



FLY and BIKE
Groepsreis
Nederlandstalig gezelschap

Toda Cuba en bicicleta

Jaarlijkst bezoeken miljoenen mensen dit mooie eiland vanwege zijn unieke sfeer en parelwitte stranden. Cuba heeft echter veel meer te bieden dan dit klassieke massatoerisme. Door de benzineschaarste is Cuba een uitzonderlijk fietsvriendelijk land. Een aangename temperatuur in combinatie met zéér weinig gemotoriseerd verkeer, vormen de ideale cocktail om het land te ontdekken per fiets! U beleeft avonturen die u zeker ontgaan wanneer u reist per wagen of bus.

18 dagen / 17 nachten

2010

7 tot 24 maart

2 tot 19 december

Prijs

€2825

Single kamer optie € 200



560 km

12 fietsdagen

Reis Profiel

Deze bijzondere fietsreis geeft u de kans een groot stuk van Cuba te ontdekken op de fiets. De reis is een combinatie van de typische Cubaanse cultuur van het Oosten met de unieke natuur van het Westen.

Deze reis valt op te splitsen in 2 delen. We beginnen met een grondig bezoek zowel te voet als per fiets aan Havana en omgeving. Vervolgens fietsen we langs Varkensbaai en verkennen Cienfuegos. In Trinidad verblijven we 2 nachten aan het strand, vanwaar we per fiets naar de oude, kleurrijke stad rijden. Op weg naar de andere zijde van het eiland bezoeken we Sancti Spiritus en overnachten in het vergeten pareltje Remedios. Na een uitgebreid bezoek aan de historisch belangrijke stad Santa Clara verlaten we het Oosten en focussen ons verder op de natuur van het Westen. Een bezoek aan Las Terrazas brengt de groep naar het schitterend gelegen hotel van Soroa.



Fietsend langs kleine landbouwgemeenschappen bereiken we de slapende stad San Diego de los Baños. De volgende dag fietst u door het nationaal park La Güira, een stukje absoluut ongerepte natuur! We eindigen deze eerder sportieve dag in Viñales, waar we ook weer 2 nachten verblijven in een hotel met prachtig uitzicht over de mogotes. Het spreekt

voor zich dat we ook een bezoek brengen aan een tabaksplantage. Deze reis eindigt met 2 nachten strandverblijf, waar de liefhebbers kunnen snorkelen en duiken.

Moeilijkheidsgraad? Voor u geschikt?

Het Oostelijk deel is eerder vlak met af en toe wat heuvels. Het tweede deel van de reis, door het Westen, is meer op en neer, maar zoals steeds is er de volg-wagen om de zwaardere stukken eventueel te overbruggen.

Belangrijk: reizen door Cuba vraagt behoorlijk wat flexibiliteit en wijzigingen tot net voor vertrek gebeuren. Als u, zoals wij, afwijkt van het klassieke, toeristische Cuba liggen de prijzen merkkelijk hoger.

Dag aan dag programma

B=ontbijt, L=middagmaal, D=avondmaal

Dag 1 – Aankomst Havana

Check-in te Brussel waar we per lijnvlucht vliegen naar Havana.

Bij aankomst worden we afgehaald door de lokale gids en naar ons hotel in het verkeersvrije Oud Havana gebracht. We logeren bij zusters in een nog actief klooster, gelegen aan het prachtige plein Plaza Vieja. Ter info: de zusters bezorgen een deel van het budget van uw verblijf aan de behoeftige bevolking van Havana. Indien gewenst kan u nog een slaapmutsje drinken in de oude binnenstad.

Santa Brigida Convent. B




Dag 2 – Havana

Na het ontbijt staat een begeleid stadsbezoek op het programma. Havana is met zijn 2 miljoen inwoners de grootste stad van de Caraïben. Oude gevels in de steigers worden afgewisseld met nieuwe constructies die als paddestoelen uit de grond reizen. We wandelen langs kleine pleintjes omgeven door prachtige koloniale gebouwen. De namiddag houden we vrij om allerlei praktische zaken te regelen en onze fietsreis voor te bereiden.

