

CYKELRESA I KAPPADOKIEN**30 maj – 9 juni 2004**

Kappadokien ligger på en höjd av ca 1100 m ö h i hjärtat av Turkiet. Med sin geologi och sitt historiska arv får det alla besökare att häpnat. De unika bergformationerna, som formats för miljoner år sedan av vulkanutbrott, väder och vind, får varje besökare att tänka sig bort i sagans värld och fantisera om små figurer som rusar ut och in i alla hålor och bon.

Hela området på drygt 2000 km² är fyllt av antika klipputhuggna städer ovan och under jord, allt karvat och grävt av människohand under årtusenden i den mjuka lavastenen. Historien startar med Hettiterna 1500 f. Kr och fortsätter fram till den osmanska perioden på 1300-talet e. Kr. Tusentals kyrkor minner om den första kristna perioden då de kristna troende fick ta sin tillflykt till grottor och dalar undan invaderande perser och araber. De vackrast dekorerade kyrkorna är från 1000-talet och finns runt Göreme.

På vår resa runt om i Kappadokien cyklar vi genom och besöker de flesta av de spektakulära områdena bl a; Göreme, Ürgüp, Zelve, Ortahisar, Uchisar, Avanos, Nevsehir och de mest kända underjordiska städerna Kaymakli och Derinkuyu. Våra inkvarteringar sker från 4 *-iga hotell till enklare pension ute på landsbygden. Vi övernattar också två nätter i ett grekortodoxt kloster, som omgjorts till hotell. Frukost och middag äter vi på våra hotell och vid lunchtid har vi då och då pic-nic eller hittar mindre restauranger utefter vår väg.

Cyklingen sker på den egna cykeln som tas med från Sverige. Följebil finns, som tar visst bagage, servar med vatten under cykeldagarna, kontrollerar hotell och inkvarteringar i god tid före ankomsten, bistår med plåster och First Aid om olyckan skulle vara framme och har plats för en trött eller skadad cyklist om behov finns.

Resan på totalt 11 dagar omfattar 9 cykeldagar med 1 vilodag inlagd mitt i programmet och 2 transferdagar. Vi flyger reguljärt med Turkish Airlines Arlanda-Istanbul-Kayseri t/r.

Välkommen på denna natur- och kulturreisa till ett resmål som få Cykelsvenskar har upplevt – kanske blir vi första grupp?

Inkvartering:	30/5 – 3/6	Hotel Akuzun 3*, Ürgüp
	3 – 4/6	Hotel Ali Baba (pension), Derinkuyu
	4 – 6/6	Hotel Karabella (kloster), Güzelyurt
	6 – 7/6	Hotel Altinöz 4*, Nevsehir
	7 – 9/6	Hotel Akuzun 3*, Ürgüp

Dag 1 – Söndag 30 maj 2004

Flyg med Turkish Airlines från Arlanda till Istanbul. Ankomst till Istanbul flygplats 20.30 och byte av plan för fortsatt flygning till Kayseri där vi landar strax före midnatt. Buss och mindre lastbil för cyklarna möter och kör oss till Ürgüp för inkvartering på Hotel Akuzun, centralt beläget mitt i staden.

Karta Dag 1+11: Kayseri Airport-Ürgüp t/r

Dag 2 – Måndag 31 maj

På morgonen vilar vi ut efter den sena ankomsten. Efter frukost har vi välkomstinformation och genomgång av karta, cykelprogram och kappadokisk historia före lunch. Eftermiddagen är fri för iordningställande av cyklarna, promenad eller cykling i stadens omgivningar..

Cykeleballage och större resväskor förvaras på hotellet under veckan vi utforskar omgivningen i Kappadokien. Bagaget för cykeldagarna packas i en mindre bag och transporteras med följbilen.

På kvällen äter vi *gemensam välkomstmiddag* i hotellets matsal.

Karta Dag 2+10: Egen cykling Ürgüp.

Dag 3 – Tisdag 1 juni

Första "riktiga" cykeldagen och dags att ta Kappadokiens unika miljöer i besittning! Dagens etapp blir en rundresa där vi först besöker ett kloster och sjukhus, båda utgrävda i berget, vi fortsätter till Göreme Open Air Museum, det mest spektakulära muséet i Kappadokien. Här stannar vi några timmar för en rundvandring tillsammans med lokal guide, som berättar om alla de olika kyrkorna och "byggnaderna". Inträdesavgift och guide ingår i resans pris.

Vi äter lunch i Göreme by, bara 1 km från muséet och på eftermiddagen cyklar vi vidare och besöker byarna Uchisar och Ortahisar, båda med imponerande bergsformationer. I Ortahisar stannar vi till på det kända mattcentrat Carpedocia och får en demonstration och information om de kända turkiska mattornas tillkomst.

