires aux panoramas grandioses présentent des pourcentages parfois importants ! Parmi les émotions de la semaine, resteront gravées le sublime Passo Giau, le légendaire Pordoï, le Fédaïa avec le glacier de la Marmolada et la terrible ascension vers les 3 Cîmes du Lavaredo ...



En prélude du séjour, possibilité de participer à l'une des plus célèbres cyclosportives d'Europe : Le Marathon des Dolomites (9000 inscrits en 2009). Places réservées aux participants des Stages du Soleil. (Inscription avant le 15 Janvier).

Le "petit" parcours (55 km / 1780m) :



Le site du Marathon des Dolomites : <http://www.maratona.it/info/percorsi2012/it>

Au programme de la semaine

Etape	Circuit	Distances	Dénivelées
30/06	Accueil et installations à partir de 16 h		
01/07	Participation facultative au "Maratona Dles Dolomites" (3 parcours)	147 km 110 km 57 km	4345 m 3030 m 1747 m
02/07	Passo Gardena 2121m Passo Sella 2213m Passo Fédaiä 2057m Passo Falzarego 2105m	100 km	2860 m
03/07	Passo del Erbe	61 km	1550 m
04/07	Passo Valparola 2192m Passo de 3 Cocci 1805m 3 Cîmes du Lavaredo 2320m	141 km 128 km	2760 m 2150 m
05/07	Passo Campolongo 1875m Passo Giau 2236m Passo Falzarego 2105m	86 km	2310 m
06/07	Passo campolongo 1875m Passo Pordoï 2239m Passo Costalunga 1745m Passo Nigra 1688m Passo Pineï 1142m Passo Gardena 2121m	142 km 62 km	3240 m 1700 m
07/07	Départ après le petit-déjeuner		

L'hébergement : hôtel 3*, en ½ pension. Sauna, solarium et salle de fitness, local à vélo, parking privé pour les voitures

Niveau de difficulté : 🚴🚴🚴 (haute montagne)

