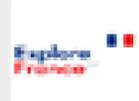
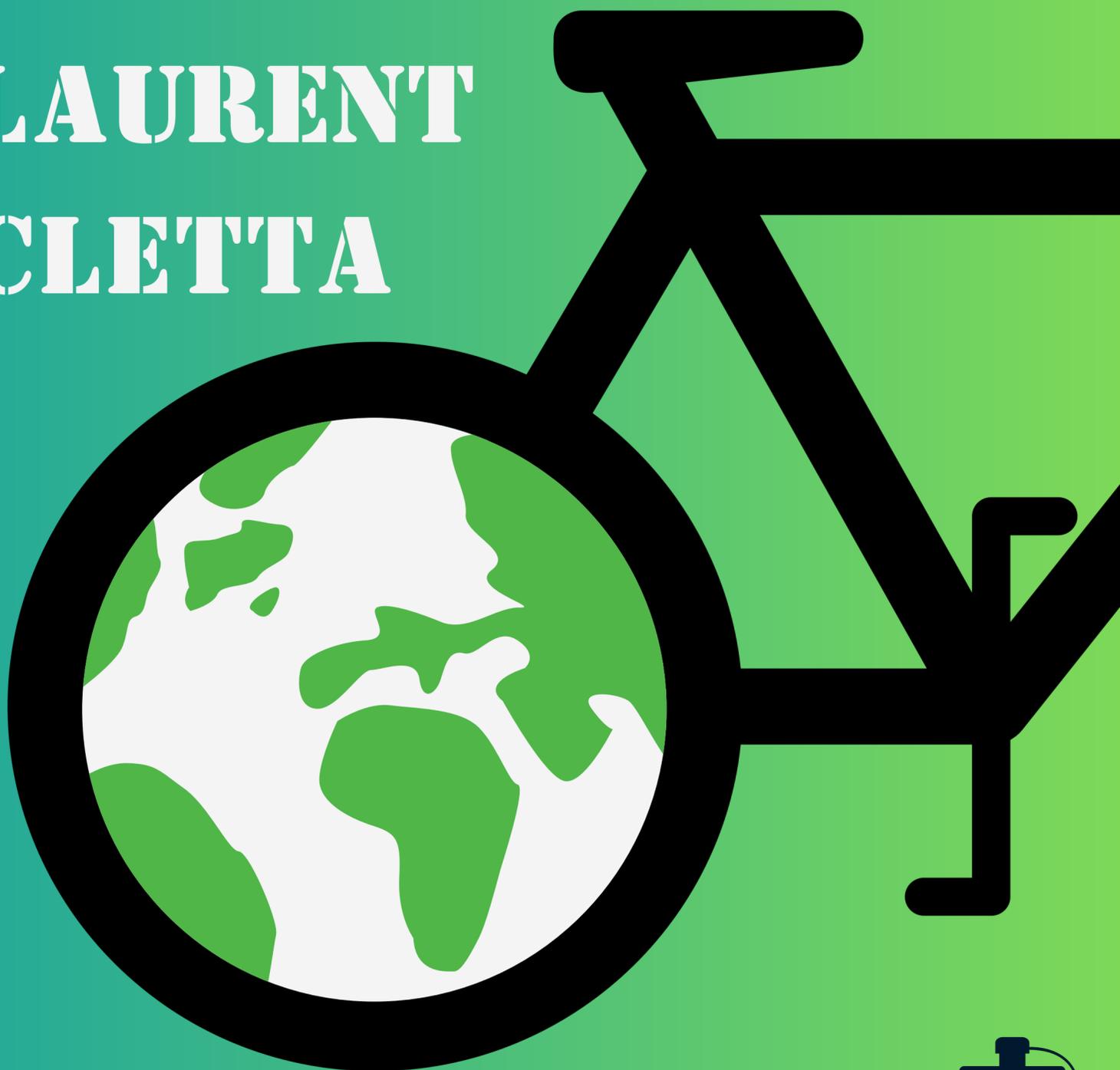




VIVERE 
SAINT-LAURENT
IN BICICLETTA



VIVERE SAINT-LAURENT IN BICICLETTA

Situata in una posizione ideale per i ciclisti, Saint-Laurent-du-Var offre ai visitatori il fascino di un villaggio autentico e la vivacità di una località turistica quotata in borsa, con lo sguardo rivolto al Mediterraneo e ai suoi piaceri. Dispone di una pista ciclabile asfaltata di 10 km sul lungomare fino a Nizza, nonché di un percorso all'interno del Parc Départemental des Rives du Var, che offre passeggiate e gite in bicicletta lungo il fiume Var e collega la costa (Cap 3000) con la zona industriale, passando per il centro della città.