Sen eftermiddag är vi tillbaka i Ürgüp och vårt hotell. Vi äter *gemensam middag* i hotellets matsal på kvällen.

Karta Dag 3 i separat ruta: Ürgüp-Göreme-Uchisar-Ortahisar-Ürgüp

Etapplängd: ca 32 km.

Etapppkommentar: Efter start en lång uppförsbacke i centrala Ürgüp. Vi ser uthuggna bostäder i berget utefter hela backen. Sträckan fram till klostret och sjukhuset lutar svagt uppför ca 4 km. Förfriskningsmöjligheter finns på båda sidor av vägen, likaså vackra utsiktsplatser och fotoobjekt över området. Ürgüp 1040 m ö h.

Nerfarten till Göreme Open Air Museum är mycket brant och belagd med gatsten. Sträckan är ca 1 km och kan vara hal om vädret är regnigt eller fuktigt. Vid torrt väder är det inga problem.

Göreme by är ett populärt turistområde för bland annat s k backpackers med mängder av restauranger, billiga pensioner och butiker. Göreme 1090 m ö h.

Vägen Uchisar – Ortahisar - Ürgüp bjuder på fin landsväg men här och där ordentliga backar både uppför och nerför. Cykelbanor finns på båda sidor av vägen. Uchisar är den högsta punkten i området med en höjd på 1260 m ö h.

Dag 4 – Onsdag 2 juni

Efter frukost tar vi oss idag norrut från Ürgüp och passerar igen det intressanta landskapet med stora områden av bergsformationer. Ett av målen för dagen är staden Avanos, mest känd för sin keramik. Den röda leran från Turkiets längsta flod, Kızılırmak (Den Röda Floden), har här använts för keramikframställning i tre årtusenden ända från Hettiternas tid. Vi gör ett besök i en av keramikfabrikerna och får vara med om drejning och framställning av föremål efter historiska förlagor.

Vi äter lunch i Avanos innan vi beger oss söderut mot Göreme och tar en avstickare till den gömda staden Zelve, en av de allra största arkeologiska utgrävningarna i Kappadokien. Här gör vi ett stopp för dem som vill besöka muséet (inträdesavgiften ingår inte i resans pris) och övriga kan förfriska sig på någon av de många restauranger som kantar parkeringsplatsen. Innan vi kommer fram till Zelve passerar vi Pasabağı där de riktigt stora "svamparna" står med sina hattar. Ett av det mest fotograferade området i Kappadokien!

På återvägen till Ürgüp passerar vi återigen Göreme Open Air Museum på samma väg som igår, men denna gång i motsatt riktning och får alltså härliga nerförsbackar in till centrum av Ürgüp.

När vi kommer hem till hotellet tar vi en liten kasse badkläder och promenerar några hundra meter till stadens *Hamam* (turkiska badet), autentiskt sedan 1500-talet. Här ska vi njuta av de varma marmorhällarna, allt det friska vattnet som öses över oss, tvålmassagen på turkiskt vis och den avslappande vilan efter badet. Besöket i *Hamam* med bad och tvålmassage ingår i resans pris.

På kvällen äter vi *gemensam middag* i hotellets matsal.

Karta Dag 4 i separat ruta: Ürgüp-Avanos-Zelve-Göreme-Ürgüp

Etapplängd: ca 30 km.

Etapppkommentar: Dagens cykling sker på fin landsväg med inte alltför stora nivåskillnader. Vi cyklar genom områden med bergsformationer på båda sidor om vägen och många tillfällen till fotografering. Avstickaren till Zelve är ca 3 km och väl värd den extra tiden! Backen förbi Göreme Open Air Museum känner vi till sedan igår, men nu ska vi uppför och den kräver kanske att bli till fots?

Dag 5 – Torsdag 3 juni

Nu lämnar vi Hotel Akuzun och Ürgüp för några dagar och ger oss av söderut i området. Målet idag är byn Derinkuyu med sin stora underjordiska stad.

Men först passerar vi byarna Mustafapaşa, Ayvalı och Güneyce innan vi kommer fram till Kaymaklı där den första stora underjordiska staden finns. Man beräknar att den anlades mellan åren 600 och 900 f. Kr och har 7-8 våningar under jord. Området täcker ca 2,5 km² och utgrävningarna startade 1964. (Inträde ingår inte i resans pris.)

Efter ett lunchavbrott på en lokal *lokanta* fortsätter vår cykeltur söderut med mål för dagen staden Derinkuyu. Här tar vi in på en enkel pension, Hotel Ali Baba, mitt i centrum och har några eftermiddagstimmar för oss själva innan vi äter *gemensam middag* på pensionen (alt. närliggande restaurang).

Karta Dag 5: Ürgüp- Mustafapaşa-Ayvalı-Güneyce-Kaymaklı-Derinkuyu

Etapplängd: ca 42 km.

Etapppkommentar: Dagen erbjuder mycket trevlig cykelväg som slingrar sig genom ett leende landskap med skuggande träd på båda sidor av vägen. Terrängen är då och då kuperad men inga stora nivåskillnader. Vi passerar också stora vinodlingar.

Byn Ayvalı ligger i en dalsänka med en kraftig nerförsbacke ner till byn och en kraftig uppförsbacke när vi lämnar byn. Därefter plan landsväg med svagt nerförslut till Kaymaklı och Derinköyu.

Dag 6 – Fredag 4 juni

Innan vi lämnar Derinkuyu besöker vi naturligtvis den underjordiska staden, den största av dem alla i Kappadokien. Staden har 18-20 våningar och ett djup av ca 40 meter ner i marken. Staden kunde hysa upp till 30 000 personer! Utgrävningar pågår och för tillfället finns 8 våningar rensade för besökare.

Efter att vi kommit upp i ljuset igen startar dagens cykeltur med mål Güzelyurt, som betyder vacker trakt. Vi färdas genom ett bördigt slättlandskap med stora odlingar, bl a potatis. Efter drygt 25 km ändras landskapet och vi får några stigningar upp och ner bland kullarna och vi får en skylt som pekar vänster: *Krater Gölü ve Jeotermal alanı 1*. Här tar vi av och cyklar upp till kratersjö som ligger på ca 1200 m ö h. Här stannar vi för dagens lunch som består av egen medhavd matsäck.

Efter lunch har vi ca 28 km till vårt mål, ett grekortodoxt kloster från 1800-talet omgjort till hotell, Hotel Karballa. Vi checkar in och äter vår *gemensamma middag* i hotellets matsal på kvällen.

Karta Dag 6: Derinkuyu-Krater Gölü-Güzelyurt

Etapplängd: ca 56 km.

Etapppkommentar: Dagen bjuder inte på stora höjdskillnader utan vi färdas större delen av dagen över en stor slätt med odlingar. Stigningen upp till kratersjön är inte brant, vägen är smal men asfalterad. Uppfarten till staden Güzelyurt blir dagens enda långa uppförsbacke, ca 2 km.

Dag 7 – Lördag 5 juni

Vi har vilodag idag och njuter av det trevliga hotellet, kanske ett bad i poolen, promenad till fots i den lilla staden eller upptäcker omgivningarna per cykel. Gruppen beslutar om dagen ska göras tillsammans eller på egen hand.

Ett cykelmål för dagen blir säkert den intressanta dalen Ihlara, ca 12 km väster om Güzelyurt. Vulkanutbrott från de höga bergen Hasandağ och Gölludağ täckte området i lava där floden Melendiz sedan grävde sig 150 meter ner och skapade en andlöst vacker 15 km lång kanjon. Här har människor funnit skydd och bostäder ända sedan stenåldern. Liksom i området runt Göreme finns mängder av kyrkor och kloster med fina freskmålningar.

Ett annat cykelmål kan vara att ta sig ca 4 km från hotellet upp till passet Sivrihisar Geçede på 1770 m ö h.

På kvällen äter vi vår *gemensamma middag* i hotellets matsal.

Karta Dag 7: Egen cykling. Förslag Güzelyurt-Ihlara Valley-Güzelyurt

Etappkommentar: Güzelyurt ligger på en höjd så de som väljer att utforska omgivningarna har antingen att ta sig nedför den långa backen eller fortsätta ännu några kilometer uppför.

Dag 8 – Söndag 6 juni

Efter vilodagen har vi veckans längsta etapp framför oss, ca 75 km, som börjar med cykling på byvägar innan vi efter ca 35 km når huvudvägen mellan Aksaray och Nevsehir. Utefter huvudvägen ligger flera s k Kervanserajer från den osmanska tiden, mellan 1100-1800-talen.

Det blir lunchstopp under dagen på en *lokanta* utefter vägen. Väl framme i Nevsehir på eftermiddagen checkar vi in på Hotel Altinöz 4*, beläget mitt i centrum och som vanligt äter vi *gemensam middag* i hotellets matsal på kvällen.

Före middagen har vi tid att utforska stadens centrum och kanske en promenad upp till borgen på toppen av berget. På vägen upp blir vi säkert stoppade flera gånger av kvinnor som vill sälja sina handvirkade spetsar.

