SINGLETRAIL PLAISIR CAMP PROVENCE

1. – 7. Mai 2027



PROVENCALISCHE TRAIL-TRÄUME

Im Einflussbereich der mediterranen Luft sind hier die Frühlingsboten längst eingetroffen. Zusammen mit Fauna, Flora und all diesen Düften erwacht auch bei uns Bikern dieser innere Tatendrang und diese unbändige Trail-Leidenschaft. Und genau das können wir in der Provence gebührend ausleben und zelebrieren. Denn das Trailnetz ist atemberaubend schön und enorm vielfältig. Das Beste vom Besten kombiniere ich und herausgekommen ist ein Tourenprogramm, welches uns schon anfangs April mit den allerfeinsten Trail-Leckerbissen verwöhnt.

Wir starten im Herzen des Luberon – auf uralten Pfaden geht es durchs wilde Garrigue Gelände hinein in tiefe Schluchten. Jeder Trail öffnet ein neues Kapitel mediterraner Wildnis, in der wir den Duft und die Farben der Provence erleben. Via dem alles überragenden Montagne de Lure vollziehen wir einen Revierwechsel und erreichen das Val de Durance. Es entfaltet sich ein Trailtraum! Spektakuläre Landschaften, unendliche Singletrails und atemberaubende Aussichtspunkte – ein frühlingshafter Auftakt, der selbst die hungrigsten Biker:innen mit bis zu 90% Trailanteil verwöhnt. Wir entdecken eines der exklusivsten Frühlings-Reviere der Alpen!

KURZ-INFOS

Datum	1. – 7. Mai 2027
Tourentyp	Singletrail Plasir Camp
Konditionslevel	2 + 3*
Techniklevel	S1 bis S2
Anzahl Touren	6 + 1
Total Hm	6050
Total km	195
Guide	Hansi

* Leveleinteilung siehe «Infos»





Lukas Stöckli GmbH | Singletrailguide | Wilgass 26 | 6370 Oberdorf | +41 (0)78 601 47 89 | gipfelstuermer@lukasstoeckli.ch | www.lukasstoeckli.ch

SINGLETRAIL PLAISIR CAMP PROVENCE

1. – 7. Mai 2027

UNSERE BIKEREGION

Der Luberon ist eine Gebirgskette aus Kalkstein und erstreckt sich südöstlich von Avignon ca. 60 km nach Osten. Unterteilt ist die Gebirgskette durch den Petit Luberon und den Grand Luberon mit dem höchsten Punkt der Mourre Nègre auf 1125 Meter. Das Luberontal wird im Norden durch das Plateau de Vaucluse begrenzt mit dem dahinterliegenden und gut sichtbaren Mont Ventoux. Der Luberon besticht mit Ursprünglichkeit und Natur. Zerklüftete Felsen, wilde Schluchten, karge Gipfel aber auch üppige Pinienwälder, Weinlandschaften und Lavendelfelder prägen das Landschaftsbild.

Im Jahre 1977 wurde der Regionale Naturpark Luberon gegründet und von der UNESCO 2004 als Geopark Luberon ausgezeichnet. An den steilen Bergflanken im Süden kleben malerische Dörfer wie Lacoste, Bonnieux oder Saignon. Nördlich des Luberontals befinden sich Orte wie L'Isle-sur-la-Sorge, Fontaine-de-Vaucluse oder Gordes mit der nahen weltberühmten Abbaye de Sénanque. Roussillon mit seinen ockerfarbenen Häusern und den Ockerfelsen ist vermutlich der bekannteste Ort im Tal.

Historische Bedeutung erlangte der Luberon im 16. Jahrhundert als die Vaudois (Waldenser) von ihren Siedlungsgebieten in den Cottischen Alpen in die menschenleeren Gebiete des Luberon flüchteten. Zeitzeugen sind die in Fels gebauten Häusern um von den Verfolgern versteckt zu bleiben. Die Vaudois strebten eine Reform der katholischen Kirche an und wurden von den Inquisitoren der Kirche verfolgt.