Il percorso EuroVelo 8, lungo 7.600 km, collega 11 destinazioni note come Barcellona, Monaco, Venezia, la costa croata, Cipro (...) e attrazioni turistiche popolari. Le guide esplicative sono disponibili presso l'Ufficio informazioni turistiche.

L'Ufficio informazioni turistiche di Saint-Laurent-du-Var ha ottenuto il marchio "Accueil vélo". Si trova lungo la pista ciclabile che collega le località balneari di Nizza e Cagnes-sur-Mer e, oltre a fornire informazioni, dispone di prese elettriche e parcheggi, kit di riparazione di primo soccorso e un gonfiatore a cavalletto.

1819 route du Bord de Mer - Tél. +33 (0)4 93 31 31 21

info.saintlaurentduvar@nicecotedazurtourisme.com - www.tourisme-saintlaurentduvar.com



ALLOGGIO :

I seguenti hotel sono dotati di un deposito sicuro per le biciclette:

- The Originals City, Hôtel Galaxie *** (14 avenue du Maréchal Juin - 04.93.07.73.72 - reception@hotelgalaxie.fr): dispone di un deposito biciclette e di rastrelliere per biciclette.

A 1,3 km dall'Ufficio del Turismo

- Novotel CAP 3000**** (40 avenue de Verdun - 04.93.19.55.55 - h0414@accor.com): dispone di deposito e parcheggio per biciclette a 2,8 km dall'Ufficio del Turismo.

- Ibis Style Cap 3000 *** (190 avenue Guynemer - 04.92.12.88.88 - h5489@accor.com): garage con serratura nel seminterrato

A 1,7 km dall'Ufficio informazioni turistiche

- Le Gabian *** (932 route des Vespins "les Paluds" - 04.93.31.24.95 - hotel-legabian@wanadoo.fr): terrazza interna sicura, giardini dell'hotel

A 1,3 km dall'Ufficio informazioni turistiche

COSA VEDERE / COSA FARE :

IL FRONTE MARE

Il lungomare di Saint-Laurent-du-Var è dotato di parcheggi vicino all'ufficio informazioni turistiche, alla spiaggia e alla pista ciclabile. Nelle vicinanze si trovano anche servizi igienici pubblici gratuiti e un punto d'acqua.

CAP 3000

Centro commerciale con oltre 300 negozi e servizi (centro medico, supermercato, ristoranti, lavanderie, ecc.) vicino alla pista ciclabile. Il centro dispone di parcheggi per due ruote adatti alla sosta delle biciclette, agli ingressi "Porte de Saint-Laurent" e "Porte de Nice". Sono disponibili armadietti per i caschi.

www.cap3000.com

IL PARCO DIPARTIMENTALE DEL RIVES DU VAR

Questo parco offre una piacevole passeggiata a piedi o in bicicletta lungo il fiume Var, tra il centro commerciale Cap 3000 e la parte nord della città.

Ci sono tavoli da picnic in legno e pannelli informativi sulla flora e la fauna.

IL VECCHIO VILLAGGIO

Risalente al Medioevo, il Vecchio Villaggio è riconoscibile per le sue tipiche case a 3 piani, le sue stradine piene di storia e la sua chiesa risalente all'XI secolo. Durante tutto l'anno, è possibile effettuare una visita autoguidata in qualsiasi momento della giornata, grazie a cartelli posizionati strategicamente e all'applicazione SAINT LAURENT DU VAR TOURISME, disponibile gratuitamente su smartphone. Esiste anche un percorso speciale per i visitatori disabili.

Nelle vicinanze, ci sono servizi igienici pubblici gratuiti nel Parc Layet, nel parco del Municipio.

DINTORNI

Il lungomare di Cagnes-sur-Mer è attrezzato con cerchi presso l'Ufficio del Turismo e in diversi punti della pista ciclabile.

