Informazioni prima dell'arrivo per il vostro viaggio in libertà in Francia

Viggi autoguidati a piedi e in bicicletta. Viaggiare in libertà richiede una buona capacità di risolvere problemi, un buon adattamento e la voglia di mettersi in gioco. Dovreste essere già in grado di leggere una mappa e avere un buon senso dell'orientamento (o la voglia di

sforzarsi per migliorarlo!) Cercare la strada giusta, perdere e poi ritrovare la strada, o chiedere aiuto agli abitanti del luogo è parte del divertimento. Se questo è il Vostro primo viaggio in libertà, vi accorgerete che dopo un paio di giorni riuscirete ad orientarvi facilmente.

Tutto il materiale incluso in questa documentazione è stato controllato e recentemente aggiornato, e noi offriamo un'assistenza telefonica di emergenza h24. Tutti i membri del nostro staff parlano fluentemente l'inglese e siamo sempre a disposizione per aiutarvi in caso di necessità o difficoltà.

Una volta sperimentato il piacere di viaggiare in libertà, non potrete più farne a meno!

Contatti e numeri di emergenza

Se avete bisogno di assistenza urgente, chiamate:
Ambulanza / assistenza medica / polizia: Ambulanza / assistenza medica / polizia: 112
Assistenza locale:
S-Cape Partners France
Lunedì-venerdì ore 09.00-18.00. ++33553730861

Cellulare di emergenza (fuori degli orari di ufficio - per le emergenze) +33631064272

In caso di emergenza, chiamateci direttamente.

WhatsApp **non è** disponible.

Informazioni Importanti

Vi assicuriamo che tutto il materiale fornito per il vostro viaggio è aggiornato regolarmente e che, in caso di problemi, mettiamo a disposizione una linea telefonica di emergenza bilingue attiva 24 ore su 24, 7 giorni su 7. i viaggi autoguidati comportano un certo grado di incognita. Tuttavia, con un approccio metodico, i potenziali problemi saranno evitati. La libertà di un viaggio autogestito è qualcosa che, una volta sperimentata, viene ricercata più volte.

Indirizzo e contatti

S-Cape Partners France
55 rue Saint Jacques
24540 MONPAZIER
Francia

Ufficio Tel: +33 5 53 73 08 61
Cellulare di emergenza: +33 6 31 06 42 72

Orario d'ufficio:
Lunedì-Venerdì: 09.00-18.00.

Problemi/reclami durante il viaggio

S-Cape Partners prende molto sul serio la soddisfazione del cliente. I reclami relativi all'alloggio o a qualsiasi altro servizio prenotato devono essere affrontati sul posto, immediatamente e DURANTE il viaggio. Non possiamo risolvere tali problemi una volta terminato il viaggio, quindi i reclami presentati a posteriori non saranno di grande aiuto.

Vi preghiamo di comunicare prima il problema direttamente con il fornitore del servizio, in modo da dargli la possibilità di risolverlo. Se non si ottiene il risultato desiderato e si ritiene di avere un reclamo legittimo che non è stato trattato in modo corretto, si prega di contattare il nostro ufficio in modo da potervi assistere. Anche se di solito possiamo mediare solo per telefono, saremo lieti di aiutarvi a risolvere qualsiasi difficoltà per garantire che il vostro soggiorno sia piacevole.

Impossibilità di continuare il viaggio

Nello sfortunatocaso in cui non possiate continuare il programma a causa di malattie, infortuni o condizioni meteorologiche estreme, dovrete sempre informare la struttura ricettiva (successiva) e il vostro agente locale. Questi vi assisteranno nel cambiare il programma di alloggio, se necessario, discutendo prima i possibili costi aggiuntivi di questo cambiamento. I costi aggiuntivi dovranno essere pagati in loco e, se possibile, dovranno essere risarciti dall'assicurazione di viaggio.

Smarrimento di oggetti/effetti personali

Se perdete qualcosa o vi viene rubato e desiderate presentare una richiesta di risarcimento alla vostra compagnia di assicurazione al vostro ritorno a casa, dovete denunciare il fatto alla polizia (Gendarmeria o Police Nationale) nel momento in cui si verifica l'accaduto. La polizia vi chiederà di compilare un modulo e ve ne consegnerà una copia. La maggior parte delle compagnie assicurative richiederà una copia di questo modulo al momento dell'elaborazione della richiesta di risarcimento. In caso di smarrimento del passaporto, questo documento può essere valido per i viaggi internazionali, ma è necessario contattare l'ambasciata/il consolato.

Informazioni pratiche

Alloggio e servizi
Per l'elenco degli hotel prenotati per la vacanza, dei pasti e dei servizi inclusi nel programma, consultare il voucher di viaggio.

Sistemazioni alternative
Durante l'alta stagione è possibile che venga prenotato una struttura di accoglienza alternativa, che potrebbe non essere indicato nelle note dell'itinerario. L'inizio o la fine degli itinerari potrebbero quindi essere leggermente modificati, quindi prestate molta attenzione all'inizio e alla fine degli itinerari. In alcuni casi, forniamo descrizioni aggiuntive da utilizzare quando si parte o si torna a una struttura alternativa.

Nella scelta delle strutture di accoglienza alternative abbiamo cercato di mantenere gli stessi standard e la stessa qualità e, quando possibile, la stessa ubicazione (nella stessa città o villaggio), in modo da modificare il meno possibile gli itinerari.

Voucher e check-in
Vi è stato fornito un documento che conferma tutti i servizi prenotati per voi con il nome e l'indirizzo degli alberghi e degli altri fornitori di servizi.

L'orario ufficiale per il check-in è in genere dalle 15:00, e a volte arriva fino alle 17:00. Le strutture ricettive più piccole, come i B&B, possono aprire più tardi nel pomeriggio. Se prevedete di arrivare prima dell'orario di check-in, avvisate l'hotel in anticipo, in modo che possa cercare di preparare la vostra camera in anticipo. Se il check-in anticipato non è possibile, informatevi sulla possibilità di lasciare i bagagli in hotel. In questo modo potrete fare

una passeggiata in zona o rilassarvi in una caffetteria, per iniziare il vostro viaggio in modo piacevole. Al vostro ritorno, la camera dovrebbe essere pronta.

Al momento del check-in in una struttura ricettiva, potrebbe esservi chiesto di mostrare voucher come prova di conferma. Dovrete anche presentare un documento d'identità. Soprattutto le strutture più piccole, come i B&B, potrebbero aprire più tardi nel pomeriggio. È consigliabile telefonare con un giorno di anticipo per informarli sull'orario di arrivo previsto.

Ricordatevi di ritirare il documento d'identità prima di partire.

Trasporto
Abbiamo fatto del nostro meglio per fornirvi le informazioni più recenti, ma ricordate che gli orari sono soggetti a variazioni, talvolta senza preavviso. Vi invitiamo a controllare gli orari locali prima della partenza e a ricontrollarli all'arrivo. Potete anche chiedere assistenza ai proprietari degli alloggi.

Non dimenticate di timbrare o convalidare il biglietto. Prima della partenza, il biglietto deve essere timbrato/scaricato sul telefono. Se non avete avuto il tempo di timbrare o convalidare il biglietto, segnalatelo rapidamente al controllore del treno. Se avete scelto il servizio di biglietteria elettronica, non è necessario timbrare la conferma di viaggio.

Se viaggiate di domenica o in un giorno di festa nazionale, ricordate di ricontrollare gli orari perché potrebbero essere disponibili meno servizi.

Trasferimenti inclusi
S-Cape Travel si preoccupa della sicurezza dei clienti. Se il vostro programma prevede trasferimenti, ricordate di usare sempre la cintura di sicurezza. La maggior parte dei nostri fornitori e tassisti locali collaborano costantemente con S-Cape Travel. Conoscono bene i nostri programmi e gli standard di sicurezza richiesti da S-Cape Travel. Se in qualsiasi momento doveste ritenere che non vengano rispettate le corrette pratiche di sicurezza, siete pregati di contattare S-Cape Travel e/o la vostra agenzia.

Arrivi tardivi/ritardi il giorno dell'arrivo
Se avete prenotato un trasferimento dall'aeroporto o dalla stazione ferroviaria al vostro primo alloggio e riscontrate un ritardo considerevole, siete pregati di chiamare il prima possibile per avvertire la compagnia di trasporto o l'agente locale. Il numero di telefono è riportato sul Voucher di viaggio e/o nella sezione "Organizzazione" delle Note di itinerario o nell'app di viaggio.

