



FOTO: F. GIRAUDON, OFFICE DE TOURISME DE LA ROCHELLE

# LA ROCHELLE

## LYSET OG ØYENE

### 7 dager/6 netter

Avgang hver søndag  
28.3. – 17.10.

### PRISER

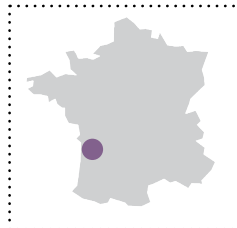
6 netter på 2-stjerners  
hotell  
Kr 7.050,- pr person i  
dobbelrom  
Kr 2.250,- i enkeltroms-  
tillegg

### MÅLTIDER:

Frokost f.o.m. dag 2  
t.o.m. dag 7.  
4 middager på to  
restauranter.

### NIVÅ:

Lettskyklet. Rik på  
varierte opplevelser.



Etter vel 3 timers behagelig reise med TGV-toget sørvestover fra Paris ankommer du Atlanterhavskystens perle, La Rochelle, som ligger i Pertuisbukten og omkranses av øyene Ré, Aix og Oléron. Byen ble grunnlagt allerede på 900-tallet og utviklet seg raskt til en viktig havneby. Etter en rusletur gjennom de fire ulike havneområdene vil du fort forstå hvilken betydning havet har hatt og fremdeles har for denne byen, som også er rik på historie og kultur. La Rochelle er nok likevel mest kjent for det spesielle lyset, den gamle havnen med de to tårnene (Le Vieux Port) og ikke minst for det pulserende og summende sommerlivet i det hyggelige gågateområdet. Byen er base for opplevelsesuken med både sykkelturner, minibåtcruise og fotturer i skjønn forening. Det blir øyer og innland, klippekyst og lange strender, og hver dag kommer du tilbake til det samme hotellet i La Rochelle.

**DAG 1** Ankomst La Rochelle, innsjekking på velvalgt 2-stjerners hotell beliggende i en stille gate i byens hjerte i gangavstand til den gamle havnen. Utlevering av sykler og materiell.

**DAG 2** Du sykler kyststrekningen sørover fra La Rochelle i åpent landskap med sand- og rullestenstrender. Ta deg en ordentlig spise- og badepause i Chatelailon! Her er 5 km flott sandstrand å ta av. Er været bra, og du har lyst å bli værende på stranden en stund, foreslår vi å ta samme veien nordover igjen. Eventuelt sykler du en noe lengre rundtur inn i landet. CA. 41 KM

**DAG 3** Båtcruise og strandhogg på Aix, øya på bare 129 ha beliggende like sør for La Rochelle. L'île d'Aix er kjent for sin tilknytning til Napoléon (se museet), sitt spesielt milde klima, sine små klippestrender og middelhavslignende vegetasjon med eikeskoger og tamarindtrær. Etter 1 time og 15 min. behagelig cruise med bl.a. utsikt til Fort Boyard, ankommer du den lille

øya. Ta med deg lunsjmat fra La Rochelle eller spis på en av øyas hyggelige restauranter med sjømat på menyen. Deretter rekker du å se praktisk talt hele øya på en 3 timers fottur, før båten går tilbake til byen (alternativt kan du leie en sykkel).

**DAG 4** Nyt fridagen i La Rochelle. Ta deg en rusletur i det hyggelige gågatemiljøet i gamlebyen eller i havneområdet, se Saint-Nicolas-tårnene, arkitekturskattene, besøk det maritime museet "Neptuna", akvariet m.m.

**DAG 5** Rundtur på sykkel i Charente Maritime nord for La Rochelle: Du sykler ut av byen gjennom velstelte parker og boligområder. Ute på landet passerer du flere koselige landsbyer, og i Esnandes i regionalparken Marais Poitevin kan du besøke "Maison de la Mytiliculture" (med blåskjellavl). Retur til La Rochelle på sykkelveier langs kysten med klipper, fiskehytter på påler og østersoppdrett. CA. 42 KM

**DAG 6** Rundtur på l'île de Ré – ukens "rosin i pølsa". Ré-øya med fiskelandsbyer og hvite sykkelveier er forbundet med fastlandet med en 3 km lang bro. Øya er 30 km lang og fra 50 m til 5 km bred. Terrenget er flatt og lettskyklet, og naturligvis er badetøy obligatorisk, her er mange nydelige strender. Første etappe går med buss fra sentrum til Saint Martin de Ré, hvor du henter din reserverte sykkel. Turen går på sykkelveier rundt øya. Du kan stoppe og handle salt ved et av saltutvinningsanleggene og besøke det vakre fyrmuseet "Phare de Baleines". Retur med buss til La Rochelle. 30 til 50 KM

**DAG 7** Etter frokost må du nyte resten av tiden i La Rochelle før hjemreise, eller frister en forlengelse av oppholdet?