Haut-de-Cagnes: per raggiungere lo Château Grimaldi, parcheggiare la bicicletta a Square Bourdet e prendere il bus navetta gratuito che passa ogni 10 minuti.

COMBINARE BICI E TRASPORTO PUBBLICO:



Le biciclette non sono accettate su autobus e tram, ma è possibile appenderle a un cerchio e poi viaggiare sui mezzi pubblici.

Treni:

Il modo più semplice per spostarsi è il treno. Potete portare la vostra bicicletta/scooter gratuitamente su tutti i treni TER, preferibilmente nelle ultime carrozze. Tuttavia, la prenotazione è obbligatoria sui treni TGV (10 € per bicicletta). Informatevi presso la stazione SNCF prima del viaggio o chiamate il numero 3635 - www.sncf.com/fr.

Autobus:

Acquisto di biglietti occasionali a 1,70 € con una carta ricaricabile a piacere (costo della carta 2 €): con l'applicazione per smartphone "Lignes d'Azur Ticket" presso i terminali di ricarica (stazione degli autobus Cap 3000) o presso i rivenditori (punto lotteria Cap 3000) o allo sportello Lignes d'Azur (lunedì e mercoledì dalle 10.00 alle 13.00 e dalle 14.00 alle 17.00 alla reception di Cap 3000 e giovedì e venerdì dalle 9.00 alle 12.00 nell'atrio del Municipio).

Le Lignes d'Azur e le ZOU (linee dipartimentali o regionali) offrono numerose destinazioni tra Cannes e Mentone, con partenza da Saint-Laurent-du-Var.

Per maggiori informazioni: <http://www.lignesdazur.com> / <https://zou.maregionsud.fr/>

Per abbonamenti giornalieri, mensili o annuali, rivolgersi all'ufficio Lignes d'Azur o all'ufficio Zou della stazione SNCF di Nizza-Ville.

Les taxis Laurentins :

Ufficio centrale di prenotazione al +33 (0)4.93.14.92.92

Tram:

Tre linee a Nizza:

-Linea 1: da Nizza Nord "Henri Sappia" a Nizza Est "Hôpital Pasteur".

-Linea 2: da Nizza centro "Port Lympia" a Nizza ovest "CADAM Centre Administratif" o "Aéroport terminal 2" (1 tram su 2).

-Linea 3: da Nizza Ouest "Aéroport Terminal 2" a Nizza Ouest "Saint-Isidore".

Possibilità di effettuare collegamenti dalle linee di autobus di Saint-Laurent-du-Var (620/ 655/ 650/ 622...) con il tram per un periodo limitato (stesso biglietto per autobus e tram).

BICICLETTE SELF-SERVICE :

I noleggiatori di biciclette Lime e Pony

Lime e Pony sono società di noleggio biciclette self-service, disponibili 24 ore su 24 e 7 giorni su 7 in 12 comuni dell'area metropolitana di Nizza:

Beaulieu-sur-Mer, Cagnes-sur-Mer, Carros, Drap, La Gaude, La Trinité,
Saint-André-de-la-Roche, Saint-Jean-Cap-Ferrat, Saint-Jeannet, Saint-Laurent-du-Var, Nizza e Vence.

In tutte queste città sono state installate 2000 biciclette, il 90% delle quali a pedalata assistita.

Individuate e noleggate facilmente le biciclette tramite le applicazioni mobili dedicate di Lime e Pony. Create il vostro account, scansionate il codice QR sulla bicicletta e seguite le istruzioni.

Le biciclette devono essere restituite nelle aree di parcheggio designate sulle rispettive applicazioni.

Caratteristiche delle biciclette elettriche:

• Accessibile a partire dai 16 anni

• Velocità limitata a 25 km/h.

• Autonomia fino a 100 km - la ricarica della batteria elettrica viene notificata nell'app.

• Tecnologia all'avanguardia per un'esperienza di guida ottimale.

Sono state introdotte zone con limite di velocità di 10 km/h. Se si entra nella zona a una velocità superiore, il veicolo rallenta automaticamente. Queste zone sono indicate sull'app.

Prossimamente: tariffe ridotte per gli abbonati alle Lignes d'Azur e a Scolabus.



