



VIAJE EN BICICLETA A BELGICA. CICLISMO POR LA COSTA DEL MAR DEL NORTE

Viaje en bicicleta mezcla de cultura, elegancia y tranquilidad: estas son las mejores palabras para describir estas perfectas vacaciones. Los edificios históricos y museos de Brujas son de fama mundial, pero a lo mejor no sabe todavía que Bélgica tiene una hermosa costa, con fantásticas playas de arena. La mejor manera de descubrir esta región es en bicicleta. Usted hará una ruta por la histórica Brujas de Ostende, la 'Reina' de la costa belga. ¡Disfruta de los hermosos paisajes de la zona de influencia, y sobre todo de su estancia en un maravilloso hotel en Ostende!

PUNTOS FUERTES DEL VIAJE

- La agradable ruta en bicicleta por los campos, canales, dunas y la costa
 - La arquitectura y los museos en la histórica Brujas
 - El famoso Hotel Thermae Palace en Ostende
 - Las ciudades costeras de Ostende, Nieuwpoort, De Haan, Blankenberge y Knokke
 - La atmósfera “burgundy” en los bares y restaurantes y por supuesto del chocolate, galletas y patatas fritas.
-

SOSTENIBILIDAD EN ESTE VIAJE

Tarannà rumbo al turismo sostenible. En este viaje destacamos los servicios que fomentan la economía local, favorecen la protección medioambiental (y fauna) y preservan la cultura local, la diversidad y su Patrimonio.

El deseo de Tarannà es hacer felices a las PERSONAS en los viajes, ofreciendo experiencias y vivencias únicas con la máxima seguridad y calidad, y junto a nuestros viajeros y oficinas receptoras, conseguir alcanzar una meta, el Turismo Sostenible. Esta meta es un camino a recorrer, en el que hemos de intervenir todos.

- Ruta en bicicleta en la que nuestro nivel de contaminación personal durante la ruta es 0
 - El transporte del equipaje se hace conjunto con otros pasajeros para minimizar el uso del coche durante la ruta
 - Fomento de la economía local a través de nuestro recorrido.
 - Algunos de los alojamientos fomentan la economía local, contratando a gente de las poblaciones cercanas, gestionando las compras de proximidad o marcando pautas de sostenibilidad medioambiental, con el buen uso y gestión del agua, un bien escaso del país.
-

RESUMEN DE VIAJE

DÍA 01: LLEGADA A BRUGES

DÍA 02: BRUGES – OSTEND

DÍA 03: GISTEL – WIJNENDAELE – TORHOUT

DÍA 04: NIEUWPOORT – VEURNE

DÍA 05: OSTEND – BRUGES

DÍA 06: BRUGES – KNOKKE – BRUGES

DÍA 07: SALIDA

ITINERARIO

DÍA 01: LLEGADA A BRUGES

El centro histórico de Brujas, forma parte del Patrimonio Mundial de la Unesco. Cualquier persona que visita Brujas, se dará cuenta de inmediato: esta ciudad siempre ha tenido cuidado de sus tesoros arquitectónicos y culturales. Tómese su tiempo para pasear por los hermosos parques, las callejuelas y la antigua Plaza De Mercado. También puede hacer algunas compras: a los comerciantes les encanta explicar todo acerca del chocolate belga o la cerveza. O simplemente disfrute de las patatas fritas en la impresionante Plaza del Mercado.



DÍA 02: BRUGES – OSTEND (40 KM)

En el camino a Ostende, se puede descubrir el bonito pueblo de Lissewege, uno de los mejores ejemplos de los acogedores pueblos en el interior de la costa. El silencio y la atmósfera indescriptible sin duda le seducirán. Después Lissewege, le sigue el famoso balneario de Blankenberge, donde se puede visitar el "Centro De Vida Marina". Por supuesto, también vamos a pasar por De Haan, un pueblo que ha conservado muy bien el estilo *Belle Epoque* (S.IX). Después de un recorrido inolvidable, llegamos a Ostende, también conocida como "la reina de las ciudades de costa".

DÍA 03: GISTEL – WIJNENDAELE – TORHOUT (62 KM)

Hoy vamos a descubrir algunos otros buenos lugares en la región costera. No sólo el paisaje, pero sin duda los dos castillos en esta gira también harán de este día inolvidable. La primera de ellas es d'Aertrycke, que fue construido en 1869. El otro es el castillo Wijnendaele, que tiene una historia de 8 siglos.

