



## Ihre Reiseinformationen

### **Rennradreise Sardinien**

**Reisecode: IT-SARD-RENNRAD**



Inhalt der Reiseinformationen zur Rennradreise Sardinien	Seite
Buchungsabwicklung - Versicherung - Einreisebestimmungen - Wünsche .....	3
Anreise / Zustieg - Reiseunterlagen.....	3
Radmitnahme - Landkarten zu den Touren / Navigationsgerät - Höhenprofile.....	4
Ausrüstungsliste / Fahrradtour das sollten Sie dabei haben.....	5
Reiseprogramm / Reiseverlauf.....	6
Geld- Bezahlungshinweise.....	8
Sperrung von Kreditkarten, Telefonkarten usw. bei Diebstahl.....	9
Wissenswertes	
Essen und Trinken .....	9
Wasser.....	9
Adapter.....	9
Telefonieren.....	9
Notrufnummer.....	9
Sprache.....	9
Zeitunterschied.....	9
Klima.....	9
Nebenkosten.....	10
Unterbringung / Hotelliste.....	10
Tipps für Ihre Radreise.....	10
Ein letztes Wort.....	12

## **Buchungsabwicklung – Versicherung - Einreisebestimmungen - Wünsche**

### **Buchung**

Mit der Buchung benötigen wir Ihre Ausweisdaten mit Geburtsdatum und Ausweisnummer. Die Buchung können Sie direkt über unsere Internetseite [www.launer-reisen.de](http://www.launer-reisen.de) auf der jeweiligen Reise vornehmen oder uns per E-Mail zukommen lassen.

### **Versicherung:**

Prüfen Sie bitte Ihren Versicherungsschutz. Wir empfehlen eine Reiserücktrittskostenversicherung abzuschließen (nur innerhalb von 8 Tagen nach Erhalt der Bestätigung möglich). Die Europäische Krankenversicherungskarte, die von der Krankenkasse ausgestellt wird, ist vor der Reise einzuholen, falls Sie diese nicht schon haben. Genaue Leistungen erfragen Sie bitte bei Ihrer Krankenkasse. Unabhängig davon wird dringend empfohlen, für die Dauer des Auslandsaufenthaltes eine Auslandsreise-Krankenversicherung abzuschließen, die Risiken abdeckt, die von den gesetzlichen Kassen nicht übernommen werden (z.B. notwendiger Rücktransport nach Deutschland im Krankheitsfall, Behandlung bei Privatärzten oder in Privatkliniken).

Ansonsten erhalten Sie von Ihrer Krankenkasse Auskünfte über die aktuellen Regelungen.

### **Einreisebestimmungen**

Zur Einreise benötigen deutsche Staatsangehörige einen gültigen Personalausweis oder Reisepass. Die Dokumente müssen für die Dauer des Aufenthaltes gültig sein.

### **Wünsche**

Besondere Verpflegungswünsche (Vegetarier usw.) oder Lebensmittelunverträglichkeiten bitten wir bereits bei Buchung anzugeben. Hier sollte jedem Reisegast bewusst sein, dass keinesfalls die gewohnten Standards von zuhause angesetzt und erwartet werden können.

Auch Wünsche zum Zimmer, wie getrennte Betten, sollten ebenso gleich bei der Buchung mit angegeben werden, spätestens jedoch 1 Monat vor Abreise, denn sonst können wir Ihre Wünsche nicht mehr bearbeiten.

### **Anreise / Zustieg - Reiseunterlagen**

#### **Anreise mit dem PKW**

Zustieg in Wört bzw. Anreise nach Wört:

Ausgangspunkt unserer Reise ist Wört in Baden-Württemberg. Ihren PKW können Sie während der Reise kostenlos auf unserem Betriebshof parken. Weitere Zustiege auf Anfrage.

Unser Betriebshof ist ca. 5 Stunden vor Abfahrt für Sie geöffnet. Sie sollen sich auch vor Abreise wohlfühlen, deswegen bieten wir Ihnen unseren schönen Wartesaal an. Für kostenlose Getränke, Zeitschriften und Internet ist natürlich gesorgt. Sie stehen nicht im Regen oder im Kalten. Wir wollen, dass Sie sich von Anfang an wohlfühlen.

Die Koordinaten des Betriebshofes von Launer-Reisen lauten:

49°02'01.7"N 10°16'29.5"E

#### **Anreise mit dem Zug nach 73479 Ellwangen/Jagst:**

Wört verfügt über keine eigene Zusanbindung. Der nächste Bahnhof wäre z.B. Ellwangen/Jagst. Von dort sind es ca. 15 km bis nach Wört. Wir bieten einen Abholservice samt Bike und Gepäck vom Ankunftsbahnhof nach Wört an. Nach Ihrer Reise bringen wir Sie natürlich wieder zurück. Dieser Service muss rechtzeitig angemeldet werden, die Bezahlung findet direkt vor Ort statt:

Preise pro Transferstrecke: Tipp: Bei zwei Personen für eine Strecke, halbiert sich der Preis

- bis 10 km: 10 Euro
- bis 20 km: 20 Euro
- bis 30 km: 40 Euro
- bis 50 km: 60 Euro

## **Anreise mit dem Fahrrad**

Auch können Sie mit dem Rad zu uns nach Wört kommen. Von den Bahnhöfen Ellwangen (vier verschiedene Routen von 16 bis 23 km), Crailsheim (26 km) oder Schnelldorf (29 km) sind wir über kleine Straßen und Radwege gut zu erreichen.

