

CAVALAIRE  
— GOLFE DE SAINT-TROPEZ —



**IN BICICLETTA**

# CASA IN BICICLETTA

Cavalaire si trova sulla V65, una pista ciclabile lunga oltre 260 chilometri che collega Sanary a Nizza. Questa vicinanza, unita a tutti gli sforzi compiuti per accogliere al meglio i visitatori in bicicletta, ha fatto guadagnare alla città il marchio Accueil Vélo.

La V65 permette di attraversare il litorale del dipartimento del Var lungo la costa o nell'entroterra, seguendo il tracciato dell'antica linea ferroviaria provenzale. In questo modo, il percorso è relativamente pianeggiante.

Per una maggiore scelta, sfogliate le proposte di tour per il Golfo di Saint-Tropez.



*Scannerizzare*





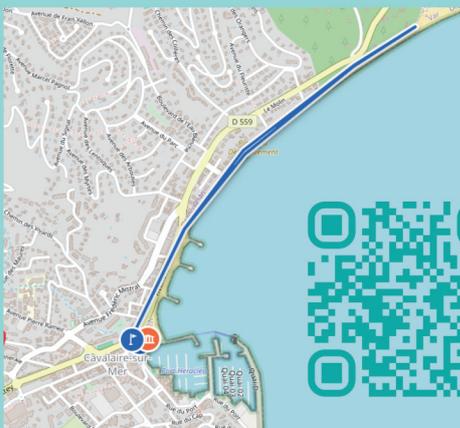
# PASSEGGIATE

Qui trovate una selezione di tour in bicicletta nel Golfo di Saint-Tropez:  
<https://www.golfe-saint-tropez-information.com/fr/circuits-a-velo>



Per i più coraggiosi, ecco una selezione di itinerari in bicicletta nel Var:  
<https://www.visitvar.fr/que-faire-var/activites-nature/velo/>

## FAHRRADWEGE

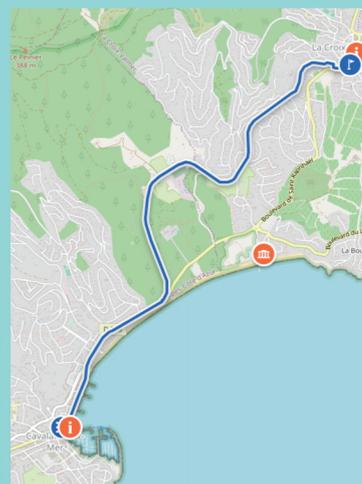


### PROMENADE DE LA MER

Difficoltà: Molto facile  
Distanza: 4,1 km  
Durata: 1 ora

### CROIX-VALMER A CAVALAIRE

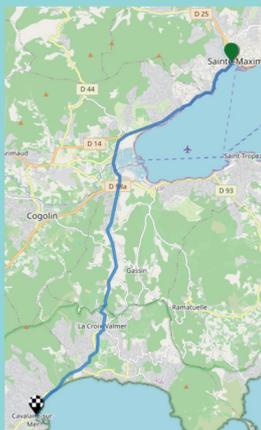
Difficoltà: Facile  
Distanza: 5,9 km  
Durata: 20 minuti



### CAVALAIRE A SAINTE-MAXIME

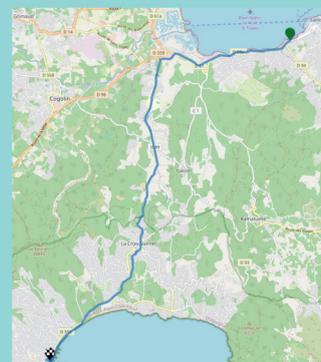


Durata: 1h15min  
Distanza : 19,8km  
Livello di difficoltà: moderato



### CAVALAIRE A SAINT-TROPEZ

Livello di difficoltà: moderato  
Distanza: 16,7 km  
Durata: 1h5min



# PUNTI ACQUA

Utilizzate questa mappa per trovare i vari punti d'acqua dove potrete rinfrescarvi o idratarvi durante il vostro tour in bicicletta.

## Strutture sanitarie e punti d'acqua

I servizi igienici sono disponibili presso la Maison de la Mer, dove si trova l'ufficio turistico:

- Uomini
- Donne e area bambini.