Santa Brigida Convent. B

Dag 3 – Havana

Vandaag begint het echte fietsavontuur. We testen de fietsen en rijden langs de 'buitenring' van Havana naar de sigarenfabriek van Cortina. Eén van de arbeidsters toont ons met veel trots het hele verwerkingsproces van de tabaksbladeren naar de Cortina sigaar. Vervolgens fietsen we naar het Cementerio de Colon. Onder begeleiding van een lokale gids bezoeken we het kerkhof met prachtig monumentale graven. De volgende stop is de Plaza de la Revolucion. Na een lange fotostop fietsen we door de buitenwijken van Havana, naar Miramar, het groenere en rijkere deel van de stad. Via het opmerkelijke gebouw van de Russische ambassade komen we terug toe aan de Malecon, waar we in een typisch Cubaanse bar iets gaan eten. Toeristen zal u hier niet ontmoeten...Na het middagmaal fietsen we langs de Malecon over de Boca de la Chorrera terug naar Oud Havana. Onderweg bezoeken we nog Calle de Hamel, waar de kunstenaar Escalona een erg kleurrijke straatje van heeft gemaakt. De 'place to be' om te luisteren naar de kritische Cubanen. Via de Paseo de Marti (het Prado) eindigt deze eerste fietsdag aan het Capitolio National.

Santa Brigida Convent.  Fietstocht 25 km. B

Dag 4 – Havana naar Playa Giron

Na een vroeg ontbijt rijden we met de volgwagen tot net vóórbij het dorpje Australia (transfer 148 km). we stappen op de fiets en rijden naar Boca de Guama, een mooi en drukbezocht gebied van lagunes en kreekjes waar men ondermeer krokodillen kweekt. Het middagmaal nemen we in Cueva de los Peces, een klein lokaal restaurantje. Liefhebbers kunnen even afkoelen in de blauwgroene zee. In de late de namiddag fietsen we verder naar Playa Larga. Deze rustige rit gaat bijna recht op recht door het natuurreservaat Gran Parque Natural Montemar, een uitgestrekt vogelreservaat. Onderweg zal je de vogels opmerken tussen de verschillende lagunes. Het dorp Playa Giron heeft een belangrijke historische waarde. Bij aankomst wijst een groot bord dat hier de eerste nederlaag van het Amerikaanse imperialisme in Latijns-Amerika plaatsvond.

Veel herkenbare elementen vind je niet terug, maar de plaats doet vooral dienst als nationaal symbool én herdenkingsplaats
Overnachting aan het strand van Playa Giron.

Hotel Playa Giron.  Fietstocht max 63 km. B.D

Meer foto's op

www.flyandbike.be

Dag 5 – Playa Giron naar Cienfuegos

Na het ontbijt vertrekken we met de fiets aan het hotel en fietsen nu landinwaarts. De rit is weer volledig plat. We rijden langs rijstvelden en passeren suikerriet- en bananenplantages. Ter hoogte van Yaguaramas houden we een picknick lunch. Nadien rijden we een 11 km op een rustig stukje van de Carretera Central en slaan ter hoogte van Navarra af naar Abreus, een schitterend, kleurrijk dorpje. Het laatste stukje (15 km over een drukkere weg) naar Cienfuegos doen we met de volgwagen. Voor we inchecken in het hotel maken we nog een korte stadswandeling. Nadien heeft u nog voldoende tijd de stad op eigen houtje te verkennen. Cienfuegos wordt ook wel terecht de parel van het Zuiden genoemd dankzij zijn schoonheid en prachtige ligging aan de kust. We overnachten in het mooie fin-de-siècle hotel La Union, met zwembad op de patio en een fijne bar op het dak van het hotel, met prachtig uitzicht over de stad. 's Avonds gaan we met de liefhebbers eten in het Palacio del Valle, een voormalig casino, waar we worden verwelkomd door een minstens tachtigjarige, fel opgemaakte diva die zich onmiddellijk achter de piano zet en een daverende serenade aanheft.. Ook dit is Cuba..