Sollten Sie für eine Nacht vor dem Abfahrtstermin eine Zwischenübernachtung in Wört benötigen, finden Sie folgende Übernachtungsmöglichkeiten:

Landgasthof Lustnau  
Bösenlustnau  
D - 73499 Wört  
Tel: (07964) 3120

[www.landgasthof-lustnau.de](http://www.landgasthof-lustnau.de)

Gasthof Goldene Rose  
Hauptstr. 82  
D - 73499 Wört  
Tel: (07964) 517

[www.rose-woert.de](http://www.rose-woert.de)

## **Reiseunterlagen**

Die Reiseunterlagen erhalten Sie ca. 2 bis 3 Wochen vor Abreise. Darin finden Sie u.a. die genaue Abfahrtszeit für Ihren Zustiegsort und welcher Reiseleiter und Busfahrer für die Reise eingeplant ist.

## **Radmitnahme - Landkarten zu den Touren / Navigationsgerät - Höhenprofile**

### **Radmitnahme**

Wir empfehlen grundsätzlich das eigene Rad zu nehmen. Denn viele Gründe sprechen hierfür: Ihr eigenes Rad kennen Sie am besten, das Brems-, Fahr-, Lenk- und Schaltverhalten.

Bei unseren Rad- und Aktivreisen, bei denen die Anreise mit dem Bus durchgeführt wird, fahren Sie in unserem modernen Fernreisebus mit Klimaanlage, WC, Bordküche und einem bequemen Schlafsessel. Der sichere Transport Ihrer Räder ist durch unsere Spezialkonstruktion im Radanhänger gegeben.

### **Landkarten - Navigationsgerät**

Auf der Reise erhalten Sie von uns eine Übersichtskarte pro Tagesetappe im Open-Street-Map Format. Mit diesem Kartensatz ist jedoch eine individuelle Tagesfahrt kaum möglich. Wenn Sie planen, mal einen Tag individuell unterwegs zu sein, besorgen Sie sich bitte entsprechende Karten. Die Karten sollten mindestens einen Maßstab von 1:200.000 oder kleiner haben.

Wir empfehlen für die Radreise Sardinien folgende Karten:

- Michelin local 366 Sardinien: Straßenkarte Italien 1:200.000 oder
- Sardegna - Carta stradale e turistica Touring-Club Italiano, Blatt 15, 1:200.000

## **Wenn Sie planen, ausschließlich mit unserem Reiseleiter zu radeln, benötigen Sie keine Karten.**

Zusätzlich zur Tagesübersicht erhalten Sie auch noch ein Höhenprofil für den jeweiligen Tag.

Während der Reise gibt Ihnen unser Reiseleiter genaue Informationen zum jeweiligen Tag. Bitte nehmen Sie sich etwas zum Schreiben mit. Es kann ja sein, dass Sie sich Infos notieren wollen.

Wenn Sie im Besitz eines Rad- Navigationsgerätes oder eines Smartphones mit Navigationsapp sind, dann können Sie dies gerne mitnehmen. Rechtzeitig vor Beginn der Reise erhalten Sie von uns die aktuellen GPX-Daten (Tracks).

Urheberrechtlicher Schutz: Die von Launer-Reisen erstellten Reisen, Texte, Bilder aber auch GPX-Daten sind als persönliche geistige Schöpfungen und durch das Urheberrecht geschützt.

Das Urheberrecht sowie das Recht der Vervielfältigung an diesen Daten verbleiben vorbehaltlich ausdrücklicher schriftlicher Vereinbarung bei Launer-Reisen.

Wir weisen darauf hin, dass eine Veröffentlichung unserer GPX-Daten auf Internetportalen wie z.B. gpsies.com, gps-tour.info oder bike-gps.com usw. nicht gestattet ist. Bei diesen Daten steckt Know-how drin, lange Vorbereitungszeiten und was noch wichtiger ist – es stehen Arbeitsplätze dahinter. Diese möchten wir nicht gefährdet sehen. Daher weisen wir an dieser Stelle ausdrücklich auf diese Problematik hin. Für Fragen hierzu stehen wir gerne zur Verfügung und hoffen auf Ihr Verständnis.

Bitte beachten Sie, dass GPX-Daten nur mit entsprechender Software gelesen werden können. Nur wenn Sie im Besitz eines entsprechenden Gerätes sind, können Sie diese Daten lesen.