Se viaggiate in auto, assicuratevi di avere l'indirizzo o le coordinate del vostro primo alloggio, da inserire nell'app di viaggio (come Google Maps, Ways) che utilizzate per guidare.
Se prevedete di arrivare dopo le 18.00, siete pregati di comunicare alla struttura il vostro orario di arrivo previsto. Le strutture più piccole, come i B&B, potrebbero aprire più tardi nel pomeriggio. È consigliabile chiamarli con un giorno di anticipo per informarli dell'orario di arrivo previsto.

Previsioni del tempo
Controllate le previsioni del tempo prima di partire per la giornata. Dovreste sempre portare con voi un pile/un indumento caldo, oltre a un frangivento, una giacca antipioggia, guanti e un berretto caldo.

Clima caldo
In estate può fare caldo. Per evitare il pericolo di un colpo di calore, si consiglia di non andare in bicicletta o a piedi se le temperature superano i 35º C. Ricordate che le sorgenti possono prosciugarsi, quindi ricordate di portare con voi molta acqua potabile (almeno 2 litri a persona). È indispensabile una buona protezione solare (crema solare, occhiali da sole, cappello).

Attenzione in spiaggia
Se visitate una zona costiera, fate attenzione quando fate il bagno in mare. Onde impetuose e correnti rapide possono essere presenti in qualsiasi momento. Prestate molta attenzione ai cartelli di avvertimento lungo la costa, seguite i consigli dei residenti locali e chiedete al personale dell'hotel ulteriori informazioni, se necessario.

Cani
Nelle zone rurali potreste incontrare dei cani. Non fatevi prendere dal panico e continuate a pedalare o a camminare davanti al cane, agitando il bastone da trekking se necessario. Se il cane continua a infastidirvi, potrebbe essere necessario un approccio più aggressivo, come fingere di lanciare o (solo in casi estremi) lanciare effettivamente dei sassi.

Caccia
La caccia è abbastanza comune nelle zone rurali di tutta la Francia. La maggior parte delle stagioni di caccia inizia a settembre e prosegue fino ad aprile, ma le date esatte cambiano ogni anno. Se sentite sparare vicino a voi, segnalate la vostra presenza ai cacciatori.

Sicurezza e orario di arrivo dopo la giornata
È buona norma portare con sé ogni giorno un telefono cellulare completamente carico. Il telefono deve essere acceso, anche se si preferisce tenere la suoneria spenta.

Si consiglia di memorizzare nel cellulare i numeri di telefono di emergenza.

Assicuratevi di controllare la durata del percorso e l'ora del tramonto locale. Se pensate di arrivare dopo le 18.00 (o meno di un'ora prima del tramonto), informate la vostra struttura ricettiva per quella sera. Le strutture ricettive con cui lavoriamo hanno familiarità con i nostri programmi autoguidati e, se non arrivate prima del tramonto, potrebbero iniziare a preoccuparsi e decidere di chiamare i soccorsi.

Se viaggiate da soli in zone remote, siete pregati di informare il proprietario della struttura ricettiva del percorso che farete e del vostro orario di arrivo approssimativo.

Per la vostra sicurezza, prima della partenza è **FONDAMENTALE**:
Sapere come inviare la propria posizione attuale tramite SMS o altri sistemi di messaggistica, come WhatsApp. (Per farlo, aprite un nuovo messaggio, selezionate la funzione "Allegato" e scegliete "Condividi la mia posizione" - quindi cliccate su "Accetta" per consentire al dispositivo di accedere alla vostra posizione).

Festività nazionali
In Francia ci sono diverse festività nazionali e locali. Banche, negozi e istituzioni governative saranno chiusi E i servizi di autobus/treno potrebbero essere ridotti.

Festività in Francia:
- 01 gennaio (Capodanno)
- Venerdì prima della domenica di Pasqua (Venerdì Santo)
- Domenica e lunedì di Pasqua
- 01 maggio (Festa del lavoro)
- 08 maggio (Giornata della Vittoria in Europa)
- Giovedì, 39 giorni dopo la domenica di Pasqua (Ascensione)
- Lunedì dopo Pentecoste (50 giorni dopo Pasqua), osservato solo in alcune aziende (lunedì di Pentecoste)
- 14 luglio (Festa della Bastiglia)
- 15 agosto (Assunzione)
- 1° novembre (Ognissanti)
- 11 novembre (Giornata dell'armistizio)
- 25 dicembre (giorno di Natale)
- 26 dicembre (giorno di Santo Stefano solo in Alsazia-Lorena)

Forma fisica: prepararsi al viaggio
Assicuratevi di essere in buona salute e in condizioni fisiche sufficientemente buone per affrontare lo sforzo richiesto dal viaggio.
Il concetto alla base dei nostri viaggi è il piacere di una vacanza attiva, e più sarete in forma più vi divertirete. Per questo motivo vi consigliamo di
di prepararsi per questa vacanza. Il miglior allenamento consiste nell'esercitarsi in ciò che si intende fare: camminare o andare in bicicletta in salita, in discesa e nel fondo (su terreni irregolari). Allenatevi e aumentate gradualmente per evitare di farvi male! L'uso dell'attrezzatura prima della partenza (scarponi, zaino, abbigliamento, ecc.) dà familiarità e comfort durante il viaggio e aiuta a individuare eventuali problemi.

Alimentazione
Il corpo ha bisogno di liquidi, vitamine, minerali e carboidrati per funzionare. Mentre si cammina o si va in bicicletta, il corpo ha bisogno di una quantità di questi elementi superiore a quella che può immagazzinare. Fate una colazione a basso contenuto di grassi e a porzioni regolari (come i cereali) ogni mattina e bevete molta acqua e succhi di frutta.
Durante il percorso a piedi o in bicicletta, mantenete il livello di acqua nel corpo bevendo spesso; bevete prima di avere sete e mangiate prima di avere fame; consumate spuntini a basso contenuto di grassi come frutta o barrette energetiche; tra gli alimenti più indicati vi sono banane, arance, mele, uvetta e altra frutta secca. Si raccomanda di portare con sé almeno 1,5/2 litri a persona, e di più se fa particolarmente caldo o c'è vento. Evitare di consumare pasti abbondanti durante il percorso.
Dopo il percorso a piedi o in bicicletta, continuare a idratarsi e a sostituire le riserve di energia perse mangiando proteine, carboidrati e zuccheri.

Informazioni utili

Documenti di viaggio

Per recarsi in Francia è necessario un documento in corso di validità. Se siete cittadini dell'UE, potete viaggiare con la vostra carta d'identità nazionale, ma sappiate che alcune compagnie aeree internazionali richiedono il passaporto per i viaggi internazionali.

I residenti al di fuori dell'UE devono informarsi presso l'ambasciata o il consolato del proprio Paese in merito all'obbligo del visto.

Assistenza sanitaria e assicurazione

Per le nostre vacanze è consigliata un'assicurazione di viaggio. Se non avete già un'assicurazione, potete acquistarla online. Ci sono molte opzioni con prezzi e coperture diverse. Ulteriori informazioni sono disponibili sul sito http://ec.europa.eu/social/main.jsp?catId=509&langId=en

Farmaci e ricette mediche

Se state assumendo farmaci con prescrizione medica, potreste trovare utile chiedere al vostro medico una lettera che specifichi la vostra condizione e i farmaci prescritti. In questo modo si evitano possibili problemi alla dogana e si aiuta il medico locale se si ha bisogno di acquistare farmaci durante il viaggio. Per l'importazione di farmaci considerati "sostanze controllate" è necessaria una licenza speciale.

Assegni e carte di credito

Se si intende utilizzare una carta di debito o di credito all'estero, è necessario contattare la propria banca prima della partenza.
I bancomat ("distributeur de billets") si trovano negli aeroporti e nelle città più grandi. Esistono diverse reti e l'utilizzo di un bancomat della propria rete (ad esempio Cirrus) consente di evitare spese aggiuntive per i prelievi. Le carte di credito più comuni sono: Visa e MasterCard. Talvolta vengono accettate anche le carte American Express e Diners Club.

IMPORTANTE: le carte di credito non sono sempre accettate nei piccoli negozi e ristoranti, quindi chiedete sempre in anticipo se potete pagare con carta di credito. I travellers' cheque sono generalmente accettati dalle banche, ma le spese per cambiarli possono essere piuttosto elevate. Gli assegni personali non sono accettati.

Telefono e fuso orario

Per chiamare la Francia dall'estero, comporre lo 0033 (+33). Se si utilizza il proprio cellulare per chiamare in Francia, è necessario comporre lo 0033 prima del prefisso e del numero di telefono. La Francia si trova nel fuso orario dell'Europa centrale (GMT +1).

Corrente e prese

Spine europee - Due spinotti rotondi.
Corrente elettrica - 220 volt, 50 Hz.

Orari di apertura

Negozi
I negozi nei villaggi sono generalmente aperti dal martedì al sabato, dalle 09:00 alle 12:00 e dalle 14:00 alle 18:00/19:00. Molti negozi chiudono all'ora di pranzo.
ATTENZIONE: molti negozi e ristoranti sono chiusi la domenica e il lunedì.

Gli orari di apertura saranno più lunghi nelle città e nei paesi. I supermercati più grandi resteranno aperti dalle ore 08:30 alle ore 20:00. Le panetterie sono solitamente aperte la domenica mattina fino alle 12:00.

Farmacie
Nei villaggi e nelle città più grandi c'è sempre almeno una farmacia aperta 24 ore su 24 (per il numero di emergenza, vedere il cartello sulla porta della farmacia). Tendono ad essere chiuse la domenica, soprattutto nelle zone rurali.

Uffici postali
Nelle città e nei paesi più grandi, gli uffici postali sono aperti:
Dal lunedì al venerdì: dalle 09:00 alle 19:00
Sabato: dalle 09:00 alle 12:00
Domenica: chiuso
In alcuni villaggi possono essere aperti nei giorni feriali solo per una o due ore al mattino.

Banche
La maggior parte delle banche sono aperte dal martedì al venerdì dalle 09:00 alle 16:30 (aperte il sabato mattina). Molte chiudono dalle 12:00 alle 14:00. È sempre meglio recarsi in banca prima di mezzogiorno. In genere è più facile prendere i soldi ai bancomat ("distributeur de billets").

Musei e monumenti
I musei e i monumenti più piccoli hanno più o meno gli stessi orari dei negozi, mentre i monumenti più importanti sono aperti tutto il giorno dalle 10:00 alle 17:00, anche se alcuni di essi possono chiudere all'ora di pranzo dalle 12:00 alle 14:00. Si consiglia di controllare il sito web del museo o di chiedere informazioni turistiche all'arrivo.

Ristoranti
La cucina della maggior parte dei ristoranti è aperta dalle 12:00 alle 14:00 per il pranzo e dalle 19:00 alle 21:00 per la cena. Nelle città più grandi potrebbero essere aperti più a lungo. ATTENZIONE:
Molti bar, pasticcerie e ristoranti sono chiusi la domenica e il lunedì. Vi consigliamo di verificarlo in anticipo. Una soluzione è quella di richiedere un pranzo al sacco presso il vostro alloggio, da pagare sul posto.

Acqua potabile

L'acqua del rubinetto è sempre controllata dalle autorità, ma potrebbe non avere un sapore ottimale a causa dell'elevato contenuto di cloro. È possibile acquistare acqua minerale ovunque. Chiedete "eau en bouteille" per avere una bottiglia di plastica. Gourdefriendly.green è un sito utile, che indica i vari luoghi in cui è possibile trovare acqua (fontane pubbliche e negozi "gourde friendly").

Acqua di sorgente
In montagna ci sono molte sorgenti naturali, dove gli abitanti dei villaggi preferiscono prendere l'acqua potabile anche se non è controllata dalle autorità sanitarie. In generale, si può fare affidamento sulle sorgenti in cui l'acqua

sgorga liberamente e abbondantemente da un tubo, ma il corpo potrebbe non essere abituato all'alta concentrazione di alcuni minerali.
Le descrizioni dei nostri itinerari possono indicare l'ubicazione di sorgenti utilizzate dagli abitanti del luogo, dove l'acqua non è trattata.

Prestare attenzione ai cartelli locali: "Non potabile" = Non bere.

Vi ricordiamo che bere acqua di sorgente è a vostro rischio e pericolo.

Sostenibilità

S-Cape Partners considera estremamente importante selezionare hotel, escursioni e mezzi di trasporto ecologici. Puoi unirti allo sforzo e ti chiediamo di considerare quanto segue:

- Limitare l'uso di plastica ove possibile. Per evitare l'acquisto di acqua in bottiglia, porta sempre con te un contenitore ricaricabile poiché l'acqua del rubinetto è sicura da bere in Italia.
- Limitare il più possibile l'uso dell'aria condizionata. Se in uso, selezionare una temperatura entro 5 ° C dalla temperatura esterna. Applica questa pratica anche nella tua auto.
- Informare il personale dell'hotel se si desidera utilizzare l'asciugamano per un altro giorno.
- Durante lo shopping o la spesa, utilizza la borsa di tela di sloWays invece di usare buste di plastica.
- Laddove possibile, evitare bicchieri di plastica e scegliere di non utilizzare cannucce di plastica.
- In bar / ristoranti, scegli piatti preparati con ingredienti locali: migliori per l'ambiente e la comunità locale.
- Non gettare i rifiuti e portare la spazzatura con sé fino a quando non sarà possibile smaltirla correttamente.
- Se visiti un'area protetta, puoi considerare di fare una donazione o di acquistare un libro nel negozio del parco.
- Tenere presente la seguente sequenza: 1. Riduci, 2. Riutilizza, 3. Ricicla
- Fare docce brevi anziché bagni
- Prestare attenzione alla privacy e alle usanze locali
- Quando fai le valigie, porta l'abbigliamento adeguato per il viaggio e limita ciò che porti
- In generale, tenere conto dell'ambiente e della fauna selvatica

Cibo e vino in Francia

Uno dei piaceri di viaggiare in Francia è la sua meravigliosa e variegata cucina e i suoi vini.

Prima colazione
La colazione è inclusa nella vostra sistemazione. La maggior parte delle strutture ricettive serve generalmente la colazione a partire dalle 08.00 o 08.30, ma verificate con ogni struttura gli orari esatti. La colazione può variare molto da un luogo all'altro. Le strutture con cui lavoriamo di solito servono una colazione continentale che comprende pane, burro, conserve, dolci, tè e caffè. Molte strutture servono altri prodotti per la colazione, come cereali, yogurt, formaggio, prosciutto e frutta. Non sempre la colazione è a buffet; è possibile che vi venga servita al vostro tavolo. In questo caso, chiedete al padrone di casa cosa è incluso e se ci sono extra da pagare sul posto.

Picknick o pranzo
Le provviste per il pranzo possono essere acquistate nei negozi dei villaggi lungo il percorso oppure si può ordinare il pranzo al sacco presso la struttura ricettiva (ricordandosi di farlo la sera prima). La maggior parte dei negozi chiude normalmente dalle 12:00 alle 14:00/15:00. Lungo alcuni percorsi si trovano bar/ristoranti che di solito sono aperti a pranzo dalle 12:00 alle 14:00.
ATTENZIONE: molti bar, panetterie e ristoranti sono chiusi la domenica e il lunedì.

Pasto serale
Consultate la sezione "Incluso" per un elenco dei pasti inclusi nel vostro pacchetto. Le strutture ricettive che abbiamo selezionato dispongono di un proprio ristorante o di uno disponibile nelle vicinanze. Alcune sere avrete la possibilità di avventurarvi in città e scegliere tra una selezione di ristoranti di stili e standard diversi. I ristoranti sono generalmente aperti per la cena dalle ore 19:00 alle 21:00.
Nota: potreste soggiornare in un piccolo villaggio che non offre molte opzioni/ristoranti per la cena (soprattutto il

lunedì e la domenica, poiché molti ristoranti sono chiusi).
Questo è anche il motivo per cui in alcuni casi includiamo le cene nel vostro pacchetto.

Vegetariani e altre esigenze alimentari
Se siete vegetariani o avete esigenze dietetiche particolari, siete pregati di comunicarlo al ristorante con la dicitura "Je suis végétarien(ne)", in modo che possano suggerirvi e prepararvi qualcosa di appropriato.

I vegetariani non troveranno molti piatti principali "plat principal", in quanto si tratta per lo più di carne o pesce, ma troveranno quasi sempre un antipasto vegetariano "hors d'oeuvres" e primi piatti "entrées", che possono includere insalate sostanziose, verdure, formaggi e uova. Si noti che alcuni piatti a base di verdure possono essere "vegetariani" perché spesso sono preparati con carne o pesce, ad esempio insalata mista con tonno, ceci con salsiccia o frittata con prosciutto. Se avete bisogno di specificare, potete chiedere "s'il vous plaît: pas de poisson, pas de viande (niente pesce, niente carne)".

Le mance
In generale la mancia non è inclusa nel conto. Per un buon servizio è gradita una mancia del 5% o un po' di più per un servizio eccellente.

Viaggiare in treno con la bicicletta

Durante le vostre vacanze in bicicletta in Francia, potrebbe capitare di dover viaggiare in treno con la vostra bicicletta. In particolare, quando si raggiunge direttamente punto di partenza del viaggio o quando si torna dalla destinazione.

Di seguito troverete informazioni e consigli utili per viaggiare in treno con la vostra bicicletta in Francia.

1. Le condizioni per il trasporto delle biciclette

In Francia, le condizioni di trasporto delle biciclette variano a seconda del tipo di treno (regionale - TGV, intercity, OUIGO, ecc.), della regione e della stagione.

In alcuni casi è possibile portare a bordo gratuitamente la propria bicicletta non montata (di solito sui treni regionali). In altri casi, dovrete prenotare uno spazio a pagamento per la vostra bicicletta non montata (generalmente sui treni TGV, intercity e OUIGO).

Attenzione: non tutte le biciclette sono accettate sui treni SNCF. Non sono ammesse biciclette reclinabili, tricicli, tandem e tutti i tipi di rimorchi.

Di seguito troverete i dettagli e le procedure di imbarco per ogni tipo di treno.

2. Viaggiare con la bicicletta sui TER (treni regionali)

In generale, le condizioni per viaggiare con la bicicletta su un treno TER sono le seguenti :

- Servizio gratuito.
- Possibilità di viaggiare con una bicicletta non montata.
- Non è necessario prenotare un posto particolare.
- Biglietto TER: quando si cerca il biglietto del treno, non si deve selezionare l'opzione "prenota un posto per una bicicletta non montata" - altrimenti i biglietti TER non appariranno.

Si prega di notare :

- La possibilità di portare con sé la bicicletta è soggetta alla disponibilità di posti sul treno. Si consiglia di evitare le ore di punta.
- A seconda della stagione e della regione, questo servizio non è disponibile gratuitamente. Vi invitiamo a visitare il **sito web del sncf.**

3. Viaggiare con la bicicletta sui TGV e sui treni intercity INOUI

In generale, quando si viaggia in TGV INOUI o in treno intercity, ci sono 2 possibilità :

- Bicicletta non smontata: servizio a pagamento (10 €) - accessibile solo su prenotazione - la bicicletta deve essere inserita in una custodia e riposta negli spazi bagagli del treno.
- Bicicletta smontata in una custodia (dimensioni massime 130 x 190 cm): servizio gratuito - non è necessaria la prenotazione.

Attenzione : per le linee Intercity notturne è obbligatorio prenotare un posto dedicato - servizio a pagamento (10 €).

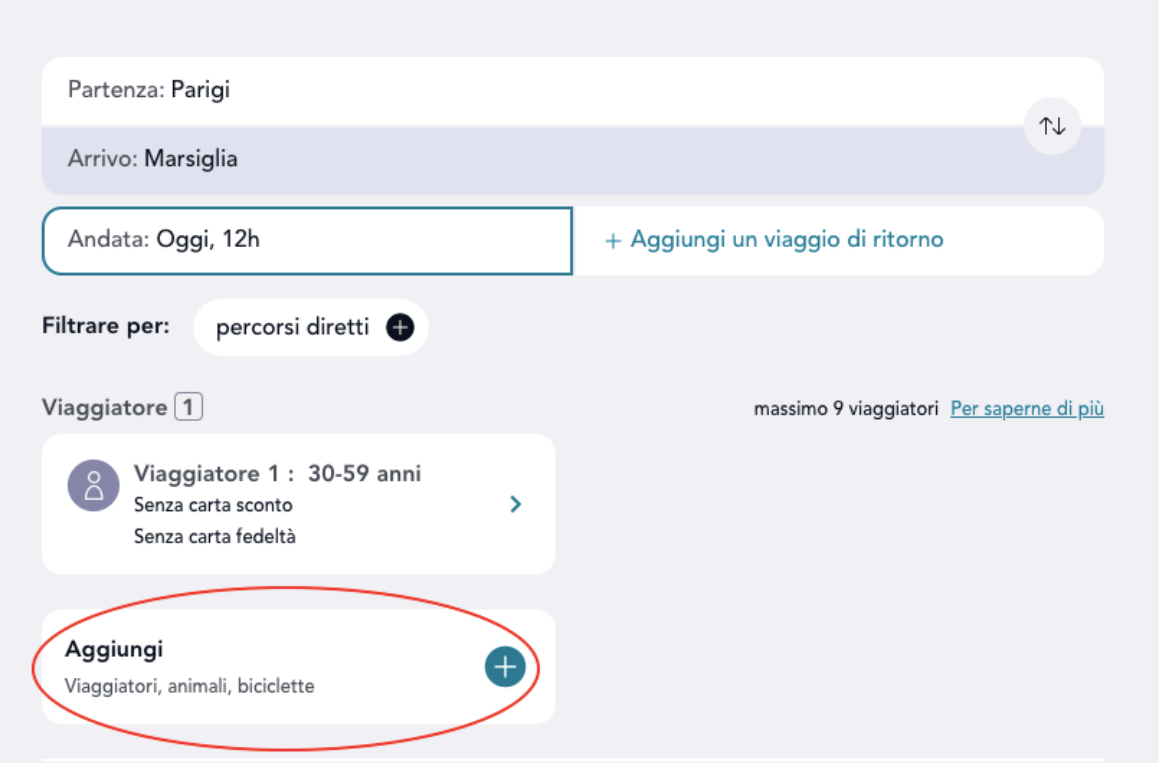
4. Viaggiare con la bicicletta su un treno OUIGO

In generale, quando si viaggia su un treno OUIGO (OUIGO Train Classique e OUIGO Grande Vitesse), le condizioni sono :

- Le biciclette devono essere smontate e inserita in una custodia (dimensioni massime 90 cm x 130 cm).
- Servizio a pagamento: è necessario sottoscrivere l'opzione "bagaglio aggiuntivo" al momento dell'acquisto del biglietto.
- La bicicletta deve essere riposta negli spazi bagagli del treno.

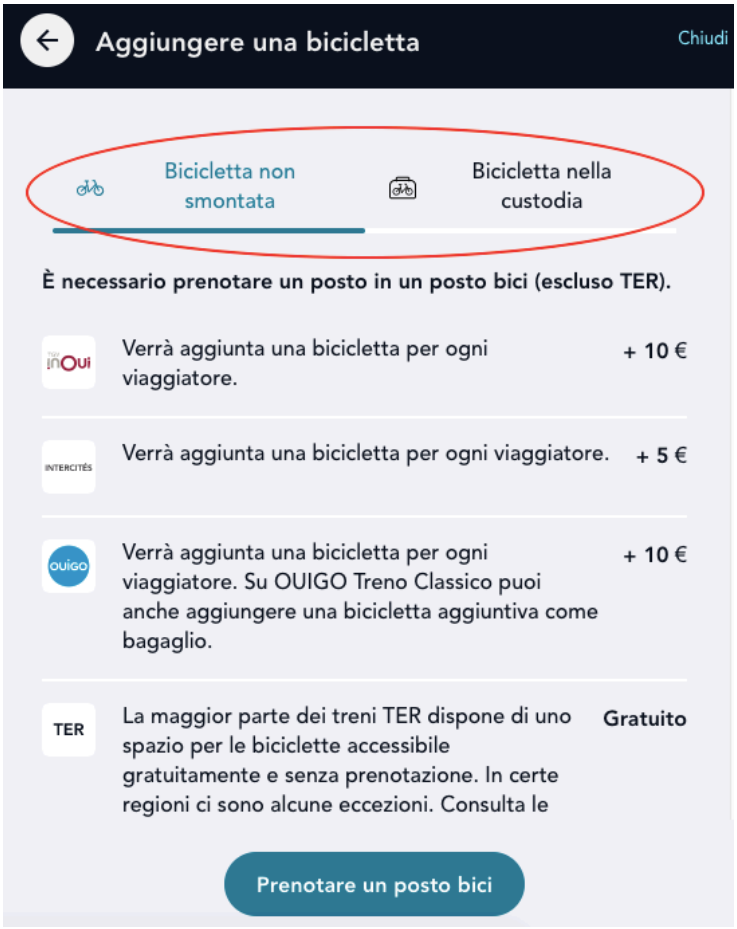
5. Come si prenota un posto bici in treno?

- Andate sul **sito web della SNCF**, sull'applicazione mobile o direttamente alla stazione.
- Una volta sul sito, inserite la vostra destinazione e cliccate su "aggiungi" e "biciclette". Poi "aggiungere una bicicletta".

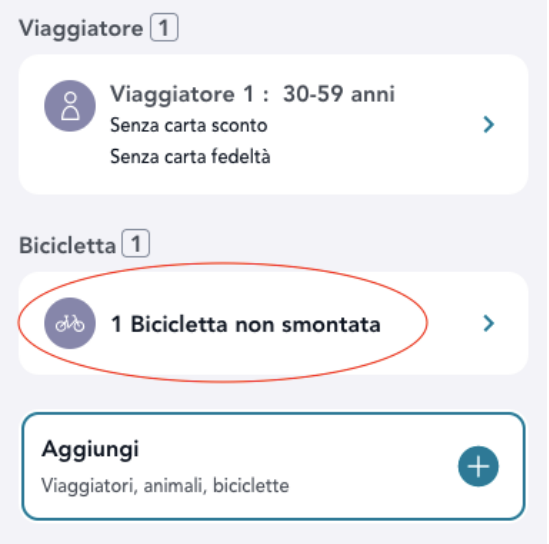




- Poi scegliete la vostra "offerta bici" (bici non smontata - bici nella custodia).



- Il numero di biciclette sarà automaticamente adattato al numero di passeggeri (2 passeggeri = 2 biciclette).
- **Attenzione: se la ricerca di un biglietto con un posto per biciclette non produce alcun risultato, significa che il treno non dispone di un posto dedicato o che non ci sono più posti disponibili.**
- Una volta prenotato il biglietto, se si desidera cambiare solo il posto bici in un secondo momento, è necessario modificare l'intera prenotazione del biglietto del treno e del biglietto bici.
- Per assicurarsi di aver prenotato il biglietto del treno con una bicicletta, verificare nella conferma di viaggio se compare l'icona della bicicletta.



6. Il nostro consiglio

- Si consiglia vivamente di **scaricare l'applicazione mobile sncf** prima della partenza.
- Arrivare alla stazione 30 minuti in anticipo.
- Chiedete ai controllori se possono dirvi se c'è un ascensore o un accesso facilitato alle piattaforme (a volte gli ascensori sono nascosti).
- Evitare le ore di punta (soprattutto per i TER con servizio gratuito).
- Non prendete l'ultimo TER (perché se è pieno, potrebbe esservi negato l'accesso alla bicicletta).

Cosa portare

Essendo il servizio di trasporto bagagli compreso all'interno di questo viaggio, mentre viaggiate dovrete portare con voi solo il necessario per la giornata. Ricordatevi di portare acqua in abbondanza (almeno 1,5-2 litri per persona), cappello, occhiali, crema solare, key-way, felpa, telefono, kit di primo soccorso, pranzo e snacks. Portate una scorta di acqua in più se la giornata è particolarmente calda o ventilata. Vi suggeriamo di portare solo ciò che è indispensabile, per evitare di appesantire le valige che dovrete trasportare nelle camere a fine tappa. Tenete presente che non tutte le strutture hanno a disposizione una lavanderia a gettoni, soprattutto in campagna: in questo caso dovrete lavare i vostri capi a mano.

Portate dell'acqua in più se il tempo è particolarmente ventoso o caldo.

La seguente è una guida all'abbigliamento e all'equipaggiamento raccomandati per questo particolare viaggio, senza fare riferimento ad altre attività o viaggi che potreste aver programmato in Europa.

Mappe

Riceverete un set di mappe create appositamente per questo viaggio. Su ogni mappa è segnato un solo itinerario. I percorsi sono stati tracciati sulle mappe nel modo più accurato possibile, utilizzando le tracce GPS ottenute durante la creazione del percorso. Tuttavia, le mappe fornite con le descrizioni degli itinerari sono da considerarsi una GUIDA GENERALE, in quanto non sono di qualità topografica. Per avere mappe dettagliate della zona, è possibile acquistare le proprie mappe online (vedere, ad esempio, www.mapsworldwide.com o Cartes IGN - Fédération Française de la Randonnée Pédestre (ffrandonnee.fr). Consigliamo le cartine IGN.

Bussola / Contapassi

Le istruzioni presenti nell'itinerario richiedono l'uso di una bussola. Le distanze sono segnalate in chilometri.

Farmaci

È vostra responsabilità portare la quantità sufficiente di farmaci di cui necessitate e trasportarli nel bagaglio a mano quanto siete in viaggio.

Kit di pronto soccorso

Vi consigliamo di portare:

- Crema solare, burro cacao e crema doposole.
- Cerotti per le vesciche.
- Pastiglie per la gola, caramelle, mentine.
- Antistaminici.
- Salviette umidificate o gel antibatterico.
- Pastiglie per mal di testa.
- Cerotti, fascia elastica, tutore per caviglia o polso.
- Insetticida e antizanzare.
- Taglia unghie
- Vaselina

IMPORTANTE:

Le compagnie aeree non permettono di portare liquidi a bordo per più di 100ml (alcune applicano eccezioni – contattate la compagnia per informazioni dettagliate). Tutti i liquidi che portate a bordo devono essere posti in una busta di plastica facilmente apribile per eventuali ispezioni. Coltellini, forbici, tagliaunghie e contenitori più grandi di 100ml non possono essere portati a bordo.

Saponi e detergenti

Portate i vostri detergenti personali incluso, sapone, dentifricio, spazzolino ecc.

Kit da cucito

Un kit da cucito poco ingombrante può essere utile.

Snacks

Vi consigliamo snack leggeri ed energetici come noccioline, frutta secca e cioccolato: sono ottime scorte di energia. Se state seguendo una specifica dieta vi consigliamo di portare i vostri prodotti, perché non tutte le strutture potrebbero offrire ciò di cui avete bisogno.

Libri, giornali, carte da gioco

Un libro leggero, una rivista o un giornale sono un ottimo passatempo per la sera o le pause nel corso della giornata.

Bastoncini da trekking

Vivamente consigliati. Se soffrite di mal di schiena o alle ginocchia sono indispensabili!

Scarpe

L'importanza di avere un buon paio di scarpe è primaria. Vi invitiamo ad indossare scarpe robuste e di buona qualità, in grado di affrontare le diverse tipologie di terreno. Leggeri, resistenti all'acqua, traspiranti e con una buona protezione per le caviglie.

Scarpe da tennis/sandali

Vi consigliamo di portare con voi un paio di scarpe da tennis o sandali di buona qualità, da indossare la sera e durante le pause in cammino.

Calze e intimo

Portate delle calze di buona qualità, traspiranti e che asciugano velocemente. Ricordate di testarle prima di portarle in viaggio, per valutarne la comodità con gli scarponi. Portate una quantità di intimo sufficiente: tenete presente che le lavanderie a gettoni non sono garantite in tutte le strutture.

Maglie e pantaloni

Vi consigliamo di indossare pantaloni e pantaloncini comodi e magliette traspiranti: asciugano rapidamente, non assorbono umidità e sono acquistabili in molti negozi. Vi consigliamo di portare un paio di pantaloni larghi a indossare la sera. I pantaloncini sono utili in giornate particolarmente calde e umide.

Giacche a vento, cappello, guanti

Consigliamo di portare indumenti caldi specialmente per la sera, in primavera e in autunno. Assicuratevi che siano adatti alle vostre esigenze: una giacca a vento leggera va bene anche per le sere d'estate. Se camminate in montagna o sulla costa, il tempo è imprevedibile anche d'estate: dovete quindi essere preparati ad ogni condizione atmosferica: nebbia, neve, pioggia, grandine. Vi consigliamo di avere sempre a portata di mano un paio di guanti e un cappello.

Zaino da giorno

Quando si cammina
È essenziale portare con sé il materiale necessario ogni giorno. È preferibile una capacità minima di 25 L, con una buona imbracatura per i fianchi.

In bicicletta
La vostra bicicletta a noleggio sarà dotata di una borsa da ciclismo anteriore e/o di borse posteriori, per trasportare l'attrezzatura necessaria ogni giorno. I fornitori di biciclette a noleggio non forniscono specchietti e gel da sella. Se siete abituati a pedalare con questi accessori, vi consigliamo di portarli con voi.

Cosa mettere nello zaino

- La seguente lista può aiutarvi a scegliere cosa portare con voi nelle vostre escursioni giornaliere:
- Documentazione di viaggio
- Guida
- Voucher con le informazioni degli hotel
- Mappe
- Bussola
- Cellulare carico
- Kit primo soccorso
- Acqua
- Pranzo al sacco, coltello, cucchiaio bicchiere
- Key-way
- Abbigliamento caldo
- Guanti leggeri
- Asciugamano
- Cappello
- Crema solare
- Occhiali da sole
- Macchina fotografica
- Batterie

Giacche e pantaloni impermeabili

Se venite colti da una pioggia improvvisa e indossate il key-way, dovreste rimanere asciutti. Sfortunatamente non tutti sanno che questi capi impermeabili si deteriorano con il tempo, perdendo qualità ed efficacia. In media durano tra 3 e 5 anni. Vi consigliamo di portare key-way con il cappuccio e pantaloni impermeabili con le zip ai lati, facilmente indossabili anche con gli scarponi.

Codice di abbigliamento

Quando entrate nelle chiese o in luoghi di culto dovete indossare un abbigliamento appropriato: in molti di questi luoghi non sono accettati pantaloncini e canottiere. Vi consigliamo di portare una un telo per coprirvi le spalle (utile anche per evitare le scottature).

Macchina fotografica

Come regola generale, portate le lenti che usate normalmente. Trattandosi di una vacanza attiva, sia essa in bicicletta o a piedi, dovete tenere in considerazione il peso degli accessori che portate con voi. Se comprate una macchina fotografica nuova, sperimentatela prima di partire.

Batteria

Se decidete di portare una sola batteria, assicuratevi che sia sempre completamente carica.

Bagagli

Trasporto bagagli

Se avete prenotato il servizio di trasporto bagagli, questo viene effettuato dalla struttura stessa oppure da un trasportatore locale (spesso un taxi).

Tutti i bagagli devono essere **chiaramente etichettati con il nome del referente principale della prenotazione**.
I bagagli **non etichettati non verranno trasportati**.

Una corretta etichettatura aiuta a evitare smarrimenti, ritardi e scambi di bagagli.
Se non avete ricevuto etichette per bagagli dalla vostra agenzia, dovrete portarle con voi.

Indicate chiaramente **quanti bagagli appartengono al nome del referente principale**, in modo che l'addetto al trasporto sappia quanti colli ritirare e consegnare.
Esempio:

- Gruppo di quattro persone con un bagaglio ciascuno: **1/4 – 2/4 – 3/4 – 4/4**
- Viaggiatore singolo con un bagaglio: **1/1**

Ogni mattina chiedete al personale dell'hotel dove lasciare i bagagli.
I bagagli devono essere pronti **entro le 09:00**.
Per i viaggi sul Cammino e sul Monte Bianco valgono altre regole.

Nel pomeriggio, i bagagli vengono normalmente consegnati presso l'alloggio successivo **entro le 18:00**, spesso **prima delle 17:00**.

Consigliamo vivamente di portare con voi uno **zaino giornaliero** con l'essenziale (cambio di vestiti, costume da bagno, medicinali), nel caso ne abbiate bisogno prima dell'arrivo del bagaglio principale.

Regole generali sui bagagli

- È consentito il trasporto di **1 solo bagaglio per persona**
- Peso massimo: **15–20 kg** (verificate i vostri documenti di viaggio)
- Dimensioni massime: **65 × 40 × 30 cm**

Se viaggiate con più di un bagaglio, è necessario segnalarlo **al momento della prenotazione**. È previsto un supplemento.

Se il bagaglio supera i limiti di peso o dimensione, potrà essere applicato un **supplemento significativo**.
I bagagli non etichettati **non verranno trasportati**.

Regole speciali per alcuni viaggi

Viaggi sul Cammino (Camino)

- Massimo **1 valigia o borsa da viaggio (13 kg)**
- Bagagli aggiuntivi o superiori a 13 kg **non verranno trasportati**
- Non fissate oggetti al bagaglio principale: potrebbero andare persi o danneggiarsi

Se viene riscontrato un bagaglio in eccesso e c'è spazio nel veicolo, il conducente può decidere di trasportarlo.
In tal caso riceverete un link di pagamento via e-mail per saldare immediatamente con carta di credito.

Se il pagamento non viene effettuato subito, il bagaglio **non sarà trasportato**.

Viaggi Tour du Mont Blanc

- Massimo **1 borsa da viaggio (15 kg)**

Informazioni aggiuntive

Se in un determinato giorno non siete in grado di camminare o pedalare, potete chiedere al responsabile del trasporto bagagli se è possibile viaggiare con il veicolo.
Questo **non è sempre possibile** e può comportare un **supplemento locale**.

Nota bene:

- Il veicolo potrebbe non essere adatto al trasporto di passeggeri
- Il trasportatore potrebbe non disporre delle autorizzazioni o assicurazioni necessarie
- Se applicabile, informatevi anche sul **trasporto della bicicletta**

Quando viaggiate con i **mezzi pubblici**, dovrete sempre portare con voi il vostro bagaglio.

Responsabilità in bicicletta

Viaggiare con la propria bicicletta

Se preferisci viaggiare con la tua bicicletta, tieni presente questi consigli:

- Fai revisionare completamente la bici da un meccanico qualificato prima della partenza.
- Monta pneumatici antiforatura e, se possibile, con banda riflettente laterale per una migliore visibilità di lato.
- Verifica che la tua assicurazione di viaggio o per la bici copra la bicicletta contro perdita, furto e danni, sia durante il trasporto che durante il tour.
- Porta con te un kit di riparazione di base (camere d'aria, leve copertone, multitool), poiché l'assistenza dei nostri fornitori è pensata per le biciclette a noleggio.

Ti ricordiamo che né noi né i nostri fornitori siamo responsabili per le biciclette personali durante il tour.

Controllo della bici prima della partenza (bici a noleggio o propria)

Prima di partire, ti consigliamo di dedicare qualche minuto a verificare che la tua bici sia pronta per la giornata:

- **Batteria:** se utilizzi una e-bike, assicurati che la batteria sia completamente carica. Ti consigliamo di ricaricarla ogni sera — l'autonomia varia in base al terreno, al tuo stile di guida e al livello di assistenza selezionato. **Porta il caricabatterie nella borsa nel caso serva ricaricare durante la giornata.**
- **Pneumatici:** controlla che entrambe le gomme siano gonfiate correttamente.
- **Freni:** testa entrambi i freni per assicurarti che frenino bene.
- **Luci:** controlla che le luci anteriore e posteriore funzionino, soprattutto se potresti pedalare in condizioni di scarsa visibilità.
- **Controllo generale:** ispeziona la bici per verificare che non ci siano parti allentate o rotte.
- **Accessori:** assicurati di avere tutto il necessario — lucchetto, kit di riparazione, borse o borsoni.

La tua bici a noleggio si trova solitamente nel deposito bici della struttura in cui alloggi. Chiedi informazioni alla reception.

Per qualsiasi domanda sull'uso della tua e-bike — batteria, livelli di assistenza motore o altre funzioni — contatta prima di tutto direttamente il fornitore. Troverai i suoi contatti nei documenti di viaggio.

Attrezzatura

Per qualsiasi domanda sull'attrezzatura necessaria per questo viaggio, contattaci pure. Ti consigliamo di acquistare l'attrezzatura presso un negozio di biciclette o sport all'aria aperta affidabile, dove potrai anche ricevere consigli professionali.