Mitten durch die Provence fliesst die über 300 km lange Durance. Dem Lauf der Durance folgten über Jahrtausende verschiedene Wegbaumeister und Feldherren und hinterliessen ihre Spuren.

Hannibal zog 218 v. Chr. mit 50'000 Soldaten, 9000 Reitern und 37 Kriegselefanten von Spanien kommend durch das Durance-Tal um den Römern, aus dem Norden kommend, in den Rücken zu fallen. Die Römer bauten 118 v. Chr. die Via Domitia, die aus der Poebene über den Col de Montgenèvre nach Briancon führte. Im Anschluss folgte sie der Durance (Embrun, Gap, Sisteron) und führte weiter via Nimes über die Pyrenäen nach Spanien.

Später und bis heute dient diese Route bei Pilgern als wichtige Wallfahrtsroute auf dem Weg nach Santiago de Compostela.

Und auch Napoleon hatte 1815 seine Spuren hinterlassen. Als er aus dem Exil von der Insel Elba kommend, sich mit 1200 Männern u.A. durch das Val Durance zurück nach Paris kämpfte, um wieder an die Macht zu gelangen.

Die Dörfer des Val de Durance haben ihre malerische Identität und ihr reiches Erbe bewahrt. Dank dem milden Klima mit mehr als 280 Sonnentagen im Jahr und dem fruchtbaren Boden, bietet die Region beste Voraussetzungen für landwirtschaftliche Produkte wie Wein, Lavendel, Nüsse, Oliven, Honig oder Ziegenprodukte.

UNSERE UNTERKUNFT

Unsere 1. Unterkunft liegt in einem einsamen Tal inmitten einer bizarren Felslandschaft. Die typischen Steinhäuser mit einfachen Gästezimmern bieten uns einen angenehmen Aufenthalt. Am Abend geniessen wir eine ausgezeichnete typisch provenzalische Küche im Speisesaal oder bei warmem Wetter auf der Pergola mit Blick auf die Berghänge des Grand Luberon. Nach der Tour und einer Erfrischung können wir uns am Pool erholen oder die wilde Umgebung erkunden.

Die 2. Unterkunft ist ein neu renoviertes und historisches provenzalisches Haus aus dem 17. Jahrhundert, absolut ruhig gelegen mit grossem Umschwung und Swimmingpool. Wir haben das gesamte Haus gemietet! Traditionelle mediterrane Küche und Lebensmittel aus der Region. Sollte es genügend warm sein essen wir draussen auf der Terrasse und geniessen die Aussicht über das Tal der Durance. Liebevoll eingerichtete Gästezimmer. Auf Wunsch können auch Massagen vor Ort organisiert werden.

KLIMA UND WETTER

Wir spüren das Mittelmeerklima, weshalb hier der Schnee relativ bald weggeschmolzen ist. Die Temperaturen liegen während unseres Bikecamps in der Regel um 20 – 25 °C. In den hohen Lagen oberhalb 2000 Meter kann es aber durchaus mal frisch sein. Grundsätzlich profitieren wir vom warmen Südeinfluss und auch die Gewitteraktivität hält sich um diese Zeit noch in Grenzen. Ganz anders sieht es dann im Hochsommer aus wo sich über diesen Bergen nicht selten heftige Gewitter entladen.

UNSERE TOUREN

Die Wege- und Tourenvielfalt auf so kleinem Raum ist aussergewöhnlich und macht die Provence zu einem Leckerbissen der Königsklasse. Dank der riesigen Vielfalt kann hier praktisch auf sämtlichen Geländearten und auf den verschiedensten Trails gefahren. Auf Wunsch wird während oder nach der Tour auch an der Fahrtechnik geschliffen. Das Erlernte kann dann sogleich auf dem Trail angewendet und umgesetzt werden.

Die Touren sind zwischen 25 km und 48 km lang und weisen zwischen 800 und 1250 Höhenmeter auf. Sie alle können bei Bedarf «entschärft» oder verlängert werden. Für die genussvolle Teilnahme sind Grundkondition und gutes technisches Basiskönnen erforderlich (Level 2 + 3; siehe Homepage).