## **Ausrüstungsliste allgemein und für die Rennradtouren – das sollten Sie dabei haben**

### **Dokumente:**

- Bahntickets (falls gebucht)
- Gültiger Reisepass oder Personalausweis
- Bargeld / Kreditkarte / Geldbörse oder wasserdichten Brustbeutel
- Impfausweis
- Nachweis Auslandskrankenversicherung
- Fotokopien der wichtigsten Dokumente
- Reiseunterlagen / Routenbeschreibung

### **Ausrüstungsliste Rennradtouren**

- Fahrradhelm
- Fahrradhandschuhe (kurz und lang)
- Radschuhe zu den Pedalen passend
- Fahrradsocken/-strümpfe
- Regenbekleidung/Regenüberschuhe
- Radhose/n und Radtrikots
- .Armlinge, Knielinge und Beinlinge oder lange Radhose/-trikot
- Windstopper
- Insektenschutzmittel (Autan Protection oder Anti Brumm usw.) / Sonnenschutz
- Fahrradschloss
- Fahrradbrille / Sonnenbrille
- 2 Trinkflaschen
- Radwerkzeug (Multitool, Felgenheber, Maulschlüssel etc.)
- Luftpumpe am Rad
- 2 Ersatzschläuche
- kleines Mantelstück (zum provisorischen Flickern eines aufgeritzten Reifens)
- Ersatzbremsbeläge
- Fahrradnavigationsgerät
- Sportunterwäsche, Funktionsshirt/-jacke
- Etwas Waschmittel für die Trikots u. andere Kleidungsstücke zum Waschen
- Waschbürste und Spülmittel zum Säubern der Trinkflaschen! (Bakterien)
- 1 leichten Fahrradricksack oder Satteltasche (für Kamera u. sonstigen Utensilien)
- Halstuch / Mütze falls empfindlich
- Ersatzschlauch/Fahrradflickset
- Landkarten der Gegend, durch welche Sie fahren

### **Bekleidung – Sonstiges**

- Handy – kann auch als Wecker dienen...
- Notrufnummern / Adressbuch auch in Handy einspeichern
- kleine Taschenlampe mit Batterie/Akku
- Fotoausrüstung/Ersatzspeicherkarte/Ersatzakku
- Wasserdichte Müllbeutel für Aufbewahrung von Kleidung/Gegenständen
- Tagebuch, Schreibutensilien...
- Reiselektüre, Reisebuch, Sprachführer (evtl. auch im Handy....)
- Lesebrille, Ersatzbrille, Kontaktlinsen, Ersatz...
- Zipphose (sehr praktisch – leicht – elegant und ist gleichzeitig kurz/lang)
- Kofferbeschriftung

### **Toilettenartikel – Medizinische Artikel:**

- Persönliche Hygieneartikel wie Duschgel, Shampoo, Deo, Kamm/Bürste, Zahnpasta, Zahnbürste, Rasierzeug, Monatshygiene usw.
- Kleines Handtuch, Toilettenpapier (Hakle feucht...falls zu Hause gewohnt...)
- Papiertaschentücher

- Vitamintabletten
- Nähset
- 1.Hilfe-Set

## Persönliche Reiseapotheke

- Ihre täglichen Medikamente, die Sie auch zu Hause nehmen (Blutdruck usw....)
  - Fragen Sie Ihren Arzt – Ihren Apotheker – wir empfehlen:
  - Kopfschmerzmittel, Leichte Schmerzmittel
  - Mittel gegen Durchfall
  - Wundsalbe/Wundspray
  - Sportspray/Salbe (z.B. Voltaren...) bei leichten Zerrungen
  - Magnesium-Tabletten (gegen Krämpfe) nur wenn Sie es gewohnt sind...
- Fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker!

Wenn Sie gerne im offenen Meer schwimmen bzw. baden möchten, empfehlen wir Badeschuhe.

Bitte beachten Sie, dass diese Liste keinen Anspruch auf Vollständigkeit erhebt und nur als Orientierung behilflich sein soll.

Weitere Ausrüstungs- oder Urlaubschecklisten finden Sie z.B. im Internet.

## Reiseprogramm / Reiseverlauf

### Rennradreise Sardinien

Sardinien – ein kleiner Traum im Mittelmeer! Typisch Italienisch und doch „insulanisch“. Wie auf Elba, Sizilien – so auch auf Sardinien sind die Menschen stolz auf ihre Insel. Und das zu Recht. Phantastische Landschaften, Berge, Meer und grandiose Aussichten. Dazu ein tolles Straßennetz mit gutem Belag und oft wenig Verkehr! Ein Geheimtipp eben - und Sie sind mit dabei! Auf unserer Entdeckungstour durch Sardinien lernen Sie große Teile der Insel kennen. Wir begrenzen uns nicht nur auf einen kleinen Teil der Insel. Somit haben Sie jeden Tag ein neues Ziel – jeden Tag eine neue Tour und Fahrspaß pur! Sardinien ist eine Rennradreise wert. Dazu 2 gute Standort-Hotels, dadurch müssen wir auf Sardinien nur einmal umziehen.

### Profil

Rennradtour für gut geübte Rennradfahrer und Hobbysportler. Wer richtig powern möchte, der kann das jeden Tag. Hierzu geben wir dieser Tour die Note \*\*\*\*\* (Fünf Räder – also hart und schwer). Genießer und die auch mal ein Foto machen möchten oder auch Zeit für einen Cappuccino haben wollen, geben wir die Benotung: \*\*\* bis \*\*\*\* (Räder). Sie können also auch weniger fahren und einmal pausieren. Für jeden etwas! Probieren Sie es aus. Auf der Tour haben wir auch eine Trekking-Radgruppe mit dabei. Dadurch können Sie sich beruhigt zurückfallen lassen und sind nicht der bekannte "Bremsklotz". Unser Bus – Ihr Begleitfahrzeug ist oft dabei! Sie können auch mal eine Pause einlegen.