Hotel La Union. 🚲 **Fietstocht 58 km. B**

Dag 6 – Cienfuegos naar Trinidad

We starten de dag met een transfer van een 20-25 km tot net voorbij Arimao. Vanaf dit stadje fietsen we 25 km op en neer naar de Zuidkust aan de Caribische Zee. Aan de rechterzijde glinstert het water, aan de linkerzijde, inlands rijzen de bergen van de Escambray Mountains. Onderweg passeren we verschillende cowboys te paard die gaan werken op de uitgestrekte velden. We rijden door een absoluut rustig en mooi stukje Cuba. Voor het middagmaal stoppen we aan de Hacienda (boerderij) La Vega. We bestellen onze lunch en fietsen nog een 2 km verder langs de kust naar een kleine strandbar waar we een verfrissende duik nemen in de zee, terwijl onze gastvrouw de typische maaltijd klaarmaakt. Na deze uitgebreide stop fietsen we verder naar Trinidad. We rijden over brede rivieren die vanuit diep uitgesneden valleien in de zee uitkomen aan mooie verlaten strandjes. Kort voor Trinidad wacht ons een iets langere helling, maar net als steeds is de volgwagen er om de vermoeide fietsers indien nodig op te pikken. We logeren in een Cubaans resort, gelegen aan Playa Ancon.

Hotel Costa Sur. 🚲 **Fietstocht 57 km. B.D**



Dag 7 – Trinidad

Vandaag hebben we een hele dag om het kleurrijke stadje Trinidad te verkennen. Na het ontbijt rijden we met de fiets via Casilda naar de oude stad. Bij aankomst plaatsen we de fietsen in de volgwagen en maken een begeleide wandeling door de oude stadswijken van Trinidad. De stad werd in 1514 gesticht door Diego Velasquez. In 1988 werd dit juweel aan de Cubaanse kroon uitgeroepen tot Werelderfgoed van de Unesco.

We wandelen langs prachtige in pastel-kleuren geschilderde huizen, bedekt met originele terracotta pannen. Nadien heeft u voldoende tijd de stad op eigen tempo verder te verkennen. In samenspraak met de groep fietsen we na de lunch via de mooie vissersplaats La Boca terug naar het resort aan de kust.

Hotel Costa Sur. 🚲 **Fietstocht 25 km. B.D**

Dag 8 – Trinidad naar Remedios

Na een vroeg ontbijt verlaten we met de volgwagen Trinidad en rijden tot Manacas, een transfer van een 20 km. We bezoeken de gelijknamige Iznaga Hacienda en de liefhebbers kunnen de 44 m hoge toren beklimmen, vanwaar u een schitterend zicht heeft over de omliggende heuvels en velden. Na dit bezoekje stappen we over op de fiets en rijden door de heuvelachtige omgeving naar Sancti Spiritus.

De stad doet wel een beetje denken aan Trinidad, maar is duidelijk minder gefocust op het toerisme. Het koloniale centrum waar we de lunch nemen geeft nog een sympathiek en rustig gevoel. Na het middagmaal bezoeken we kort het kleine historische centrum. In de na-middag rijden we met de volgwagen naar Placetas, een kruispunt op de Carretera Central. Hier stappen de liefhebbers terug op de fiets en rijden de laatste 25 km naar het oude plaatsje Remedios. De tocht is heuvelachtig maar niet té zwaar. Remedios is een vergeten pareltje aan de Noordelijke zijde van Cuba. We bezoeken ondermeer de prachtige kerk en zakken af op het enige terras van de stad, tegenover ons kleine koloniale hotel Mascotte.



Hotel Mascotte.  **Fietstocht 55 km. B**

Dag 9 – Remedios via Santa Clara naar Havana

Na het ontbijt rijden we met de fiets naar Santa Clara waar we ook de lunch genieten. We brengen een uitgebreid bezoek aan deze historisch belangrijke stad. We starten onze verkenning aan het Parque Vidal en maken een wandeling van een paar uur door de propere binnenstad. We bezoeken ondermeer het mausoleum, de Tren Blindado (gepantserde trein), het Casa de la Trova en vanzelfsprekend ook het Plaza de la Revolución.