Biciclette a noleggio

Ti verrà fornito:

- Un casco da ciclismo (a meno che al momento della prenotazione non venga specificato che porti il tuo)
- Lucchetto
- Pompa
- Camera d'aria di scorta
- Kit di riparazione forature

Porta con te:

- Porta-cellulare
- Giubbotto ad alta visibilità
- Se vuoi, puoi portare la tua sella in gel per maggior comfort
- Occhiali da ciclismo (protezione da polvere, insetti, pollini, sole, ecc.)
- Guanti da ciclismo (imbottiti per maggior comfort)
- Borraccia riutilizzabile o sistema di idratazione (es. camelbak o platypus)
- Le biciclette a noleggio sono dotate di pedali piatti standard. Su alcuni viaggi sono disponibili pedali automatici SPD **su richiesta** — faccelo sapere prima della prenotazione se li desideri o se porti i tuoi.

Se viaggi con la tua bicicletta

Non dimenticare di portare:

- Casco
- Kit di riparazione forature
- Porta-cellulare
- Giubbotto ad alta visibilità
- Occhiali da ciclismo (protezione da polvere, insetti, pollini, sole, ecc.)
- Guanti da ciclismo (imbottiti per maggior comfort)
- Borraccia riutilizzabile o sistema di idratazione (es. camelbak o platypus)

Abbigliamento

- I tessuti dai colori vivaci e ad asciugatura rapida sono l'ideale — ti mantengono visibile, comodo e asciutto per tutta la giornata.
- Per pedalare consigliamo pantaloncini o calzamaglia imbottiti, una maglietta traspirante con colletto per la protezione solare e almeno un capo a maniche lunghe.
- Una giacca da ciclismo impermeabile è vivamente consigliata.
- Vale sempre la pena portare uno strato leggero antivento, anche nelle giornate calde.
- Per le visite, pantaloni larghi ad asciugatura rapida sono pratici e versatili. I pantaloni convertibili (zip-off) sono molto apprezzati perché vanno bene sia in bici sia per passeggiare in città e nei borghi.

Calzature

- Le scarpe con suola rigida sono le migliori per pedalare, perché trasferiscono la forza sui pedali in modo più efficiente e riducono l'affaticamento — un aspetto tanto più importante quanto più lungo e impegnativo è il percorso giornaliero.

- Se porti scarpe a sgancio rapido con tacchette SPD, tieni presente che le tacchette sporgenti non sono adatte a un viaggio che prevede anche camminate su strade acciottolate o visite a chiese e ristoranti. Un secondo paio di scarpe comode, sneakers o sandali per i momenti fuori dalla bici vale bene lo spazio extra nella borsa.
- Qualunque calzatura scegli, tieni i lacci corti — infila le estremità dentro la scarpa o il calzino per evitare che si impiglino nella catena o nei raggi.

Sicurezza

Indicazioni generali

- Usa sempre buon senso e prudenza. Presta sempre attenzione alle situazioni potenzialmente pericolose (terreno difficile, dirupi, condizioni meteo mutevoli, ecc.).
- Fai sempre attenzione ai pedoni e diffida delle portiere delle auto, che a volte vengono aperte senza controllare se arrivano ciclisti.
- Agli incroci, cerca di stabilire un contatto visivo con chi è alla guida.
- Evita di pedalare di notte oppure usa le luci, e ricordati di indossare il giubbotto ad alta visibilità.

Guidare a destra

- In Francia si circola **a destra**.
- Tieni sempre **la destra** e resta particolarmente vigile agli incroci, ai bivi e quando attraversi strade principali. È facile dimenticarlo dopo un lungo tratto di campagna tranquilla — soprattutto se sei abituato a guidare o pedalare a sinistra.
- Agli incroci, avvicinati lentamente, controlla attentamente il traffico proveniente da sinistra e, in caso di dubbio, scendi dalla bici e usa l'attraversamento pedonale più vicino.

Tecnica di frenata

- Aziona entrambi i freni contemporaneamente e con delicatezza, mai bruscamente. In discesa, usa entrambi i freni per rallentare prima di affrontare una curva.
- Non frenare in modo continuo: i freni potrebbero surriscaldarsi e smettere di funzionare.
- Presta attenzione con pioggia e strade bagnate: l'acqua sui cerchioni può compromettere la frenata, rendendo più difficile fermarsi. Aziona leggermente i freni per pulire e asciugare i cerchioni PRIMA di doverti fermare, e mantieni una distanza di frenata maggiore in condizioni di bagnato.

Noleggio (e)biciclette e istruzioni

Queste condizioni si applicano a tutti i noleggi di biciclette organizzati da noi nell'ambito del tuo viaggio in autonomia. La bicicletta e l'attrezzatura sono fornite da uno dei nostri partner locali di noleggio ("il fornitore"). Accettando un noleggio, accetti le condizioni riportate di seguito. Potrebbe inoltre esserti chiesto di firmare un accordo integrativo specifico del fornitore al momento del ritiro.

Il fornitore si impegna a fornirti un'attrezzatura ben mantenuta e idonea alla circolazione, e ad assisterti prontamente in caso di problemi meccanici.

1. Attrezzatura e proprietà

La bicicletta e tutti gli accessori (lucchetto, casco se fornito, borse, ecc.) rimangono di proprietà del fornitore per tutta la durata del noleggio. Chi noleggia non può vendere, subaffittare, prestare o comunque trasferire l'attrezzatura a terzi.

2. Condizioni e controllo prima della partenza

Prima di partire, devi controllare la bicicletta e tutti gli accessori e confermare che siano in buono stato di funzionamento. **Qualsiasi danno, difetto o elemento mancante deve essere segnalato immediatamente al fornitore — prima dell'inizio del noleggio.** Iniziando il viaggio, confermi di aver ricevuto l'attrezzatura in condizioni soddisfacenti.

3. Uso corretto

Ti impegni a utilizzare l'attrezzatura in modo responsabile e nel rispetto di tutte le leggi applicabili. In particolare, non devi:

- guidare sotto l'effetto di alcol o droghe
- utilizzare la bici fuori strada o su terreni per cui non è destinata
- trasportare passeggeri, a meno che la bici non sia specificamente progettata per farlo
- superare eventuali limiti di peso indicati dal fornitore
- consentire ad altre persone di usare la bici senza il previo consenso del fornitore

Devi pedalare con la dovuta attenzione e prudenza, per la tua sicurezza e per quella degli altri.

Sezione 3a — Biciclette elettriche

Se l'attrezzatura noleggiata comprende una bicicletta elettrica, si applicano anche le seguenti condizioni aggiuntive:

Cura della batteria
Sei responsabile della ricarica della batteria, utilizzando esclusivamente il caricabatterie fornito e seguendo le istruzioni del fornitore. La batteria deve essere ricaricata in uno spazio interno asciutto e ventilato — mai all'aperto, alla luce diretta del sole o vicino a materiali infiammabili.

Danni alla batteria
Le batterie delle e-bike sono componenti di grande valore. Eventuali danni derivanti da una ricarica non corretta, dall'uso di un caricabatterie non idoneo, da urti, dall'immersione in acqua o dal mancato rispetto delle istruzioni del fornitore potranno esserti addebitati come costo di riparazione o sostituzione. Il costo di sostituzione di una batteria varia generalmente tra 400 € e 900 € a seconda del modello.

Autonomia e prestazioni
L'autonomia della batteria varia in base al terreno, al tuo stile di guida, alle condizioni meteo e al livello di assistenza motore selezionato. Ti consigliamo di ricaricare la batteria ogni sera, anche se non è completamente scarica.

Segnalazione di guasti
Se noti un comportamento insolito — ad esempio calore eccessivo, mancata ricarica o una perdita di autonomia imprevista — smetti immediatamente di usare la bici e contatta il fornitore. Non provare a riparare o aprire tu stesso la batteria.

4. Caschi e giubbotti ad alta visibilità

Secondo la legge francese, l'uso del casco è obbligatorio per i bambini sotto i 12 anni (sia alla guida che come passeggeri). Per i ciclisti dai 12 anni in su, il casco non è attualmente obbligatorio per legge, ma è vivamente consigliato. Incoraggiamo tutti i partecipanti a indossare il casco per tutta la durata del viaggio.