Anforderungsprofil: 

Wir weisen hier grundsätzlich auf unsere Webseite hin: Bei jeder Reise finden Sie diese Symbole: Sie können auf diese Symbole klicken und erhalten eine Erklärung, welche Anforderung diese Reise erfordert. Wir bitten um Beachtung.

### Leistungen:

- Fahrt im Fernreisebus mit WC, Klimaanlage, Bordküche und mit Fahrradanhänger
- 2 x HP gutes Mittelklassehotel Raum Cagliari
- 3 x HP gutes Mittelklassehotel im Raum Costa Smeralda / Olbia
- 2 Übernachtungen HP in 2-Bettkabinen auf der Fähre Genua-Porto Torres-Genua (oder Piombino-Olbia-Piombino oder Andere)
- Zimmer/Kabinen Du/WC
- Rennradleitung
- Fahrrad und Gepäcktransport während der Reise
- GPX-Daten für die gesamte Radtour

## **Nicht enthaltene Leistungen:**

- nicht genannte Mahlzeiten und Getränke, Versicherungen, persönliche Ausgaben, Trinkgeld
- Trinkgelder für Guide und Fahrer
- Evtl. weitere Eintrittspreise

## **Reiseverlauf:**

**1. Tag:** 05.00 Uhr Abfahrt in Wört – durch die Schweiz über den San Bernardino – vorbei an Mailand erreichen wir am frühen Abend Genua. Hier Einschiffung und um ca. 20.00 Uhr Abfahrt in Genua. (Oder Fährüberfahrt Piombino-Olbia-Piombino oder Andere). Übernachtung in 2-Bett-Kabinen mit Du/WC. (-/-/A)

### **2. Tag: (74/134 km – 450/1810 hm)**

Ankunft in Porto Torres um 7:00 Uhr am Hafen. Bereits jetzt starten wir unsere 1. Rennradtour. Bereits unser erstes Ziel ist ein Highlight. Das Capo Caccia mit der schönen Neptungrotte und ein sagenhaft schöner Blick auf das Meer. Anschließend über Alghero, Bosa nach Cuglieri. Bereits heute erleben Sie zahlreiche Höhepunkte mit satten Anstiegen, tollen Aussichtspunkten und herrlichen Abfahrten. Am späten Nachmittag, bringt uns dann der Bus ins Hotel im Raum von Cagliari. Übernachtung und Abendessen. (F/-/A).

### **3. Tag: (100/161 km – 630/890 hm)**

Die nächste Etappe führt an der herrlichen Costa del Sud entlang. leuchtend weißer Strände und mächtigen Felsen charakterisieren hier die Landschaft. Morgens fahren wir zunächst mit dem Bus in westliche Richtung nach Calasetta auf der Halbinsel St. Antioco, von wo wir vor dem Start der heutigen Radtour noch einen Blick auf die Insel San Pietro werfen können. Entlang der Küste geht es dann wieder zurück in Richtung Cagliari. Wir machen einen Abstecher nach Porto Pinto, wo sich in schöner Umgebung eine Capuccinopause anbietet. Von dort geht es ein Stück ins Landesinnere über St. Anna Arresi, bevor wir wieder an die Küste kommen. In Pula werden wir uns verpflegen. Wem es für heute reicht, kann später mit dem Bus zum Hotel fahren. Weiter geht es leicht wellig entlang der Costa del Sud. Gegen Abend erreichen wir unser Hotel bei Cagliari. (F/-/A).

### **4. Tag: (92/154 km – 830/1340 hm)**

Ab Hotel starten wir heute, nach dem wir die Koffer in unseren treuen „Weggefährten“ Bus verladen haben in Richtung Südosten. Auch heute werden wir oft das Mittelmeer mit traumhaften Aussichten zur Rechten genießen können. Im äußersten Südosten Sardinien gönnen wir uns in Villasimius einen leckeren Capuccino. Weiter geht es entlang der Küste bis wir gegen Mittag in Muravera oder Villaputzu eine gemütliche Mittagspause einlegen. Wer für heute genug gefahren ist, genießt dann den Strand bei Porto Corallo und fährt später mit dem Bus zum zweiten Hotel nach Olbia. Die anderen fahren weiter nach Norden und überwinden noch einen Anstieg mit knapp 300 Höhenmetern, bevor sie bei Bari Sardo die heutige Radtour beenden. Hier verladen wir unsere Räder und fahren mit dem Bus zu unserem 2. Domizil auf Sardinien in die Nähe von Olbia. Hier beziehen wir ein Hotel für 3 Nächte. Ankunft am Abend gegen 19.00 Uhr. (F/-/A).