800 biciclette elettriche a pedalata assistita a 2 posti e 200 muscle bike.

Per completare il viaggio, è necessario restituire la bicicletta in un'area di parcheggio indicata sulla mappa da una P rosa.

Contatto: +33(0)2 52 33 18 95 / aide@getapony.com / Il testo del vostro paragrafo



1.000 biciclette a pedalata assistita.

Per completare il viaggio, è necessario riportare la bicicletta in un'area di parcheggio contrassegnata sulla mappa da una P blu.

Contatto: +33(0)9 74 59 52 21 / support@li.me / Tramite l'applicazione Lime nella sezione "Aiuto" / Il testo del tuo paragrafo

Per segnalare un veicolo Lime parcheggiato in modo scorretto: signalement-nicecotedazur@li.me

SOCIETÀ DI NOLEGGIO, VENDITA E RIPARAZIONE:

GLI AFFITTUARI

LAURENTINS :

SPOC

(bici da corsa
e bici da strada)

111 av Léon Bérenger

+33 (0)4 93 07 40 44

<https://spoc.fr>

contact@spoc.fr

lionel@spoc.fr

OX6GENE

(biciclette elettriche e non)

Parcheggio del centro commerciale CAP3000

Sud P1

217 av Eugène Donadeï

+33 (0)7 86 59 83 74

<https://www.cap3000.com/boutiques/ox6gene>

contact@ox6gene.fr

CAGNOIS :

ENERGY LOCATION

Spiaggia di fronte all'ippodromo di Cagnes-sur-

Mer

+33 (0)6 62 98 38 84

<http://www.energylocation-loisir.fr>

roycogold@gmail.com

STARS'N BIKE

99 Promenade de la plage

+33 (0)4 93 07 30 00

<https://www.starsnbike.fr>

BEES

(mountain bike e bici elettriche)

3 rue Pasqualini

+33 (0)4 89 97 20 56

<http://cagnes.stationsbees.com>

Visite guidate su richiesta (5 percorsi)

VENDITORI

LEADER CYCLES :

54 bd Jean Ossola

+33 (0)4 93 07 53 02

Vendita di biciclette di alta gamma e servizio

di assistenza post-vendita

[https://www.facebook.com/Leader-Cycles-](https://www.facebook.com/Leader-Cycles-169377173597570/)

[169377173597570/](https://www.facebook.com/Leader-Cycles-169377173597570/)

STARS'N BIKES :

99 Promenade de la plage

+33 (0)4 93 07 30 00

<https://www.starsnbike.fr>

BEES:

3 rue Pasqualini

+33 (0)4 89 97 20 56

Vendita, noleggio e manutenzione di

biciclette e accessori per mountain bike e

bici elettriche.

Visite guidate su richiesta (5 percorsi)

<http://cagnes.stationsbees.com>

RIPARATORI

SPOC

dispone di un'officina per la riparazione di

biciclette di tutte le marche

+33 (0)4 93 07 40 44

A 1,6 km dall'Ufficio informazioni turistiche

BIKE'ON

(tutti i tipi di biciclette)

Officina mobile di riparazione in tutto il

dipartimento

+33 (0)6 50 61 61 28

www.bike-on.fr

contact@bike-on.fr

ENERGY LOCATION

(Atelier : 6 rue des Capucines – 06800

CAGNES-SUR-MER)

Aperto il lunedì, martedì, giovedì e venerdì

durante il giorno.

+33 (0)9 81 09 48 10

A 4 km dall'Ufficio del Turismo

COLLEGAMENTI ELETTRICI :

I comuni di Saint-Laurent-du-Var e Cagnes-sur-Mer sono dotati di collegamenti elettrici negli uffici di informazione turistica:

Ufficio del Turismo di Saint-Laurent-du-Var: 1819 Route du bord de mer - 06700 Saint-Laurent-du-Var

. Ufficio del Turismo di Cagnes-sur-Mer: 99 Promenade de la plage - 06800 Cagnes-sur-Mer.

UFFICIO TURISTICO METROPOLITANO DI NICE COTE D'AZUR UFFICIO DEL TURISMO DI SAINT-LAURENT-DU-VAR

I NOSTRI RECAPITI :



I NOSTRI MARCHI DI QUALITÀ:

