

MANUEL DE BONNES PRATIQUES POUR LES CYCLISTES



Découvrez le Val d'Aran à vélo



1. Planifiez

à l'avance, à la fois avec un itinéraire et avec un GPS, en faisant des étapes qui sont réalisables en fonction de votre forme physique et en présélectionnant des établissements locaux où vous pouvez vous reposer et recharger votre vélo.



2. Apportez

une carte ou téléchargez l'itinéraire sur GuidAran ou Wikiloc.



3. Évitez

d'emprunter les chemins secondaires qui longent l'itinéraire recommandé et de créer des raccourcis. Ne polluer pas ou n'abîmer pas inutilement la nature.



4. Essayez

de ne pas traverser les cours d'eau ou de ne le faire que dans des endroits prévus à cet effet.



5. Respectez

les clôtures des exploitations agricoles et veillez à ne pas traverser les vergers ou les champs.



6. Modérez

votre vitesse et soyez conscient du fait que les sentiers sont également utilisés par d'autres personnes.



7. Préparez

votre pique-nique. Achetez des produits locaux et de saison. C'est un bon moyen de prendre soin de la planète, d'interagir avec les populations locales et de créer une économie durable.



8. Gardez

l'environnement propre, éviter de laisser des déchets dans des endroits non prévus à cet effet. Éliminer les déchets de manière appropriée. Emportez vos déchets avec vous et ne laissez jamais d'emballages de nourriture ou de mouchoirs en papier dans la nature.

À votre sécurité et accédez aux coins les moins connus de la vallée



9. Respectez

les règles de chaque zone. Ce qu'il y a de plus précieux dans la nature, c'est la flore et la faune qui sont si caractéristiques de chaque partie de la planète.



10. Évitez

les itinéraires qui passent par des écosystèmes fragiles.



11. Respectez

le bien-être du bétail. Ne les chassez pas et ne les dérangez pas.



12. Évitez

de faire un bruit excessif qui pourrait déranger les animaux sauvages vivant à proximité et vos propres compagnons.



13. Maîtrisez

vos animaux de compagnie pour les protéger contre les dommages indésirables.



14. Suivez les recommandations

des habitants, des endroits où manger, à visiter et des sentiers de randonnée à découvrir dans les environs.



15. Rechargez

votre vélo électrique et vos lampes avec de l'énergie renouvelable.



16. Réglez

votre vélo dans des endroits équipés à cet effet. Utilisez des savons et des huiles de graissage biodégradables.



17. Contactez

des professionnels locaux pour mettre au point votre vélo.



18. Pour profiter

pleinement de l'expérience, n'oubliez pas de louer les services d'un guide local qui vous permettra de découvrir chaque recoin de la destination en toute sécurité et de manière inoubliable.