Lukas Stöckli GmbH | Singletrailguide | Wilgass 26 | 6370 Oberdorf | +41 (0)78 601 47 89 | gipfelstuermer@lukasstoeckli.ch | www.lukasstoeckli.ch

SINGLETRAIL PLAISIR CAMP PROVENCE

1. – 7. Mai 2027



1. TAG: LOURMARIN – 48 KM / 1250 HM

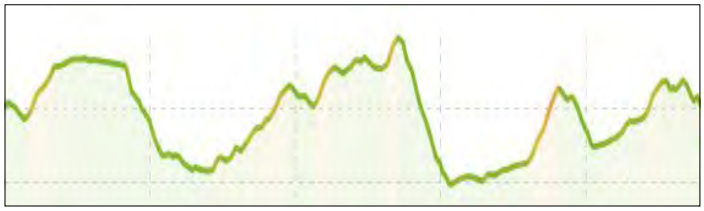
Auf unserer Einstiegstour erhalten wir einen ersten Eindruck über die vielfallt der Landschaft. Nach dem ersten Aufstieg hinauf auf das Plateau erblicken wir im Norden den weiss leuchtenden Mont Ventoux. Anschliessend kurven wir auf einem schmalen Trail durch die Garrigue und tauchen in einen Kiefernwald ein. Erstmals schimmern die rötlichen Ockerfelsen durch das Grün der Kiefern hindurch. Das Farbenspiel ist einzigartig! In Bonnieux nach einem Kaffee tauchen wir in die Gebirgskette des Petit Luberon ein und steigen mit kurzer Schiebepassage zur Krete hinauf. Der weite Blick gen Süden ist beeindrucken. Unter uns schlängelt sich die Durance durch das weite Tal und bei klarem Wetter können wir den Étang de Berre, einer Meeresbucht an der Côte Bleue erkennen. Auf zuerst steinigem Trail und danach ziemlich flowig kurven wir hinunter nach Lourmarin mit seinen schmucken Läden und netten Cafés. Nach einer erfrischenden Glace fahren wir durch die Schlucht von Lourmarin auf einer Strasse in Windschattenkollonne zurück. In der Mitte der Schlucht geht es auf schmalem Strässchen wieder empor und anschliessend trailen wir an der Schluchtflanke zur römischen Muschelbrücke und auf abwechslungsreichem Trail zurück zur Auberge.

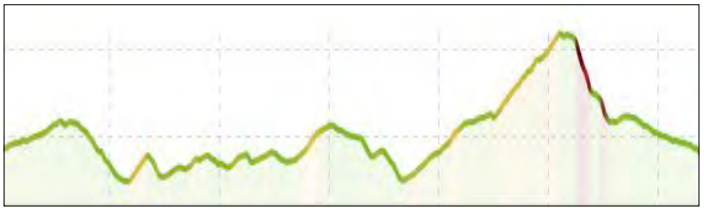
2. TAG: LUBERON – 32 KM / 1100 HM

Direkt östlich der Auberge beginnt die Schlucht der Aiguebrun, dem einzigen Bach im Luberon der das ganze Jahr Wasser führt. Durch Felsengen biken wir durch diese beindruckende Schlucht. Unser nächstes Ziel ist die Region Colorado-de-Rustrel, einem weiteren Naturwunder des Luberon. Der Ockerabbau von damals erstreckte sich weit über Roussillon hinaus und auch hier wurde das kostbare Gestein abgebaut. Regen und Wind formen die rötlichen und gelblichen Gesteinsmassen zu bizarren Fels-skulpturen. Mit der tiefgrünen Vegetation ist der Kontrast fast kitschig und wir gelangen auf abwechslungsreichen Trails und Wegen nach Rustrel. Wir machen Lunchpause und lassen die Farblandschaft auf uns wirken. Kräfte brauchen wir nun denn es geht hoch zum Mourre Nègre auf 1125 Meter. Zuerst auf schmalem Trail und dann auf einem breiteren Feuerlöschweg schrauben wir uns zum Turm empor. Oben angekommen schweift unser Blick staunend ringsum. Im Süden können wir bei klarem Wetter die Meeresbucht «Etang de Berre,» und im Norden das Plateau de Vaucluse mit dem Mont Ventoux erkennen. Abwechslungsreich und zum Teil herausfordernd startet die lange Rückfahrt durch die Aigebrun-Schlucht zurück zu unserer Unterkunft.









Lukas Stöckli GmbH | Singletrailguide | Wilgass 26 | 6370 Oberdorf | +41 (0)78 601 47 89 | gipfelstuermer@lukasstoeckli.ch | www.lukasstoeckli.ch

SINGLETRAIL PLAISIR CAMP PROVENCE

1. – 7. Mai 2027



3. TAG: HOCH ZUR «KLEINE SCHWESTER DES MONT VENTOUX» – 29 KM / 1050 HM

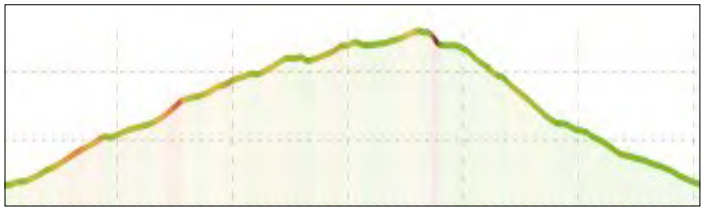
Die Montagne de Lure liegt in der Haute-Provence im Südosten Frankreichs und wird oft als die «kleine Schwester des Mont Ventoux» bezeichnet. Ihr höchster Punkt erreicht 1826 m, von wo aus man weite Blicke über die Provence, die Alpen und bei klarer Sicht bis zum Mittelmeer geniessen kann. Sie ist bekannt für ihre Mischung aus mediterraner Vegetation im Süden und alpiner Flora im Norden – und gilt als stiller Rückzugsort abseits der grossen Touristenströme. Auf Schotterwegen schrauben wir uns kontinuierlich hinauf und erleben dabei drei verschiedene Klimazonen. Im oberen Teil lichtet sich der Wald und wir können bereits das Gipfelziel des kahlen Kalksteinmassivs erkennen. Meist zeigt sich hier das Wetter von der windigen Seite und wir starten schnell in die Abfahrt. Zuerst über ein offenes Schotterfeld geht es schnell in die abwechslungsreiche und vor allem längste Abfahrt dieser Bikewoche.

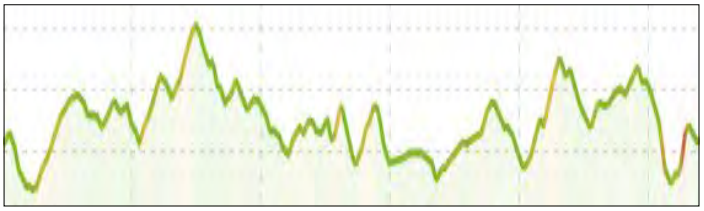
4. TAG: TRAIL-LABYRINTH – 35 KM / 900 HM

Die kleinräumige Gliederung dieser Naturlandschaft ist beeindruckend und oftmals wägen wir uns tatsächlich wie im Labyrinth. Den richtigen Weg zu finden und die Orientierung zu behalten ist eine Herausforderung. Ist man mal in dieses «Trailsystem» eingetaucht, würde man am liebsten ewig weiterfahren. Über Schultern, Kreten, Plateaus und Pässe erreichen wir immer wieder neue Tälchen die wir durchqueren. Gefühlt sind es Dutzende. Die verspielten Trails scheinen hier nie zu Ende zu gehen und fordern von uns eine genauso verspielte Fahrtechnik. In der Mitte der Tour fahren wir mal auf dem Uferweg der Durance entlang und durch verschiedene Vogelschutzgebiete. Hier können wir uns auf den zweiten Teil vorbereiten und das bereits Erlebte ein wenig sortieren. Denn auch im zweiten Teil erleben wir viele Trail- und Landschaftsüberraschungen. Einen Rhythmus fahren kann man heute selten und spätestens nach diesem Tourentag weiss jeder, was unter einer «aktiven Fahrweise» zu verstehen ist.