Secondo la legge francese, il giubbotto ad alta visibilità è obbligatorio quando si pedala di notte o in condizioni di scarsa visibilità.

5. Sicurezza

La bici deve essere sempre bloccata con il lucchetto fornito quando non viene utilizzata — anche di notte presso il tuo alloggio. Blocca sempre il telaio (non solo la ruota) a un oggetto fisso e inamovibile.

6. Segnalazione di guasti, furti o smarrimenti

In caso di guasto, furto, smarrimento o incidente, **devi contattare il fornitore il prima possibile.** I recapiti sono indicati nei documenti di viaggio. Ti chiediamo inoltre di conservare eventuali rapporti di polizia o numeri di riferimento, che potrebbero essere necessari in caso di reclamo.

In caso di guasto meccanico non dovuto a un uso improprio, il fornitore organizzerà la riparazione o la sostituzione nel minor tempo ragionevolmente possibile.

7. Danni e responsabilità

7.1 La tua responsabilità

Sei responsabile della cura della bici e di tutti gli accessori per l'intera durata del noleggio. Il fornitore può addebitare i costi per i danni derivanti da uso improprio, negligenza o mancato rispetto di queste condizioni.

I viaggi in bicicletta comportano terreni e condizioni variabili. Sei responsabile di pedalare secondo le tue capacità, rispettare il codice della strada e mantenere sempre la dovuta prudenza. Né noi né il fornitore possiamo essere ritenuti responsabili per lesioni o perdite derivanti da tue azioni o decisioni durante la pedalata.

7.2 Furto, smarrimento o danno grave

In caso di furto, smarrimento o danno tale da rendere la riparazione economicamente non conveniente, il fornitore potrà ritenerti responsabile del valore di sostituzione dell'attrezzatura. I valori di sostituzione variano generalmente tra 650 € e 3.500 € a seconda del tipo e del modello di bicicletta.

7.3 Assicurazione

Ti consigliamo vivamente di verificare se la tua assicurazione di viaggio copre:

- danni accidentali a una bicicletta noleggiata
- furto di una bicicletta noleggiata
- infortuni personali e spese mediche
- responsabilità civile verso terzi durante l'uso della bici

7.4 Limitazione di responsabilità

Il fornitore non è responsabile per danni, lesioni o perdite derivanti da un uso improprio dell'attrezzatura, dal mancato rispetto di queste condizioni, o da circostanze che sfuggono al suo ragionevole controllo.

8. Restituzione dell'attrezzatura

La bici e tutti gli accessori devono essere restituiti nel luogo concordato entro l'orario concordato, nelle stesse condizioni in cui sono stati ricevuti.

Restituzione in ritardo
Se la bici o le bici non vengono restituite entro l'orario indicato nella conferma di prenotazione, continueranno a maturare le spese di noleggio, oltre a una penale di 25 € al giorno per il ritardo. Ci riserviamo inoltre il diritto di richiedere il rimborso di eventuali costi o perdite aggiuntivi causati dalla restituzione tardiva.

9. Requisiti di età

Le biciclette possono essere noleggiate solo a persone di età pari o superiore a 18 anni.

Il noleggio a persone minori di 18 anni è subordinato alla previa autorizzazione scritta di un genitore o tutore legale e al consenso esplicito del fornitore. Questa autorizzazione deve essere predisposta prima dell'inizio del noleggio.

Il fornitore non si assume responsabilità per i minori durante il periodo di noleggio; la responsabilità è a carico del genitore o tutore legale.

10. Legge applicabile

Queste condizioni sono disciplinate dalla legge francese. Eventuali controversie derivanti dal contratto di noleggio saranno di competenza dei tribunali francesi.

Domande? Se prima o durante il tuo viaggio hai dubbi su una di queste condizioni, contattaci direttamente — siamo qui per aiutarti.

Responsabilità in cammino

In un viaggio in libertà la sicurezza di chi viaggia dipende dal buonsenso e dalla attenzione dei partecipanti.

S-Cape Partners ha molto a cuore la vostra sicurezza e fa del suo meglio per consegnarvi informazioni corrette, dettagliate e aggiornate degli itinerari.

E' molto importante che ogni partecipante sia cosciente delle proprie responsabilità in viaggio, seguendo le informazioni e usando il buonsenso. Camminando, siete responsabili delle scelte e delle azioni che decidete di fare. A volte può capitare di camminare su superfici diverse (sconnesse, umide, fangose, scivolose, rocciose ecc.) che rappresentano sfide da non sottovalutare.

In queste situazioni essere prudenti e avere buonsenso è di massima importanza: alcuni itinerari possono infatti diventare pericolosi e insicuri per chiunque non porga sufficiente attenzione, non sia vestito in maniera appropriata e non abbia una preparazione tecnica e psicologica necessaria. Gli itinerari in programma seguono percorsi ufficiali. Su questi itinerari sono presenti zone in cui i sentieri incrociano corsi d'acqua. Spesso NON troverete ponti per attraversare i guadi, in quanto sono facilmente superabili con gli scarponi, o saltando tra una roccia e l'altra. La profondità dei corsi d'acqua può aumentare nelle stagioni primaverili e autunnali, o in caso di forti piogge: in questi casi vi consigliamo di togliere gli scarponi e di attraversare il guado solo se il livello dell'acqua arriva alle vostre ginocchia o poco più in alto. Le rocce nel letto del fiume sono scivolose, fate molta attenzione quando attraversate e se avete i bastoncini utilizzateli per mantenere l'equilibrio. Consigliamo di camminare in acqua piuttosto che sulle rocce, soprattutto se sono bagnate e scivolose

Con il noleggio della bicicletta vengono forniti un casco, un antifurto, una pompa, una camera d'aria di ricambio e un kit per la riparazione delle forature con una leva per pneumatici.

Sicurezza

Siate sempre prudenti mentre viaggiate, in particolare in situazioni potenzialmente pericolose (terreno difficile, pendii, cambiamenti meteorologici).

Segnaletica e segnali

Prestate però particolare attenzione alle segnalazioni presenti lungo gli itinerari, che potrebbero indicarvi recenti modifiche non ancora inserite nella vostra documentazione.

Intersezioni

Anche se il percorso segue prevalentemente sentieri e strade secondarie, in alcuni punti dovrete attraversare piccoli paesini e strade principali trafficate.

Attraversamento di guadi

Di solito si può attraversare facilmente. Tuttavia, in primavera e in autunno, la profondità di alcuni torrenti può aumentare e potreste dovervi togliere gli stivali per guadare (attraverso un'acqua profonda fino alla caviglia o leggermente più alta). Non tentate mai di attraversare un torrente in cui l'acqua arriva sopra le ginocchia.

Come utilizzare la App - GUIBO

Per tutti i nostri viaggi in bicicletta e a piedi utilizziamo l'**APP GUIBO** (iOS e Android). Offre mappe dettagliate e percorsi per aiutarti a seguire il tuo itinerario, e mostra la tua posizione esatta tramite il GPS del telefono. L'app ti aiuta anche a navigare dalla fine del tuo percorso fino al tuo hotel. Questa funzione richiede una connessione internet, quindi ti consigliamo di attivare il roaming dati durante il tuo viaggio.

Scarica il manuale dell'app GUIBO Travel (PDF)

Guarda il nostro video di istruzioni di 8 minuti
Ti mostra come scaricare l'app, utilizzarla per la navigazione e sfruttarne al meglio tutte le funzionalità. Se segui le istruzioni e i consigli, l'app funzionerà senza problemi sul tuo dispositivo.

Disable adblocker to accept marketing cookies.

Feedback & recensioni

Questo programma di viaggio è stato redatto con grande cura e precisione. Tuttavia, è possibile che si verifichino piccoli cambiamenti durante la vacanza o che si notino errori non previsti al momento della stesura. Le informazioni sono fornite "così come sono" e non ci assumiamo alcuna responsabilità per eventuali perdite, lesioni o disagi subiti a causa di queste informazioni.

Se notate degli errori, vi preghiamo di comunicarcelo. Apprezziamo molto i suggerimenti, le osservazioni o i commenti che vorrete farci pervenire, certi che saranno utilizzati a beneficio dei futuri viaggiatori.

Inoltre, non esitate a condividere la vostra esperienza con la vostra famiglia e i vostri amici!

Grazie in anticipo per la vostra collaborazione.

Team S-Cape Partners France