



## Turchia: la Cappadocia

Nel profondo del cuore della Cappadocia, antiche eruzioni vulcaniche sparsero enormi nuvole di ceneri, che si solidificarono in una tenera roccia, chiamata tufo, spessa decine di metri. Vento e acqua agirono su questo altopiano creando un paesaggio fiabesco di coni, pilastri, pinnacoli, funghi e camini. Migliaia di anni fa, alcuni uomini approfittarono di questi cunicoli scavati nella roccia tenera, creando un paesaggio urbanizzato sotterraneo, vivendo in armonia con la natura piuttosto che imponendola.

Questo tour in mountain bike è un viaggio di avventura e scoperta, che si svolge su una rete di strade sterrate poco usate e sentieri per mountain bike che si snodano attraverso la regione - tra cui il Canyon Ihlara, la valle Soganli Valley e la zona dei "Camini delle Fate", paesaggio che si estende da Mustafapasa a Goreme.

Questo mix di attrazioni rende la Cappadocia una destinazione avvincente, e grazie alla bicicletta si potranno scoprire i punti salienti più affascinanti, sfuggendo alle folle di turisti e scoprendo il carattere autentico e il fascino di questo luogo magico e della sua gente!

### 1° giorno Arrivo a Goreme

Incontro all'aeroporto di Kayseri e trasferimento in hotel a Goreme. Prima di cena si terrà un incontro con la guida e con il resto del gruppo per il briefing

### 2° giorno Selime - Ihlara - Guzelyurt, ca. 40 km

Al mattino presto, un trasferimento di un'ora e mezza ci porta a Selime, una città con più di 100 chiese del periodo bizantino. Saliamo in sella alle nostre bici, percorrendo il magnifico canyon che ci conduce fino a Ihlara mentre ci avviciniamo alle ampie colline ondulate dei Monti Melendes. Saliamo al villaggio di Kitreli, dove ci fermiamo per il pranzo. Da qui, pedaliamo in discesa verso il villaggio di Ilisu e poi risaliamo fino a Guzelyurt su una bella strada sterrata, con vedute mozzafiato sulle pianure e sul canyon sottostante. Arriviamo nella Valle del Monastero di Guzelyurt, un'incantevole zona storica della città con molte cose da vedere, tra cui la piccola Hagia Sofia del XIX secolo, le città sotterranee (non dimenticate una torcia!) e le chiese scavate nella roccia. Stasera rilassiamo i muscoli in uno dei migliori boutique hotel della Cappadocia e godiamo di un vero assaggio della grandiosità ottomana..

### 3° giorno Guzelyurt - Gaziemir - Soganli, ca. 32 km

Le pedalata di oggi ci porta fino al passo di Sivrihisar (1780 m) con fantastiche vedute sulla pianura sottostante. Il percorso scende attraverso la parte vecchia e deserta del villaggio verso la Chiesa Rossa, una delle più antiche chiese ortodosse della Cappadocia, risalente al V o al VI secolo. Da qui, attraversiamo "yayla", un pascolo verde circondato da montagne dove vedrete pastori e le loro greggi. Seguendo una strada sterrata attraverso la pianura erbosa, scorgiamo le nostre prime rocce dei "camini delle fate" prima di scendere al villaggio di Nar. Questa sezione può essere invalicabile dopo forti piogge a causa di argilla e fango, nel qual caso è disponibile una strada asfaltata alternativa. Saliamo attraverso il vecchio villaggio e arriviamo proprio sul cratere dello lago Nar, una meravigliosa caldera vulcanica estinta, le cui acque sulfuree sono verdi, gialle ed azzurre in continuo mutamento. Scendiamo fino alla riva del lago per un pranzo al sacco. Proseguiamo poi in discesa attraverso la valle di Sofular per raggiungere il villaggio di Gaziemir, sede di un enorme complesso di città sotterranee che merita una visita. Dopo la visita incontriamo il nostro autista a Gaziemir per trasferirci a Soganli, dove dormiremo nelle tradizionali camere scavate nella grotta della Emek Pension e potremo gustare un delizioso pasto sulla terrazza.

### 4° giorno Soganli - Mustafapasa, ca. 48 km

Questa mattina si inizia con un giro in bici intorno alla valle per visitare diverse incredibili chiese scavate nella roccia. Pedaliamo su asfalto e sentieri oltre Guzeloz fino al delizioso paesino di Baskoy. Da qui, un'ampia pista sterrata conduce attraverso alberi verdi a Derbentbasi, all'inizio del canyon. Poi gradualmente saliamo sul passo Sahinefendi prima di scendere nella valle del Damsa, dove visitiamo le rovine romane di Sobessos, uniche in Cappadocia. Dopo un pranzo al sacco, seguiamo la strada verso nord, fermandoci a visitare le moschee Medresse e Selcuk a Taskinpasa e il monastero di Keslik. Da Cemil, imbocchiamo una strada sterrata per un giro panoramico tra vigneti, alberi da frutto e valli dei "camini delle fate". Passiamo la notte a Mustafapasa e abbiamo tempo per esplorare questo affascinante storico villaggio greco prima di rilassarci per la sera nel comfort e nello splendore del nostro hotel - uno degli edifici storici più enigmatici della regione.

### 5° giorno Mustafapasa - Goreme, ca. 26 km



Attraverseremo alcuni dei terreni più memorabili della Cappadocia. Da Mustafapasa, seguiamo una strada sterrata molto panoramica attraverso la Valle di Gomeda e saliamo lentamente su una bella pista sterrata che ci porta verso il villaggio di Ibrahimpasi, un luogo pittoresco e incontaminato. Continuiamo su un sentiero panoramico fino a Karlitepe, in alto sopra la valle di Goreme, e godiamo di uno degli orizzonti più spettacolari della regione. Da qui, una sconnessa pista sterrata ci porta in discesa fino alla città di Uchisar che è sovrastata da un'imponente fortezza scavata nella roccia. Ci fermiamo per il pranzo, poi è il momento di ripartire su una strada sterrata che costeggia il bordo del canyon della White Valley, da cui avremo una vista fantastica sui camini delle fate e sullo scenario roccioso profondamente scolpito. Andremo direttamente a Goreme e visiteremo il Museo all'aperto per vedere i migliori esempi di chiese e affreschi scavati nella roccia della regione. Passiamo la notte nella vivace Goreme, dove ci sono una vasta gamma di caffè, bar e ristoranti.

#### **6° giorno** Goreme, giro ad anello, 45 km

Percorriamo una strada sterrata per un superbo tour della Rose Valley e una visita alla Chiesa delle Colonne lungo il percorso. Ci arrampichiamo attraverso la desolata Devrent Valley e ci godiamo una lunga pista in discesa che ci porta al maestoso Caravanserraglio di Sarihan, un postazione fortificata del 13° secolo sulla Via della Seta. Dopo una pausa nell'antico cortile, ci dirigiamo su un facile percorso in mountain bike che segue un corso d'acqua con molti guadi (preparatevi a bagnarvi!) e incontriamo il fiume più lungo della Turchia, il Kizilirmak. Seguiamo sentieri sotto gli alberi ombrosi lungo la sponda del fiume fino ad Avanos, una pittoresca cittadina famosa per le sue ceramiche di qualità. Avanos è un luogo perfetto per un drink in piazza o una passeggiata attraverso i suoi numerosi bazar e mercati. Infine un panoramico percorso sterrato ci riporta a Goreme. Ci incontriamo per una cena speciale di saluto al famoso ristorante Orient.

#### **7° giorno** Partenza da Goreme

Dopo colazione verrete accompagnati all'aeroporto di Kayseri, a meno che non abbiate scelto di prolungare il vostro soggiorno

### Caratteristiche

**Tipo di viaggio** gruppo internazionale con accompagnatore parlante inglese

#### **Partenze**

**2022:** 25/9

**2023:** 7/5; 4/6; 24/9

nelle date in **rosso** i posti sono esauriti; nelle date in **blu** la disponibilità è limitata; nelle date in **verde** la partenza è già confermata

**Altre date sono disponibili a partire da un minimo di due persone. prezzo su richiesta**

**Durata del viaggio** 7 giorni/6 notti

**Livello di difficoltà** medio

Le tappe sono brevi, ma i dislivelli giornalieri vanno da un minimo di 660m ad un massimo di 750m; l'85% del tour si svolge su sentieri sterrati, che richiedono una certa dimestichezza con la mountain bike e un livello base di buone condizioni fisiche.

**Clima** In Cappadocia, da maggio a fine giugno e anche all'inizio di luglio le giornate sono calde e le notti sono fresche. Le temperature di luglio e agosto oscillano intorno ai 40 C, troppo calde per il ciclismo. Da metà settembre fino alla fine di ottobre, le temperature sono più miti ed il clima è ideale per pedalare. La crema solare è un must!

**Km totali** 191

**Tipo di bici** mountain bike

**Trasporto bagagli** si

**Incontro informativo/briefing il primo giorno** si



**Documenti necessari** carta d'identità con validità residua di almeno sei mesi, purchè il soggiorno non superi i 90 giorni

**Moneta** la valuta locale è la lira turca

### Quota 2022/23 a persona in camera doppia

**Quota di partecipazione** € 1935.--

#### La quota comprende

6 pernottamenti in hotel  
Pensione completa (colazione, pranzo e cena, dalla sera del primo giorno alla mattina del settimo)  
Frutta locale e acqua durante i percorsi in bicicletta  
Van al seguito  
Accompagnatore parlante inglese  
Un secondo accompagnatore, se il gruppo è di almeno 9 persone  
Trasporto bagagli  
Transfer come da programma  
Assicurazione medico/bagaglio 24 ore su 24  
Supporto telefonico d'emergenza  
Quota d'iscrizione

#### La quota non comprende

I voli aerei A/R per la Turchia  
Noleggio mountain bike  
Le bevande ai pasti  
Le mance  
Gli extra in genere di carattere personale  
Tutto quanto non specificato sotto la voce "la quota comprende"

### Supplementi a persona

Camera singola	€ 395.--**
Noleggio MTB	€ 255.--

\*\* Il supplemento singola è facoltativo; se siete disponibili a condividere la stanza, cercheremo di abbinarvi con un altro viaggiatore (che potrebbe essere di nazionalità diversa) dello stesso sesso e se non sarà possibile, vi forniremo una camera singola senza alcun costo aggiuntivo. Se invece preferite avere la camera singola assicurata, in questo caso dovrete pagare il supplemento

#### A richiesta

Assicurazione annullamento viaggio: 7% del costo del viaggio  
Volo aereo A/R per Kayseri  
Preventivi per gruppi precostituiti (CRAL – associazioni – amici - scuole)

### Come arrivare

Per raggiungere Kayseri dall'Italia occorre fare scalo a Istanbul. L'intero viaggio dura circa 6 ore incluso lo scalo

### Prenotazioni

Per prenotare compilare e spedire il modulo di iscrizione qui a fianco; versare il 25% della quota di partecipazione; versare il saldo circa un mese prima della partenza.