Vervolgens wacht ons nog een transfer van 276 km naar de oude stad van Havana.

Santa Brigida Convent.  **Fietstocht 50 km. B**

Dag 10 – Havana naar Soroa

Na een vroeg ontbijt bij de nonnetjes nemen we de volgwagen naar Mariel, een 50 km ten Westen van Havana. Hier stappen we op de fiets en rijden via een rustige weg naar de autostrade. Fietsen op de Cubaanse autostrade is een bijzondere beleving. De autostrade is vier baanvakken breed met het vierde vak voorbehouden voor mensen te paard én fietsers. Na plusminus vier km op de snelweg te hebben gefietst nemen we een afslag op een zéér afgelegen secundaire weg. Het wegdek is erg slecht met putten en stukken volledig opgebroken asfalt, maar de machtige zichten en mooie, landelijke omgeving doen dit snel vergeten. De tocht gaat licht op en neer tot de ingang van Las Terrazas, een ecologisch project opgericht in de jaren '70 en door de Unesco uitgeroepen tot biosfeerreservaat. Samen met een lokale bewoner bezoeken we het unieke project en nemen een biologisch middagmaal met mooi zicht op een meer. In de namiddag staan nog een 15 km fietsen op het programma, op en neer door de schitterend groene omgeving. Aangekomen in Soroa kunnen, afhankelijk van het aankomstuur, de liefhebbers een wandeling maken van een uurtje naar een prachtige mirador (uitkijkpunt) en nadien genieten van een gezond warmwaterbad. Ook een bezoek, onder leiding van een biologe, aan een orchideeën tuin (exclusief) behoort tot de mogelijkheden.



Hotel Soroa.  **Fietstocht 52 km. B. L**

Dag 11 – Soroa naar San Diego de Los Baños

We verlaten het hotel en rijden door het dorp van Soroa richting autostrade. Aan de overzijde stappen we over op de erg rustige carretera central. Door het licht heuvelend landschap fietsen we van dorpje naar dorpje. Onderweg houden we een picknick in de schaduw van een grote ficus boom. Na de lunch volgen nog een 25 km naar het Westen, met als bestemming het ingeslapen dorp San Diego de los Baños. Het zwembad in de tuin zorgt voor een aangename verkoeling.

Hotel San Diego.  **Fietstocht 48 km. B**

Voor meer informatie
en reservatie:

info@flyandbike.be

09 / 226 23 54



Dag 12 – San Diego de Los Baños naar Viñales

Ook vandaag is een behoorlijk sportieve dag door het Parque Nacional La Güira. De tocht door het park tot de Cueva de los Portales is een fysieke uitdaging, het asfalt is regelmatig onderbroken, maar de prachtige omgeving doet u dit alles snel vergeten! Zij die verkiezen slechts het tweede deel van de dag te fietsen, kunnen met de volgwagen tot de grotten van Portales. Ché Guevara (destijds opperbevelhebber van het leger) had hier in 1962 zijn hoofdkwartier. We bezoeken deze historische plaats onder leiding van een gids. Na dit bezoek is het nog een 18 km tot La Palma waar we het middagmaal nemen. Het tweede deel van de dag gaat op en neer naar Viñales. Vrij snel passeren we de eerste mogotes (begroeide kalksteenrots-formaties) en fietsen we zacht glooiend door deze unieke omgeving, eigen aan het Westen van Cuba. Overnachting in Viñales.

Hotel Los Jazmines.  Fietstocht 63 km. B

Dag 13 – Viñales

Vandaag fietsen we een ganse dag in de omgeving van Viñales. Onderweg bezoeken we ondermeer een tabaksplantage, indien mogelijk een tabakdrogerij en verkennen we ook enkele grotten. Voor het middagmaal gaan we naar een kleine boerderij waar men varken aan het spit maakt. We eten in de leefkamer van de arme maar enorm gastvrije boeren. Een aangename én lekkere manier om de lokale bevolking te steunen!