Karta Dag 8: Güzelyurt-Gülağaç-Acigöl-Nevsehir

Etapplängd: ca 75 km.

Etappkommentar: Dagens cykling sker mestadels på plan mark med få backar. Första delen är en mindre landsväg och de sista ca 4 milen sker på huvudvägen.

Dag 9 – Måndag 7 juni

Sista cykeldagen och vi har bara 25 km framför oss! Vi har tid att ta det lugnt på morgonen och kanske ta en promenad i staden och äta lunch innan vi ger oss av.

Vi startar cyklingen efter lunch och tar vägen över Avanos till Ürgüp, där den sista sträckan är bekant, men denna gång i motsatt riktning. Vi får ett fint prov igen på de bekanta bergsformationerna och det blir tid att ta de sista bilderna på detta unika landskap. Vi är framme i Ürgüp på eftermiddagen och checkar in igen på Hotel Akuzun där vårt cykelemballage och resväskor har förvarats.

Resten av eftermiddagen är fri och vi äter *gemensam middag* i hotellets matsal på kvällen.

Karta Dag 9: Nevsehir-Avanos-Ürgüp

Etapplängd: ca 25 km

Etappkommentar: När vi lämnat Nevsehir har vi bara ca 15 km flack landsväg till Avanos och den sista sträckan till Ürgüp bjuder på några uppførsbackar när vi passerar bergsformationerna.

Total cykelsträcka fördelat på 6 dagars cykelprogram är ca 300 km. De 3 "fria" dagarnas cykling är inte inräknade.

Dag 10 – Tisdag 8 juni

Tidigt på morgonen kan den som önskar, och om vädret tillåter, delta i en ballongfärd över Kappadokia-området. I Göreme finns en svensk ballongförare som varit verksam i området 13 år. Ge oss gärna uppgift vid bokningen om du är intresserad av ballongfärden. (Ingår inte i resans pris.)

Vid hemkomsten efter den eventuella ballonggården är resten av dagen är fri för egna promenader eller en sista cykeltur innan cyklarna packas inför hemfärden i morgon.

. Kvällen bjuder på *gemensam avskedsmiddag* i hotellets matsal.

Karta Dag 2+10: Egen cykling Ürgüp

Dag 11 – Onsdag 9 juni

Ett cykeläventyr är slut.

Tidig utcheckning och transfer till Kayseri Airport för vidare flyg till Stockholm.

Karta Dag 1+11: Kayseri Airport-Ürgüp t/r.

I resans pris ingår:

- Flygresa Arlanda-Istanbul-Kayseri t/r reguljärt flyg i ekonomiklass med Turkish Airlines
- Transportavgift av cykel på flyget
- Transfer Kayseri Airport – Ürgüp t/r
- Följebuss (minibuss med plats för mindre bagage, 1 cykel + 1 person vid behov) med Lisa som chaufför under cykeldagarna
- 10 nätter på angivna hotell Kappadokien med halvpension
- 9 middagar varav 2 med vin/öl, övriga exkl. dryck
- Göreme Open Air Museum inkl. inträdesavgift och lokal guide
- Hamam* (turkiskt bad) inklusive bad och tvålmassage
- Kay som medcyklande guide

I resans pris ingår inte:

- Måltidsdryck
- Måltider ej angivna som *gemensamma* i programmet
- Försäkring
- Avbeställningsskydd

Bokning

Resan bokas hos SNC tours på mail info@snctours.com eller tel/fax +90 392 815 33 32. Resehandlingar kommer att ställas ut av Resecentrum i City AB, Sveavägen 39, Box 3245, 103 64 Stockholm. Kontaktperson är Ahmet Aksel, tel 08-22 22 90, e-post: aksel@resecentrum.se Resecentrum i City AB har ställt lagstadgad resegaranti till Kammarkollegium.

Avbeställning:

Vi rekommenderar att ett avbeställningsskydd tecknas, antingen tillsammans med Hemförsäkringen, vilket är det billigaste alternativet eller vid bokningen hos Resecentrum i City AB. Kostnaden för avbeställning är följande:
40 dagar före avresa 25%, 29-15 dagar före avresa 50%, 14-7 dagar före avresa 75% och 7 dagar före avresa 100%.

Resans pris:

- Totalpris i delat dubbelrum SEK 10.980:-. (Enkelrumstillägg tas ut.)**
(Observera att priset är baserat på 16 deltagare)

Vi reserverar oss för eventuella ändrade flygtider och väsentligt ändrade kostnader, skatter etc. som vi inte kan påverka.