

STAGE/SEJOUR DU CLUB du 11.09 au 18.09.2022
Hôtel Helvetia Albano Terme (Italie)

A l'initiative de Luigi BORRONI et de Guy ROMMELAERE, 12 membres de notre club accompagnés de leurs conjoints sont allés effectuer un stage/séjour d'une semaine à l'hôtel Helvetia qui est situé à Albano Terme.



Figure 1 – Hôtel Helvetia



Figure 2 - Le groupe au complet



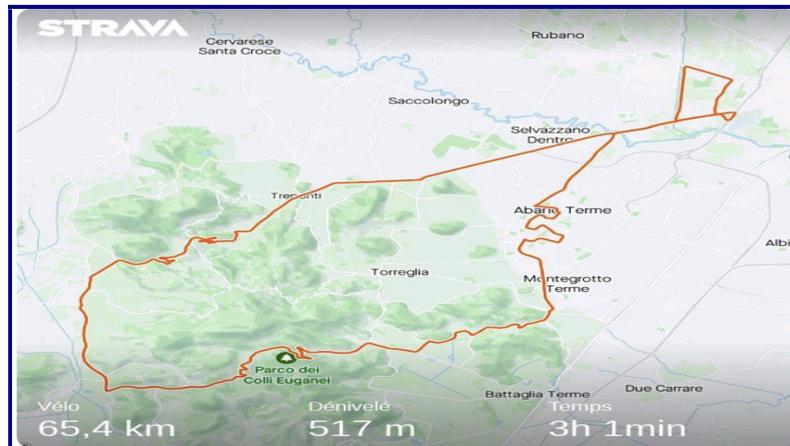
Figure 3 - Luigi et son épouse

Abano Terme est une commune italienne de 19.726 habitants qui est située dans la province de Padoue en Vénétie.

La principale activité provient du tourisme thermal, car les eaux d'Abano sont connues depuis l'Antiquité.

Comme dans tout stage, le matin est généralement consacré aux sorties en vélo et Luigi avait préparé pour le séjour 4 circuits avec tracé GPS qui sont décrits ci-après :

JOUR 1



Jetez un œil à mon activité sur Strava : <https://strava.app.link/VXpxv0Ipgtb>

👍☀️ Jour 1 séjour Italie à Abano près de Venise. 😜
Très gros % dès le départ 😓
Pratiquement tout le dénivelé sur les 25 premiers km 😜😜
Retour en touristes. 👍☀️
Michel

15:53



Figure 4 - Le groupe avant le départ

JOUR 2

Plus dur qu'hier, 🤔 19/25°C, une descente à 30 %, 🤔 montée raidillon à pied suite à problème dérailleur 🤔



Distance
62,70 km

Dénivelé positif
588 m

Durée de déplacement
2:55:08

Puissance moy.
105 W

Vitesse moy.
21,5 km/h

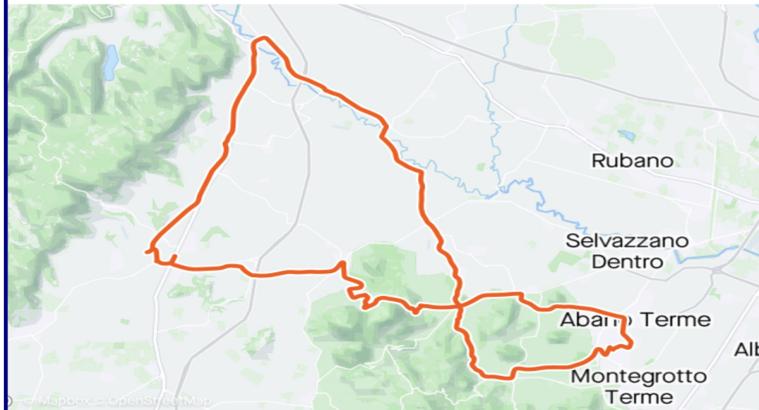
Calories
1 083 kcal



JOUR 4

Italie jour 4, 20/25°C, Petite sortie, petit col, vitesse soutenue au retour. Cool