### **5. Tag: (65/126 km – 500/1030 hm)**

Ziel ist heute die Costa Smeralda. Der Name stammt von der smaragdähnlichen Farbe des Wassers. Ein Küstenstreifen mit vielen weiß glänzenden Buchten, vom Wind zerfressenen und eigenwillig geformten Granitfelsen und schroffen Gebirgszügen sowie zahlreichen vor gelagerten Inseln. Zahlreiche Hotels, Luxusherbergen und natürlich viele Touristenzentren in herrlicher Lage machen diese Region zu einem besonderen Urlaubserlebnis. Am heutigen Tage wird unser Bus in Porto Cervo stationiert. Sie haben viel Zeit und können den Golf von Aranci genießen, Porto Rotondo oder natürlich auch Porto Cervo mit Hafen und den schönsten Yachten des Mittelmeeres, sowie die Küstenstrasse Panoramica, von der aus wir einen atemberaubenden Rundblick über das blaugrün schimmernde Meer, steil abfallende Klippen, vor gelagerte Inselchen und Hügelshouetten haben. Je nach Ausdauer und Fahrwünschen können wir heute mit den Kilometern variieren. Lassen Sie die Seele baumeln. Ja trinken Sie auch mal in einem der zahlreichen Strandcafes einen Cappuccino und freuen Sie sich auf einen einzigartigen Flair. (F/-/A)

## **6. Tag: Königsetappe (114/1174 km – 1920/2330 hm)**

Mit dem Bus fahren wir zum Fuße des Monti del Gennargentu bis nach Fonni. Hier starten wir mit grandiosen Ausblicken auf das bekannte Bergmassiv über Mamoiada – Oliena nach Nuoro. Weiter über Bitti geht es durch eine traumhaft – ja für uns Rennradler hat der liebe Gott extra diese Landschaft geschaffen – herrliche Tour über Lulu – S. Anna bis nach Siniscola. Die Route zählt zu den schönsten Panoramastraßen Sardinien. Von Siniscola fahren wir auf der alten Nordsüd-Verbindungsstraße Richtung Olbia. Wir kommen durch Orte wie Posada - Matta E Peru - teilweise an der Küste entlang - Je näher zu Olbia wir kommen, wird auch der Verkehr etwas mehr. Wichtig: Der Bus kann uns über die Gebirgsstrecke von Mamoiada bis nach Siniscola nicht begleiten. Die schönste Strecke ist bis Siniscola. Nur den "Hardcore"-Rennradfahrern, denen Verkehr nichts ausmacht empfehlen wir die Fahrt bis nach Olbia. (F/-/A)

## **7. Tag: (km 94/126 – 1480/1690 hm)**

Heute heißt es schon wieder Abschied nehmen. Nach dem Frühstück – Check out – dennoch haben wir heute noch eine super Radtour vor uns. Wir starten am Hotel, durchstreifen dichte Korkeichenwälder und fahren über Calngianus nach Tempio, dem Zentrum der Korkverarbeitenden Industrie. Ab und zu haben wir einen schönen Blick hinüber zum Monte Limbara (1632m). Nun geht es abwärts über Perugas, welches durch das Brunnenheiligtum Predio Canoboli überregional bekannt ist. Bevor wir Castelsardo am Meer erreichen, machen wir einen kleinen Abstecher zum berühmten „Roccia dell' Elefante – dem Elefantenfels“. Weiter geht unsere Abschlusstour an der Küste entlang mit herrlichen Buchten, Sandstränden und Aussichten bis nach Porto Torres. Am Abend Einschiffung auf unser Fährschiff. Abendessen und erholsame Seereise nach Genua (oder Fähre Olbia-Piombino oder Andere). (F/-/A)

## **8. Tag: Rückreise nach Wört**

Nach der Ausschiffung am frühen Morgen in Genua geht es zurück über Mailand, den San Bernardino Pass, durch die Schweiz nach Wört. Geplante Ankunft ca. 20.00 Uhr. (F/-/A)

### **Info**

Bei Änderungen von Fahrzeiten/Fährverbindungen können Programmänderungen notwendig werden. Mit unserem Reisebus werden je nach Etappe und Lage des Hotels Transfers durchgeführt.

Mindestteilnehmerzahl: 18 Pers. (max. 34) bei einer Absagefrist bis spätestens 30 Tage vor Reisebeginn. (weitere Hinweise siehe Info & Service). Stornostaffel: A. Deutsche Staatsbürger benötigen einen Personalausweis oder Reisepass. Für Bürger aus anderen Staaten können andere Einreise- und Visabestimmungen gelten.

### **Geld/Bezahlungsweise**

Italien gehört der Europäischen Währungsunion an. Das gesetzliche Zahlungsmittel ist wie in Deutschland der Euro. Gängige Kreditkarten werden fast überall akzeptiert. Falls erforderlich kann man sich an Geldausgabeautomaten mit Bargeld versorgen.

### **Sperrung von Mobilfunk-, EC- und Kreditkarten**

Unter folgenden Telefonnummern können Sie den Verlust Ihrer Mobilfunk-, EC- und/oder Kreditkarte melden und Ihre Karte sperren lassen (unabhängig vom ausstellenden Bankinstitut/Anbieter):  
00493040504050 Detaillierte Informationen unter [www.sperr-notruf.de](http://www.sperr-notruf.de) (ohne Gewähr)

### **Wissenswertes**

#### **Essen und Trinken**

In Italien hat das Frühstück nicht den Stellenwert wie in Deutschland. Trotz unserer Bemühungen das Frühstück jeweils an unsere Ansprüche anzupassen darf nicht in jedem Hotel ein „Radlerfrühstück“ erwartet werden. Wer möchte, nimmt einfach sein Lieblingsmüsli mit. Dafür wird man in jedem noch so kleinen Lokal einen guten Kaffee bekommen. Das Leitungswasser ist zum Trinken geeignet, wenn nicht vor Ort etwas anderes gesagt wird.