Lukas Stöckli GmbH | Singletrailguide | Wilgass 26 | 6370 Oberdorf | +41 (0)78 601 47 89 | gipfelstuermer@lukasstoeckli.ch | www.lukasstoeckli.ch

SINGLETRAIL PLAISIR CAMP PROVENCE

1. – 7. Mai 2027



5. TAG: TERRE NOIRES – 25 KM / 950 HM

Diese Landschaft, diese Trails sind schwer in Worte zu fassen. Etwas in dieser Art kenne ich nur in Moab und dürfte für die Alpen wohl einzigartig sein. Wie durch ein Labyrinth von Kämmen und Tälchen zieht sich unser Trail. Und immer wieder bleiben wir stehen weil wir kaum fassen können was wir sehen und auf welchen Wegen wir fahren.

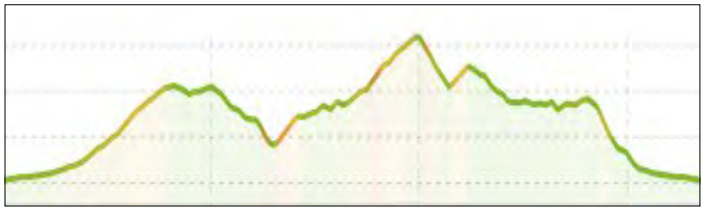
Die erste Schleife ist quasi das «Warmfahren». Mal flowig, mal knackig und immer wieder mit kleinen Dropps geht's über das dunkle Schiefergestein. Die zweite Schleife ist dann definitiv nur was für «Nervenstarke» und Schwindelfreie. Zwar ist der spektakulärste Abschnitt nicht allzu lange – aber die Konzentration muss da definitiv bei 100% sein. Das Adrenalin schiesst in die Adern. Die dritte und vierte Schleife ist dann einfach Genuss pur. Ein Erlebnis, das für immer in Erinnerung bleibt und definitiv zum faszinierendsten der Alpen gehört.

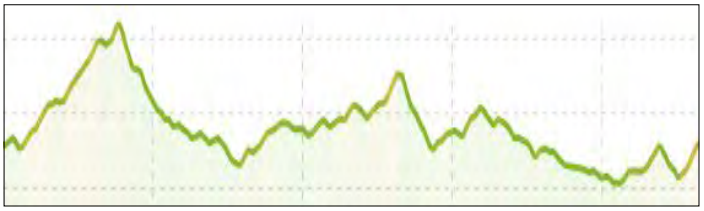
6. TAG: TRAIL-DAY – 26 KM / 800 HM

Auf verschiedenen Wegen und in unzähligen Kehren erklimmen wir am Morgen unseren Hausberg. Mehrere kleine Pässchen überqueren wir und tauchen hinein in die gefühlte Unzugänglichkeit dieses Gebietes. Noch mal erleben wir die volle Wucht dieser Trailregion, die uns mit ihrer unendlich scheinenden Trailvielfalt tief in ihren Bann zieht. Wir blicken über das breite Tal der Durance hinüber zu den Felsformationen «Les Pénitents». Sie erinnern von hier an eine Gruppe von Ordensbrüdern mit Mönchskutten. Obwohl es den Eindruck macht, das Gebilde setze sich aus einzelnen Kegeln zusammen, handelt es sich um einen einzigen grossen Sedimentkörper. Das Konglomerat, aus dem sie bestehen, ist sehr widerstandsfähig und so wurden sie aus dem Berg «heraus-erodiert».









Lukas Stöckli GmbH | Singletrailguide | Wilgass 26 | 6370 Oberdorf | +41 (0)78 601 47 89 | gipfelstuermer@lukasstoeckli.ch | www.lukasstoeckli.ch