Questi servizi igienici sono ovviamente dotati di un punto d'acqua. Nel raggio di 300 metri, oltre a quelli della Maison de la Mer, li troviamo a :

- Sulla piazza Benjamin Gaillard
- Sulla piazza del Casinò
- Accanto alla scuola secondaria Henry Gros

Ci sono anche diversi punti d'acqua nel raggio di 300 metri:

- Espace sport promenade de la mer
- Piazza delle Arti
- Presso il liceo e la capitaneria di porto durante gli orari di apertura.

I servizi igienici pubblici della città sono evidenziati sulla mappa.



# LA MAPPA DEI PUNTI D'ACQUA

Ecco la mappa per trovare i diversi punti d'acqua nella città di Cavalaire-sur-Mer.



# PARCHEGGIO

Trovate i vari parcheggi per biciclette su questa mappa.

I vari indirizzi in cui si trovano le rastrelliere per le biciclette:

- Multisport Frais Vallon x5
- Allée de la Plage x3
- Avenue des Myrtes x5
- Promenade de la Mer x3
- Plage des Dauphins x3
- Poste de secours des Dauphins x3
- Hôtel de Ville x2
- Maison de la Mer x11
- Place Sainte-Estelle x3
- Place des Bains x2
- Gymnase Henri Gros x5
- Avenue des Alliés (Méditerranée) x2
- Avenue des Alliés (Face S2F) x2
- Avenue des Alliés (Face Optic 2000) x2
- Place de la Gare x3
- 320 Av. Pierre Rameil (Parvis École Maternelle) x3
- Boulevard Pasteur x1
- Chemin des Canissons x3
- Allée Paulin Leonelli x2
- Pardignon x10
- Bonporteau x5



## SICUREZZA IN BICICLETTA

Prima di partire in bicicletta, informatevi sulle condizioni meteorologiche e sull'accesso alle aree forestali. Portate con voi bottiglie d'acqua, copricapo e calzature adeguate per garantire la vostra sicurezza e il vostro comfort. In caso di emergenza, chiamare il numero di emergenza 112.

PER RIMANERE INFORMATI SUL  
PERICOLO DI INCENDI BOSCHIVI



PREVENZIONE DEGLI INCENDI  
BOSCHIVI

# RIPARAZIONI E LOCATORE



EL'ufficio turistico vi presterà un kit di riparazione per i danni minori.

## Il set comprende:

- Chiave per bicicletta 16 in 1 ad alta durezza,
- Mini pompa per la bicicletta,
- Pompa d'aria,
- Tubo di espansione,
- 12 toppe per pneumatici,
- 2 leve per pneumatici in metallo,
- 2 leve per pneumatici in plastica,
- 2 viti,
- 2 valvole di espansione,
- Valvola a spillo,
- Valvole di adattamento.

Inoltre, sulla V65 del lungomare sono presenti una pompa per biciclette e un kit di riparazione, in modo da poter usufruire di questi servizi 24 ore su 24.

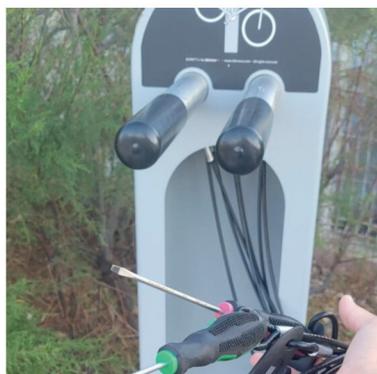
Questo kit si trova a 650 metri dall'ufficio turistico, accanto al campo sportivo.



Terminale  
self-  
service



Proprietari e  
riparatori



# TRASPORTO

## Arrivare in treno



Sulla maggior parte dei treni TER SUD Provence-Alpes-Côte d'Azur la vostra bicicletta viaggia gratuitamente, sospesa o collocata in un apposito nei limiti dello spazio disponibile.

Si prega di notare che il controllore può vietare l'accesso al treno per motivi di capienza o di sicurezza, soprattutto quando i treni TER sono molto affollati e in particolare nelle ore di punta: dal lunedì al venerdì dalle 7.00 alle 9.00 e dalle 16.30 alle 18.30.

Il trasporto di tandem, tricicli, monopattini, biciclette reclinabili e rimorchi. biciclette a 3 ruote e rimorchi attaccati alla parte posteriore di una bicicletta non è consentito.

non è consentito.