## Adapter

In Italien werden Steckdosen Typ F und L verwendet. Sie brauchen einen Reisestecker-Adapter für Steckdosen Typ L, wenn Sie in Deutschland wohnen. Ihre Geräte mit Stecker F (Schukostecker) passen nicht in Steckdose L. Im Fachhandel können Sie entsprechende Adapter erwerben.

## Telefonieren

Die Ländervorwahl für Italien lautet: 0039

Vorwahl nach Deutschland: 0049

Achtung: Sobald man sich während der Fährüberfahrt nicht in Landnähe befindet und das Schiffsnetz nutzt, fallen relativ hohe Mobilfunkgebühren an.

## Notrufnummern in Italien

Carabinieri: 112

Polizei: 113

Feuerwehr: 115

Medizinischer Notruf: 118

In Italien lautet die Notrufnummer 112, wie in der ganzen EU.

## Sprache

Auf Sardinien wird Sardisch und Italienisch gesprochen. Mit Englisch kommt man in der Regel auch gut zurecht.

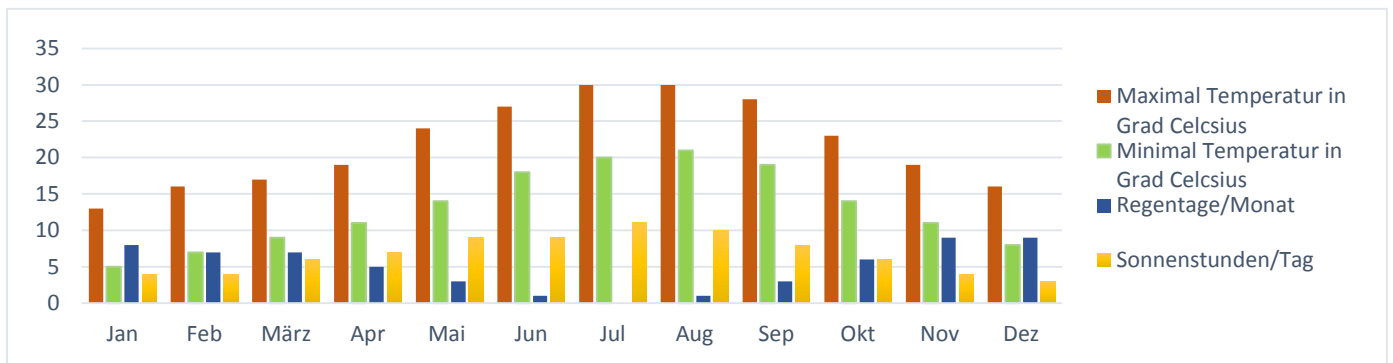
## Zeitunterschied

Keiner: Italien, bzw. Sardinien hat die gleiche Zeitzone wie Deutschland

## Klima

Die Temperaturen sind in Italien wegen der südlicheren Lage deutlich milder als in Deutschland. Aber auch in Italien gibt es hin und wieder Regen. Daher sollte man insbesondere in Bezug auf die Radkleidung darauf vorbereitet sein.

Klimatabelle Sardinien:



## Nebenkosten

Für nicht im Reisepreis enthaltene Mahlzeiten, Getränke und Snacks sollten Sie ca. 15-20 EUR pro Tag in Ihr Reisebudget einkalkulieren.

Trinkgelder sind freiwillige Leistungen. Bitte bedenken Sie jedoch, dass Trinkgelder üblich sind. Auch die Angestellten in den Hotels freuen sich über ein Trinkgeld. Natürlich freuen sich auch unsere Reiseleiter und Busfahrer über Trinkgelder.

## Unterbringung / Hotelliste

Wir sind für eine transparente Darstellung unserer Leistungen. Die hier aufgeführten Hotels sind ein Querschnitt unserer Hotels auf dieser Reise. Es kann aber stets auch zu Änderungen kommen.

Folgende Hotels sind auf dieser Radreise geplant:

- Fähre (1 Übernachtung)
- Hotel Setar, Quartu Sant'Elena, (2 Übernachtungen)
- Hotel Mercure, Olbia (3 Übernachtungen)
- Fähre (1 Übernachtung)

Auf dieser Aktivreise haben Sie Übernachtung/Halbpension. Im Reiseverlauf finden Sie am Ende einer Tagesbeschreibung die jeweiligen Abkürzungen zur besseren Übersicht (F = Frühstück, M = Mittagessen oder Picknicklunch lt. Ausschreibung, A = Abendessen z.B. (F/-/A = Halbpension)).

### **Fährüberfahrt**

Zusätzlich noch ein Tipp zur Fährüberfahrt: Es gibt Menschen, die schon bei leichtem Seegang Schwierigkeiten bekommen. Gegen Seekrankheit gibt es Tabletten beim Apotheker. Fragen Sie danach, falls Sie Schwierigkeiten bei Seekrankheit haben.