Hotel Los Jazmines.  Fietstocht 35 km. B

Dag 14 en 15 – Viñales naar Cayo Levisa

We verlaten het dorp Viñales en rijden naar Palma Rubia waar we de boot nemen naar Cayo Levisa, een klein paradijslijk eilandje. U vindt er een 3km lang zandstrand met koraalrif, waar u kan snorkelen. Ook dag 15 verblijven we nog een volle dag op dit eilandje.

Hotel Cayo Levisa.  Fietstocht 35 km. B

Dag 16 – Cayo Levisa naar Havana

In de loop van de ochtend nemen we de boot naar het vaste land en rijden terug naar ons hotel in Oud Havana. U kan een laatste dag genieten van dit schitterende eiland. 's Avonds plannen we een afscheidsmaal met de groep.

Santa Brigida Convent. B

Dag 17 en 18 – Havana naar Brussel

's Avonds transfer naar de luchthaven voor de terugvlucht naar Brussel waar we de dag nadien toekomen.

Praktisch info

Fietsen: Goede huurfietsen, met technische assistentie zijn inbegrepen in de huurprijs. Het zijn fietsen van het type lichte mountainbike, met 21 versnellingen. De fietsen hebben een voorvering en componenten van Shimano. Indien gewenst kan de afstelling van de fiets zodanig gebeuren dat men rechtop zit.

Veiligheid: Het dragen van een fietshelm is verplicht. Indien gewenst kan u een goede helm gebruiken van de lokale organisatie. Uw reisleader heeft een opleiding EHBO gehad, maar het spreekt voor zich dat voorzichtigheid op de fiets is aangewezen. Ook een goede reisverzekering is verplicht. FLY and BiKE werkt samen met de Europese reisverzekering (zie verder).

Volgwagen: de hele reis wordt begeleid door een volgwagen, waar zowel de bagage in wordt vervoerd, als waar er plaats in is voor de vermoeide fietsers.

Overnachtingen: het aantal hotels in Cuba is eerder beperkt. Waar mogelijk zoeken we de beste hotels. Regelmatig slapen we in hotels met een zwembad (8-10 nachten). Sommige hotels zijn echte pareltjes, zoals het klooster in Havana, hotel La Union in Cienfuegos en zeker ook Hotel Mascotte te Remedios.

Flexibiliteit troef!

Bij het samenstellen van onze vakanties zijn we zeer zorgvuldig te werk gegaan en hebben we alles zo nauwkeurig mogelijk voorbereid om verrassingen te vermijden. Onvoorziene omstandigheden die een gevolg kunnen zijn van het avontuurlijke karakter van de reis of de politieke omstandigheden in bepaalde landen, kunnen de reis leider dwingen noodzakelijke wijzigingen door te voeren. Gelieve hiermee rekening te houden!

Begeleiding: voor de Nederlandstalig begeleide groepen, fietst er zowel een Nederlandstalige begeleider als een lokale fietsgids mee. Op die manier heeft u de kans uw eigen tempo te fietsen. De lokale fietsgids fietst vooraan, de Nederlandstalige achteraan. De reizigers fietsen er tussen in en kunnen gelijk waar stoppen om foto's te nemen, om een praatje te slaan..

Groepsgrootte: tussen de 10 en 16 reizigers

Passpoort and visum: uw internationaal paspoort moet nog minstens 6 maanden geldig zijn na uw retour. Ook een visum = toeristenkaart is verplicht. Deze toeristenkaart u makkelijk aankopen bij FLY and BiKE aan 35 € per persoon.

Gezondheid: geen enkele inenting is wettelijk verplicht. Tetanus is voor dit type reizen sterk aangewezen. Tijdens de voorbereidende vergadering wordt het aspect 'gezond op reis en reisapotheek' grondig besproken. FLY and BiKE heeft echter geen medische bevoegdheid. Voor medisch advies verwijzen we dan ook naar uw huisarts of naar het Tropisch Instituut (tel. 03 247 64 02 of www.itg.be).