DÍA 04: RECORRIDO CIRCULAR POR NIEUWPOORT – VEURNE (64 KM)

Nieuwpoort es como Ostende y Blankenberge, uno de los balnearios preferidos en Bélgica. Este pequeño pueblo está situado a lo largo de la desembocadura del río de la 'Yser', un río que jugó un importante papel estratégico durante la Primera Guerra Mundial. Disfrutaremos del puerto y de la reserva natural de Ysermonde. También podremos descansar en la amplia y encantadora playa. La intimidad de la ciudad de Veurne no es fácil de describir en palabras. Veurne es famosa por la procesión de los penitentes.

DÍA 05: OSTEND – BRUGES (47 KM)

Este tramo será muy interesante. Pasaremos por Jabbeke, donde se puede visitar el Constant (pinturas y esculturas). En el observatorio 'Beisbroek', podremos conocer todo acerca de los misterios del espacio exterior, o podremos aprender sobre la naturaleza en el 'Centro De Naturaleza'.



DÍA 06: BRUGES – KNOKKE – BRUGES (62 KM)

El sexto día, vamos a explorar la zona situada entre Brujas y Knokke, el pueblo más mundano de la costa belga. De nuevo, será un viaje inolvidable a través de los paisajes polder y las dunas. La vista principal de esta etapa es la reserva natural De Het Zwin y el pintoresco pueblo De Damme. O bien, si hace suficientemente calor, puede ir a nadar al mar.

DÍA 07: SALIDA DESPUÉS DEL DESAYUNO

SALIDAS: DOMINGOS DEL 28 DE ABRIL AL 22 DE SEPTIEMBRE DE 2019

DURACIÓN: 07 DÍAS

CÓMO LLEGAR:

- Aeropuerto en Bruselas o vuelo Ryanair hasta Charleroi (Bruselas Sud)
- Después tren hasta Bruges, Bus/Taxi de la estación de tren al hotel
- Carretera hasta Bruges, parking gratuito para coche en el hotel

PRECIO POR PERSONA: 415 EUROS + VUELO

SUPLEMENTO 16 JUNIO – 25 AGOSTO: 45€

SUPLEMENTO SINGLE: 145€

SUPLEMENTO MEDIA PENSIÓN: 150€

NOCHE EXTRA EN BRUJAS: 55€

ALQUILER DE BICI: 60€ (130€ BICICLETA ELECTRICA)

Nota: - Niños de 0-2 años: gratis

Niños de 3-6 años: 50% descuento

Niños de 7-11 años: 25% descuento

- Para adultos no podemos dar descuento por la tercera persona en una habitación. Para el confort de los clientes, solo podemos reservar una habitación doble y una individual en el hotel en Brujas, pero **no pediremos el suplemento por habitación individual. Las habitaciones serán contiguas de todas formas.**

EL PRECIO INCLUYE

- 7 días - 6 noches en 3 | 4 * hoteles
- Aparcamiento gratuito en Brujas
- Habitación con ducha / bañera y wc
- 6 x desayuno
- Transporte de equipaje (1 pieza / persona hasta 20 kilos)
- Mapa, información turística y la descripción de carretera en inglés
- Servicio de atención al cliente 24h (también en fines de semana)
- Posibilidad de media pensión (6x cena de 3 platos)
- Si se reserva media pensión: bebidas (cerveza, vino, limonada y agua) en Oostende incluidas

EL PRECIO NO INCLUYE

- Vuelo internacional
- Bebidas y comidas no indicadas
- Gastos personales y propinas
- Seguro de asistencia y/o cancelación
- Todo lo no indicado en lo incluye

INFORMACIÓN Y RESERVAS

Para cualquier consulta o aclaración por favor no dudes en contactar con:

ALBA MONLEÓN

alba@taranna.com

Tel: 93 411 83 73

Fax: 93 411 08 75

Vallespir, 174 - 08014 Barcelona.

INFORMACIONES DE INTERÉS

GRADO DE DIFICULTAD

Fácil y plana, apto para todos los ciclistas y familias con niños

CARRETERA

Carril bici tranquilos / ciclismo fácil a lo largo de la red señalizada

EQUIPOS DE ARTÍCULOS NECESARIOS Y RECOMENDADOS PARA EL CICLISMO

Usted debe recordar siempre que hay que tratar de mantener el peso de su equipo a un mínimo. Su mochila llena (si no usa alforjas traseras de doble cara) debe ponderar no más de 5-7 kg.

ARTÍCULOS RECOMENDADOS

- Zapatos bicicletas
- Zapatos ocasionales ligeros (formadores / tenis) para acampar y / o para viajar
- Buena calidad de pantalones cortos de ciclismo acolchados (estilo baggy)
- Pantalones ocasionales flojos
- Varios pares de calcetines de ciclismo (evite las medias de nylon - pueden causar ampollas y no respirar bien)
- Pantalón impermeable
- Chaqueta polar cortavientos
- Chaqueta ciclismo cortavientos ligero (respirable)
- Una selección de camisetas, sudaderas y camisas de manga larga, de preferencia no de algodón
- Camisa de invierno, posiblemente lana y / o pullover
- Chándal
- Ropa interior
- Impermeable
- Traje de baño
- Ropa de dormir
- Casco de ciclo

- Gafas de sol con protección UV
- Sombrero o gorra para protegerse del sol
- Gorro de lana
- Guantes de bicicleta sin dedos
- Guantes / mitones (dedos enteros)

Accesorios

- Alforjas traseras de doble cara impermeable, mochila (60-80 l.) y mochila (20-30 l.)
- Protector solar y bálsamo para los labios
- Botella de agua
- Cordones de repuesto
- Mancha
- Luces delanteras y traseras
- Dispositivo multifuncional (kilometraje metros, altímetro, reloj, brújula, etc.)
- Bolsas de polietileno (para proteger artículos delicados de la humedad y el polvo)
- Tapones para los oídos (especialmente para las habitaciones compartidas en las cabañas)
- Kit de herramientas
- Kit de primeros auxilios básicos Personal
- Al ir en bicicleta de montaña, hay varias cosas adicionales, que podrían ser de gran importancia:
- Agua: ayuda a mantenerte hidratado
- La comida: un impulso de energía para la pista también es muy necesaria
- Ropa extra: una opción de temporada

SOSTENIBILIDAD Y BUEN GOBIERNO

OFICINA RECEPTIVA EN DESTINO:

Nuestra oficina receptiva destaca por sus buenas prácticas: oficina con plantilla local. Buena gestión de sus residuos durante el viaje, acción que desarrollan los guías que acompañan a los viajeros. Contratación de servicios locales, en los que se prioriza el fomento de la economía local.

VISITA A POBLACIONES LOCALES



- El respeto es la mejor tarjeta de presentación en todo el mundo. Respetemos sus costumbres y cultura, las normas de sus lugares de culto, también a la hora de realizar fotografías, para no caer en la intimidación o la falta de respeto.
- Cuando estemos en otro país, nosotros, viajeros, somos los invitados. Respetemos sus costumbres y cultura, no actuemos como “clientes de un país.
- Respetar las normas y costumbres en lugares de culto.
- Cuidar los lugares históricos que se visitan como si fueran nuestra propia casa.
- Respeto a los derechos humanos: estemos en contra del turismo sexual, que finalmente saca provecho de la miseria de los países que nos acogen. La explotación sexual infantil es un delito punible, tanto en el lugar donde se lleve a cabo como en el país de residencia de quien lo cometa
- No comprar ni utilizar drogas, fomentan mercado negro y riesgo para el propio viajero.
- Respeto a la hora de realizar fotografías en dos aspectos fundamentales: intimidación e ideología propia de su cultura.

LOS PUEBLOS INDÍGENAS Y LA TIERRA



Una de las características de la mayoría de comunidades indígenas del mundo es la vinculación que tienen con la tierra que habitan. Tal y como se recoge en la Carta de Naciones Unidas, debido a esta vinculación, **los pueblos indígenas tienen el derecho a la conservación y protección del medio ambiente**, así como de la capacidad productiva de sus tierras y recursos. Por ello, además de las normas y consejos que hemos listado, es importante tener también presente la importancia del medio ambiente para estas comunidades, pues dependen de él para su supervivencia.

Nuestro viaje, y nuestro paso por estas comunidades, han de ser respetuosos con sus costumbres, pero también con el entorno donde habitan, pues es una parte fundamental de estos colectivos.

LOS PASOS DEL VIAJERO RESPONSABLE

- 1 – El mundo es nuestra casa, ¡cuidémoslo!
- 2 – Respetar la diversidad cultural y étnica; nos enriquece.
- 3 – Respetemos las normas y creencias religiosas de los países que visitemos.
- 4 – No dar compensaciones económicas o medicamentos a los niños.
- 5 – Evitemos participar en actividades turísticas con animales en cautividad.
- 6 – Souvenirs de origen animal, vegetal, mineral o arqueológico, no gracias.
- 7 – Evitemos el uso innecesario de energía y agua durante el viaje.
- 8 – Minimizar y gestionar los residuos adecuadamente, incluso en los países que no tienen este hábito.
- 9 – Proyectos medioambientales = compensación del Co2
- 10 – La propina no es obligatoria, pero en muchos países es parte del salario.
- 11 – Preguntar siempre antes de hacer una fotografía a las personas, seamos respetuosos.



Nuestro compromiso con los OBJETIVOS DE DESARROLLO SOSTENIBLE (ODS)

Los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS- Agenda 2030) son una llamada universal hecha por la ONU para la adopción de medidas mundiales cuya finalidad es la de poner fin a la pobreza, proteger el planeta y garantizar que todas las personas gocen de paz y prosperidad. Personas, organizaciones y empresas forman parte de estos objetivos. Tarannà viajes con sentido junto a sus viajeros apuesta por estos ODS como *focus* fundamentales para alcanzar el Turismo Sostenible.

TURISMO Y ANIMALES SALVAJES



Según FAADA, cada año se organizan 12 millones de viajes, excursiones y safaris para observar animales salvajes en regiones como África y Galápagos. Si bien un turismo responsable aporta beneficios para la supervivencia de ciertas especies, también tiene efectos que pueden resultar negativos, con la intromisión y perturbación de la flora y fauna. Por ello debemos tener en cuentas unas normas de avistamiento generales:

- **No hacer uso de transportes que alteren la fauna y flora por tierra, mar o aire.**
- **No tocar ni manipular a los animales, pues podrían transmitirle enfermedades, infecciones o parásitos y viceversa. Evitar también provocar a los animales o atraer su atención (el contacto visual con ellos puede significar una amenaza)**
- **No alimentar a los animales ya que puede alterar sus patrones de comportamiento, adquirir dependencia o provocarles problemas de salud. Este punto incluye el recoger la basura que el turista genere, incluidas las pieles de la fruta.**
- **Se requiere un especial cuidado durante la época de reproducción o muda de los animales.**
- **Otros consejos generales son: respetar el tiempo máximo permitido para el avistamiento, respetar el número máximo de visitantes, fomentar el uso de binoculares para el avistamiento de diferentes especies, y finalmente, corregir o denunciar las malas prácticas.**

BUENAS PRÁCTICAS MEDIOAMBIENTALES DURANTE LOS VIAJES



ALIGERAR TU EQUIPAJE =
MENOR HUELLA ECOLOGICA



¡AHORRA PAPEL!



SIEMPRE QUE PUEDAS, USA EL
TRANSPORTE PUBLICO O
ALTERNATIVOS



COMPENSA EL CO₂ DE
TUS VIAJES



FOMENTAR LA ECONOMIA
LOCAL DEL DESTINO



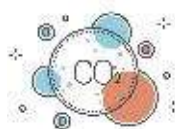
ECONOMIZA EL USO DEL
AGUA, ES UN RECURSO
MUY PRECIADO



AHORRA ELECTRICIDAD Y
RECURSOS ENERGETICOS
SIEMPRE QUE SEA
POSIBLE



PRESERVAR EL
PATRIMONIO HISTORICO Y
CULTURAL ES CUIDAR EL
MUNDO DE TODOS



CALCULADORA DE CO₂

CALCULA LAS EMISIONES DE CO₂ DE TUS VIAJES Y COMPENSALAS CON LA PARTICIPACIÓN EN PROYECTOS MEDIOAMBIENTALES!

Calcular

Trabajamos tu viaje con responsabilidad



Medioambiente.
Plan oficina verde.
Compensamos CO₂ a través de proyectos medioambientales.



Sociedad.
Involucrados desde el inicio en más de 110 proyectos solidarios, locales e internacionales.



Fauna.
Apoyamos la protección animal de la mano de la ONG F.A.A.D.A.



ORGANIZACIÓN TÉCNICA:

GCMD 90 – Tarannà Club de Viatges, S.A.

- Para la realización del viaje es necesario el pasaporte con una validez de más de 6 meses a la fecha de regreso del país. Consultar si es necesario Visado de entrada y notificar nacionalidad para conocer condiciones de entrada en los países
- El precio del viaje puede ser revisado hasta 20 días antes de la fecha de salida, debido a variaciones en los importes de las tasas aéreas, carburante y los tipos de cambio aplicados al viaje organizado.
- La categoría hotelera está basada en la clasificación turística local.
- Se incluyen seguro vacacional de asistencia. Consultar coberturas de cancelación en el apartado incluye de tu viaje.
- Para cualquier consulta sobre las vacunas necesarias y otras informaciones sanitarias para el viaje descrito, sugerimos ponerse en contacto con el centro de medicina tropical correspondiente en cada población.

Informaciones de interés para el cliente (situación política del país, recomendaciones, vacunaciones, visados, climatología y otros),

Consultar: www.mae.es

<http://www.msc.es/profesionales/saludPublica/sanidadExterior/salud/centrosvacu.htm>

www.nhc.noaa.gov

TARANNÀ
VIAJES CON SENTIDO

Vallespir, 174 - 08014 Barcelona. Tel: 93 411 83 73 Fax: 93 411 08 75

E-mail: taranna@taranna.com

www.taranna.com