Wir empfehlen, an Bord der Fähre nicht das gesamte Reisegepäck mitzunehmen, sondern lediglich ein Handgepäck mit den Utensilien für die Fährüberfahrt. Denken Sie an alles, was Sie in der Kabine benötigen. Sprich Medikamente, Foto und sonstige lebenswichtige Dinge. Wichtig ist zu wissen: Sie kommen auf dem Schiff nicht mehr an Ihren Koffer, wenn Sie diesen im Bus belassen.

### **Tipps für Ihre Radreise**

**Rauchverbot im Bus:** Eine Busfahrt ist eine Reise in Gemeinschaft. Daher ist die gegenseitige Rücksichtnahme eine Selbstverständlichkeit. Damit das "Klima" im Bus nicht gestört wird, ist dort das Rauchen untersagt. Bitte beachten Sie auch das Rauchverbot in allen Hotels.

### **On Board / Unterhaltung im Bus / USB-Anschluss**

An- und Abreise. Im Bus haben Sie viel Sitzabstand, so dass Sie die Fahrt richtig genießen können. Wenn Sie ein spannendes Buch, Musik oder Filme auf Ihrem Smartphone haben, vergeht die Zeit wie Flug. Bitte denken Sie an Kopfhörer und eine Powerbank für Ihr Smartphone, da Sie im Bus leider nicht die Möglichkeit haben, Ihr Telefon aufzuladen. Ein Nackenkissen schützt vor Verspannungen.

**Helm:** Wir empfehlen dringend das Tragen eines Fahrradhelmes.

**Luftdruck:** Prüfen Sie Ihre Reifen auf Luftdruck. Bitte beachten Sie die Angaben des Reifenherstellers.

**Ersatzschlauch:** Für den Fall der Fälle sollten Sie einen passenden Ersatzschlauch und Flickzeug mitnehmen. Auch ein kleines, spezielles Fahrrad-Werkzeug-Set (Tool) ist natürlich hilfreich.!

**Verbandszeug:** Für kleinere Unfälle, auf dem Fahrrad oder anderswo, empfiehlt es sich ein Erste-Hilfe-Set und etwas Pflaster mitzunehmen.

**Zustand Ihres Rades:** Selbstverständlich nehmen Sie Ihr eigenes Fahrrad von zu Hause mit. Bitte denken Sie vor der Radreise an den Zustand Ihres Rades - es macht viel mehr Spaß, wenn alles funktioniert und man gerät nicht in Hektik. Sie sollten auch daran denken einen kleinen Rucksack für die Radtouren dabei zu haben.

Bitte achten Sie auf eine gute, neue Bereifung, wobei Pannenschutz wichtiger sein sollte als optimaler Rollwiderstand.

Denken Sie auch an Ihre Schaltung. Ist die gut eingestellt? Überprüfen Sie bitte auch Ihre Bremsanlage. Wir sind teilweise auch in hügeliger Landschaft unterwegs und gute Bremsen mit neuen Bremsbelägen sind somit sehr wichtig.

Vielleicht wäre doch noch ein Check bei Ihrem Radhändler von Vorteil.

**Radbeförderung:** Bitte achten Sie darauf, dass beim Transport in unserem Radanhänger keine Satteltaschen, Körbe, Lenkertaschen und vor allem keine Akkus am Rad sind. Nach dem Entladen können Sie all dies selbstverständlich wieder anbringen.

**Handy:** Wenn Sie im Besitz eines Handys sind, dann nehmen Sie es mit. Es kann in Not sehr wichtig sein. Damit Sie auch beim Radfahren einen Anruf hören, wählen Sie bitte einen gut hörbaren Klingelton und stellen das Handy unterwegs auf volle Lautstärke. Bitte beachten Sie, dass Sie während des Radelns nicht telefonieren dürfen, dies ist EU-weit verboten. Halten Sie bitte an und telefonieren Sie in Ruhe.

**Verpflegung auf der Reise:** Im Hotel erhalten Sie abends immer warme Mahlzeiten und morgens auch ein gutes Frühstück. Die Getränke im Hotel gehen extra.

Im Bus erhalten Sie während der Aktivtage Leitungswasser für die Trinkflasche sowie ein Stück Obst gratis (siehe Katalog: Verpflegung). Es werden warme (Tee u. Kaffee) u. kalte Getränke (wie z.B. Bier, Cola, Fanta, Mineralwasser usw.) angeboten, auch ein Imbiss zwischendurch ist möglich. Sie können zu günstigen Preisen Würstchen u.Ä. bekommen.

**Sicherheit:** Wir fahren vorwiegend auf Straßen mit Autoverkehr. Dort gilt selbstverständlich die Straßenverkehrsordnung. Für deren Einhaltung und Ihre persönliche Sicherheit sind Sie selbst verantwortlich. Eine Haftung können wir bei eventuellen Unfällen nicht übernehmen. Achten Sie bitte insbesondere darauf, dass auch lange Fahrzeuge (LKW, Bus) die Möglichkeit haben, gefahrlos zu überholen (und einzuscheren). Wir bitten alle Teilnehmer unserer Reisen um eine umsichtige Fahrweise. Wir bitten Sie deshalb auch nicht nebeneinander in Gruppen auf diesen Straßen zu fahren, sondern hintereinander. Gut für die eigene Sicherheit sind bei Ihrer Radbekleidung Farben, mit denen man gut von anderen Verkehrsteilnehmern gesehen wird.