Per maggiori informazioni, contattate i consulenti della SNCF al numero verde 0 800 11 40 23 (servizio e chiamata gratuiti), tutti i giorni dalle 7.00 alle 20.00.

## In autobus **ZOU!**

Le biciclette sono ammesse nella stiva degli autobus ZOU, fino a un limite di tre o in base allo spazio disponibile. Per portare la bicicletta a bordo, appenderla alla rastrelliera o posizionarla nella stiva (si consiglia vivamente di utilizzare una copertura protettiva). Per conoscere le condizioni di trasporto delle biciclette o per prenotare, contattate il servizio clienti di ZOU! Servizio Clienti tutti i giorni dalle 7 alle 20 al numero 04 13 94 30 50.

## In taxi



*2 aziende possono prelevare i ciclisti e le loro biciclette con i loro furgoni. con i loro furgoni:*

### **TAXI LAURY'S Francia**

23, Val de Mer - 83420 La Croix-Valmer

Telefono: 04 94 55 10 12 - [www.taxi-cavalaire.com](http://www.taxi-cavalaire.com) - Email: [taxis@laurys.com](mailto:taxis@laurys.com)

Il servizio "plus" al vostro servizio 24 ore su 24. Taxi, trasporto passeggeri, collegamenti con l'aeroporto e la stazione ferroviaria per tutte le distanze, assistenza approvata, approvazione CPAM. Aperto tutto l'anno.

### **TAXI DIVERSI AUTISTI**

Résidence Maéva - BP 14 - 83580 Gassin

Telefono: 07 86 56 34 80 - Email: [sisterdrivers@gmail.com](mailto:sisterdrivers@gmail.com)

Taxi N°3 Cavalaire. Si consiglia la prenotazione. Disponibile 7 giorni su 7 durante l'estate. Aperto tutto l'anno.



# L'UFFICIO TURISTICO

**L'Ufficio del Turismo di Cavalaire sur Mer** è a vostra disposizione:

Maison de la Mer - 50, Rond-Point St Exupéry

Tel: 00 33 (0)4 94 01 92 10

contact@cavalaireurmer.fr - www.cavalaireurmer.fr

**In stagione:** da metà giugno a metà settembre: tutti i giorni, dalle 9.00 alle 19.00,

**Fuori stagione:** da lunedì a venerdì, dalle 9.00 alle 12.30 e dalle 14.00 alle 18.00 e sabato, dalle 9.00 alle 12.30.

Orari di apertura prolungati durante le vacanze scolastiche in tutte le zone.

## CONSIGLI

Alloggi: un elenco di quelli con il marchio Accueil Vélo è disponibile su richiesta presso l'Ufficio del Turismo e sul nostro sito web:

[www.cavalaireurmer.fr](http://www.cavalaireurmer.fr).



## CONSIGLI DEI VOSTRI ADDETTI ALLA RECEPTION

“ Se siete con bambini, vi consigliamo di prendere il percorso verde, la V65 verso Le Rayol. Questo tratto è relativamente pianeggiante e quindi accessibile a tutti. Inoltre, non si trova sulla strada, quindi non ci sono auto accanto (tranne i residenti). Si prega di notare che potrebbero esserci delle deviazioni a seconda dei lavori stradali.

Se volete andare verso Saint-Tropez, Port Grimaud ecc... dovete passare dalla rotonda di La Foux, dove la pista ciclabile non è segnalata. Vi consigliamo di attraversare questo punto a piedi per raggiungere con la massima attenzione la pista ciclabile, che riprende subito dopo. ”



“ Per ulteriori idee per le gite, è possibile scaricare le applicazioni HERE WE GO e VISORANDO (che funzionano interamente senza connessione e con guida vocale). ”



Dopo una bella passeggiata fino a Le Dattier lungo il sentiero del Train des Pignes, fate una meritata pausa alla Maison de la Nature. Rimarrete stupiti dagli affascinanti laboratori e dalla vista mozzafiato sul massiccio dei Maures. Per prolungare l'esperienza, concedetevi una delizia alla Maison des Saveurs o una bevanda rinfrescante.

Un'esperienza che delizia i sensi e ricarica le batterie!