L'équipe au complet



Distance
67,24 km

Dénivelé positif
200 m

Durée de déplacement
2:40:48

Puissance moy.
112 W

Vitesse moy.
25,1 km/h

Calories
1 178 kcal



JOUR 5

Italie Jour 5, 20/25°C, Petit circuit avec un col 🤪👍☀️☀️☀️

Bonne moyenne 26.3 km/h



Distance
64,36 km

Dénivelé positif
315 m

Durée de déplacement
2:27:05

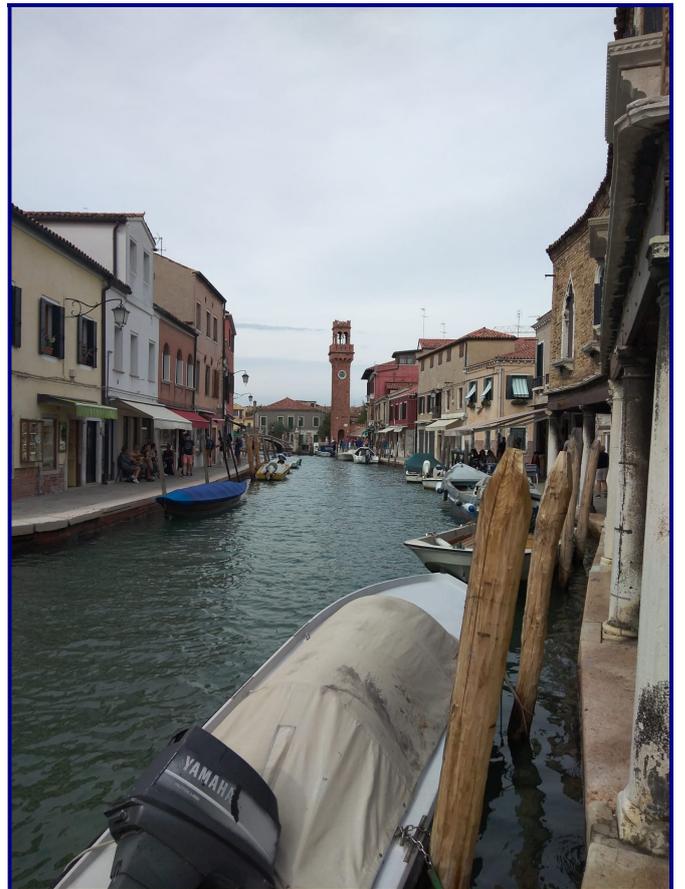
Puissance moy.
123 W

Vitesse moy.
26,3 km/h

Calories
1 220 kcal



En milieu de semaine, soit le mercredi, le groupe a fait une excursion dans les îles de Burano et de Murano. Cette sortie comme toutes celles du séjour avait été préparée par Graziella.



Comme dans tous séjours, il y a eu également des bons moments de partage et de convivialité.

Le mercredi, lors de l'apéritif concert, Joël a offert le Pineau et Michel a obtenu la privatisation de la salle de réunion et elle était donc réservée uniquement pour le groupe .

Michel a fait le show en interprétant des titres accompagné de sa guitare, il a même fait appel à José qui a joué le jeu à fond, ce fut un bon moment de franche rigolade.



Figure 5 - Michel & José en plein show

Le séjour, s'est terminée par l'apéritif offert par le Club et au cours duquel Guy dans son allocution a tenu à remercier Luigi pour la préparation des circuits et Graziella pour les excursions, et les réservations du bus, train et bateau.

Ensuite Michel a demandé la parole et il a lu un petit texte humoristique sur le séjour avec des rimes en O comme Abano pour clôturer ce moment dans la bonne humeur.

Ce reportage a pu être établi grâce aux photos de Jacques Bacq, aux données Strava de Michel et aux notes qui m'ont été transmises également par Michel.