**Rücksicht:** Das ist nun für uns einer der wichtigsten Punkte. Die Reise ist eine Gemeinschaftsreise. Deshalb, liebe Gäste, bitten wir Sie auf einander Rücksicht zu nehmen. In der Gruppe reisen ist viel interessanter als alleine. Sie haben Zeit für Unterhaltung und lernen gemeinsam ein fremdes Land kennen. Vor allem bitten wir Sie bezüglich des Tempos, dass wir einen gemeinsamen Nenner finden. Wir möchten die Reise gemeinsam machen und eine „Reisegeschwindigkeit“ fahren, die jeder schafft.

**Welche körperlichen Voraussetzungen müssen Sie mitbringen?** Sie benötigen bei unseren Rennradreisen eine gute Kondition. Die sportliche Betätigung wird Spaß machen. Jede Reise ist anders. Jeder Tag nimmt einen anderen Verlauf. Unvorhersehbare Faktoren wie Wetter, Temperaturen oder Ihr persönliches Wohlbefinden haben entscheidenden Einfluss. Eine 6-stündige Tour kann durchaus "leicht" sein, wenn keine sehr schwierigen Wege zu befahren und keine größeren Höhenunterschiede zu bewältigen sind. Andererseits ist auch eine leichte Radtour auf diesen Reisen nicht mit dem „mal zum Einkaufen fahren“ zu vergleichen. Eine Kategorisierung kann daher nie "objektiv" sein. Dennoch haben wir die große Bitte an Sie. Seien Sie ehrlich zu sich – wenn Ihr Körper Signale sendet. Ab und zu werden Sie gefordert sein. Müdigkeit, Wetter usw.....Sagen Sie dem Reiseleiter sofort, wenn Sie sich unwohl fühlen. Lieber einmal pausieren als ein „Martyrium“. Es nützt Ihnen und Ihrer Gesundheit nichts und den anderen Teilnehmern ebenso wenig.

**Sollte es einmal zu viel werden oder Sie sind gesundheitlich angeschlagen, können Sie Abschnitte mit dem Bus fahren.**

**Diebstahl:** Achten Sie auf Ihre Wertsachen. Für die Aufbewahrung von Bargeld, Ausweisen und Geldkarten o.Ä. ist vielleicht ein Brustbeutel am sichersten. Behalten Sie insbesondere bei der Ankunft am Hotel und der Abreise das Gepäck im Blick, sowohl Ihr eigenes als auch das Ihrer Mitreisenden. Es empfiehlt sich — für den Fall eines Verlustes — Kopien der wichtigsten Reisedokumente im Gepäck zu haben. Alternativ lassen sich die Reisedokumente auch mit dem Smartphone fotografieren oder scannen und auf dem Gerät speichern.

**Ihre Reiseapotheke** wird hoffentlich ungebraucht im Rucksack bzw. Satteltasche bleiben, Salbe und Hansaplast, sowie ein paar Sicherheitsnadeln sollten nicht fehlen. Auch Ihre täglichen Medikamente. Denken Sie daran. Bluthochdruck, Herztabletten und und und – bitte nicht vergessen.

### **Fotografie**

Wir möchten Sie bitten, Personen besonders auch Kinder zurückhaltend und respektvoll oder nur mit deren Einverständnis bzw. der Eltern zu fotografieren.

### **Ein letztes Wort**

Jedes Land fordert vom Reisenden eine gewisse Toleranz, um sich auf Land und Leute und deren Sitten und Gebräuche einzustellen. Jedoch genau diese Sitten, Gebräuche und Lebensarten machen eine Reise ins [nahe oder ferne] Ausland auch so erstrebenswert. Auch dann, wenn damit Einschränkungen [Unterbringung, Verpflegung, Wegbeschaffenheit, etc.] in Kauf genommen werden müssen. Daher bedenken Sie bitte: Wir sind stets bemüht, Ihnen auch bei Auslandsreisen den gewohnten Standard zu bieten. Jedoch trotz aller Bemühungen müssen wir/Sie möglicherweise auch gewisse Abstriche hinnehmen.

Wir freuen uns auf Ihr Feedback nach der Reise. Senden Sie uns doch eine Kundenmeinung bzw. Kundenrezension per eMail oder Brief zu. Sehr gerne veröffentlichen wir auch Ihre Meinung auf unserer Internetseite. Ihr Reiseteam von Launer-Reisen Aktiv.

The banner features a yellow background with a red gradient at the bottom. On the left, there is an illustration of a person riding a bicycle. In the center, the text 'Launer.aktiv reisen' is written in a bold, red, sans-serif font. On the right, there is an illustration of a person skiing. Below the banner, a dark red bar contains the contact information in white text.

**Launer.aktiv  
reisen**

Wehrlachstr. 5 | D - 73499 Wört | Tel.: 07964 - 92 1000 | Fax: 92 100 90  
[www.launer-reisen.de](http://www.launer-reisen.de) | [info@launer-reisen.de](mailto:info@launer-reisen.de)