Eten en drinken: zie dagprogramma. B = ontbijt, L = middagmaal en D = avondmaal.

In alle eerlijkheid, het eten in Cuba is geen hoogvlieger. Door het gebrek aan producten is de keuken eerder éézijdig en weinig gekruid.

Het ontbijt bestaat meestal uit een buffet, met brood, confituur, eitjes en af en toe kaas. Voor het middagmaal stellen we meestal een picknick lunch voor. Dit zijn broodjes met beleg (ham, kaas of ham met kaas...) die we kopen in de hotels.

Voor het avondmaal gaan we naar de kleinere restaurants, waar beschikbaar. De keuze is meestal beperkt tot kip, varkensvlees en vis. Regelmatig kan u ook wel langoustines eten (wat men in Cuba kreeft noemt). Naast een beetje tomaten, wat witte kool, zoete aardappel en bruine bonen, is er niet veel keuze aan groenten. Cuba is een koffie producerend land, dus koffie zal steeds geserveerd worden. Thee is vaak een probleem.

Mineraal water en frisdrank zijn relatief makkelijk te kopen. U vindt in Cuba ook een aantal lekkere biersoorten en uiteraard is het aanbod aan vers gemaakt cocktails groot.

Geldzaken:

er zijn officieel twee soorten munten gangbaar in Cuba

* de **peso convertible** is het meest gebruikte betaalmiddel voor toeristen. Wanneer u geld wisselt, zal u deze munt automatisch in handen krijgen.

* de **peso cubano** is een locale munt waarmee je alleen bij stalletjes op straat kunt betalen. Deze is niet gebruikelijk voor toeristen.

Contante euro's kunnen makkelijk worden omgewisseld in de plaatselijke wissel- of bankkantoren en er wordt geen extra commissie voor aangerekend. Vandaar dat wij dit betaalmiddel graag aanraden.

De **US dollar** wordt niet meer geaccepteerd als wettig betaalmiddel. Wil u deze toch nog omwisselen tegen pesos, dan zal u daarbij een commissie van 10prc worden aangerekend.

Betaalkaarten: Visa en Mastercard (geen Amex) worden aanvaard in de grotere hotels, maar kunnen ook worden gebruikt om geld af te halen in de plaatselijke wissel- of bankkantoren in de grotere steden (let op voor lange wachttijden en zorg dat je je paspoort bij de hand hebt).

Als u toch **reischeques** zou willen meenemen, raden we u aan Thomas Cook cheques aan te kopen. Hiervoor wordt een commissie van 4prc aangerekend. Vergeet uw aankoopbewijs niet mee te nemen.

In het begin van de reis wordt in overleg met de groep een **groepsport** aangelegd, om bepaalde zaken zoals water en snacks voor onderweg in het groot aan te kopen. Ons advies, neem het reisbudget mee in contante euro's. Ter plaatse kan u dit makkelijk omwisselen naar de CUC.

Extra uitgaven: Voorzie een budget van een 25 – 30 € per dag een eten en drank. Na 5 jaar deze reis te hebben georganiseerd adviseren we een reisbudget van een 400 €.

Verzekeringen: een goede reisverzekering is voor onze fietsreizen verplicht. FLY and BiKE werkt samen met de Europese.

Een Full Option (annulatie- én reisbijstandsverzekering) kost 6,5 € per persoon/dag. Voor deze reis komt dit op 117 € per persoon.

Enkel een annulatieverzekering kost 5 € per persoon/dag. Voor deze reis komt dit op 90 € per persoon.

Een volledige reis- en personenbijstand kost 5,25 € per persoon/dag. Voor deze reis komt dit op 94,5 € per persoon. Aarzel niet ons te contacteren voor meer informatie!

Vorbereidende vergadering: een paar weken vóór vertrek organiseren we voor de Nederlandstalige groepen een vertrekvergadering waar u de laatste informatie ontvangt en kan kennismaken met uw medereizigers.

Verlenging: indien gewenst is deze reis perfect verlengbaar aan het strand.

