



# TOUR SINAÍ 2024

# PEDALEA SOBRE LA HISTORIA Y LA ARENA DE LA PENINSULA DEL SINAI JUNTO AL MAR ROJO Y LOS CAMPAMENTOS Y POBLADOS BEDUINOS

---

La península del Sinaí en Egipto ofrece rutas en un **entorno único**. Rodar por los desérticos valles de la **cordillera del Sinaí**, con sus increíbles colores, junto al mágico azul del **Mar Rojo**. Ponerte a prueba ascendiendo al icónico Monte Sinaí, entre camellos y peregrinos, desde el Monasterio de Santa Catherina a la cima donde, según el Antiguo Testamento, Moisés recibió los Diez Mandamientos. Demostrar tu habilidad sobre la bici en los rock gardens naturales junto al mar en **Ras Abu Gallum**. Cambiar el casco por tu equipo de snorkeling para sumergirte en el Blue Hole y las cristalinas aguas de la **reserva natural marina de Ras Mohamed**. Vivir la cultura Beduina en los campamentos de los espacios protegidos de Nabq y Ras Mohamed. En definitiva, vivir una **experiencia única y completamente exclusiva**.



**DIFICULTAD  
TÉCNICA**

**2/5**

**NIVEL DE  
FITNESS**

**3/5**

**ADVENTURE  
LEVEL**

**4/5**



## LUGAR DE SALIDA/ LLEGADA

Sharm el Sheikh, Egipto

## FECHAS

Del 14 al 21 de Abril del  
2024

## PRECIO

2175€ hasta fin de año.

Del 1 de enero de 2024  
hasta 15 de marzo 2475€

## ¿QUÉ ESTÁ INCLUIDO?

---

- Traslados entre el Aeropuerto de Sharm el Sheikh y Hotel
- Todos los traslados durante el viaje
- Transporte de equipaje y bicicleta entre puntos
- Equipación conmemorativa
- Alojamiento en Hoteles de 4 estrellas (salvo albergue en Sta. Catherina) en habitación doble (suplemento habitación individual de **200 euros**)
- Desayunos, comidas y cenas durante el tour
- Avituallamientos/comidas durante las rutas (incluida agua embotellada)
- Guías en ruta
- Asistencia mecánica en ruta
- Asistencia personal individualizada durante todo el viaje
- Tasas de permisos y entrada a parques naturales y monasterio de Santa Catherina
- Guía local (idiomas: español, inglés, italiano, árabe)
- Seguro de viaje y accidentes
- Propinas
- Viaje en barco el último día al espacio protegido de Ras Mohamed
- Equipo de snorkel en Ras Mohamed y Blue Hole



## ¿QUÉ NO ESTÁ INCLUIDO?

---

- Repuestos de bicicleta (recomendable llevar patilla de cambio de repuesto)
- Vuelos hasta/desde Sharm el Sheikh<sup>1</sup>
- Masajes y/o fisioterapia
- Bebidas alcohólicas y refrescos
- Montaje en destino y desmontaje para transporte en avión de bicicleta<sup>2</sup>



---

1| Posibilidad de contratar. Precio en función de precios de mercado

2| Posibilidad de contratarlo por un precio de 80 euros impuestos incluidos

# ITINERARIO

---

## **Domingo 14**

Llegada y traslado a Hotel en Sharm el Sheikh. Preparación del material y breafing técnico.

## **Lunes 15**

Recorreremos el Golfo de Aqaba por pistas junto al Mar Rojo. Entrando en la Reserva Natural de Nabq, cruzando los valles de Wadi Mossan y Wadi Degla, entre cañones que combinan el blanco de la arena con el rojo y negro de la roca. Inmensos pasillos entre catedrales de roca escarpada. Tras cruzar un poblado Beduino descenderemos hasta la laguna de manglares donde nos espera nuestro campamento, cenando junto a sus cristalinas aguas y durmiendo bajos las estrellas en este exclusivo lugar.

Aprox. 60 km. 850 D+ (4-5 horas)

## **Martes 16**

Visitaremos el valle de Kandhar, también conocido como “Valle de la Menta”, por la presencia de esta planta silvestre que, aunque escondida, deja un dulce aroma en el aire. El paisaje se torna más desértico. Encontraremos numerosas acacias espinosas que nos proporcionarán codiciadas sombras. Cabalgaremos sobre arena más blanda y en ligero ascenso hasta el final de nuestra ruta. Traslado a la hermosa población de Dahab en el magnífico resort Le Meridien.

Aprox. 30 km. 500 D+ (3 horas)

## **Miércoles 17**

Pedalearemos alrededor de la laguna de Dahab, un lugar único en el mundo, donde el desierto se sumerge en el mar y crea colores fantásticos, y donde el kitesurf y el windsurf son los protagonistas. Luego continuaremos hasta el famoso Blue Hole. Nos dirigiremos al Parque Nacional de Ras Abu Galum, atravesando un acantilado de granito y corales fósiles que conforma un rock garden natural con una exigencia técnica alta. Nos dirigiremos a una laguna donde haremos una merecida pausa con un té del desierto antes de regresar por el mismo camino, siguiendo el acantilado. Almorzaremos en el Blue Hole y disfrutaremos del snorkel en uno de los lugares más conocidos del mundo por su espectacular barrera de coral. Tras refrescarnos en el Mar Rojo volveremos a la ruta de vuelta al Resort Le Meridien.

Aprox. 50 km. 480 D+ (6-7 horas)

## **Jueves 18**

Traslado desde Dahab hasta Santa Catherina, donde visitaremos el famoso Monasterio. Después del almuerzo, comenzaremos el ascenso del sagrado Monte Sinaí, con una altitud de 2285 metros. Es un verdadero desafío con pendientes de moderadas a difíciles, con un panorama impresionante y una subida donde algunas paradas para tomar fotos nos ayudarán a recuperar el aliento. A partir del penúltimo kilómetro será obligatorio dejar las bicicletas, y continuar el último tramo subiendo los 800 escalones a pie, para conquistar la cima. Five Continents ofrece aquí una ruta verdaderamente exclusiva, con el permiso de las autoridades para acceder a este lugar de peregrinaje con nuestras bicis. Tras la visita a la cima de este lugar tan especial, comenzará un descenso vertiginoso entre camellos y las luces del atardecer en uno de los lugares más especiales para la práctica del MTB.

Aprox. 25 km. 600 D+ (3-4 horas)

# ITINERARIO

---

## **Viernes 19**

Desde Santa Catherina nos dirigiremos por Wadi Mouglar. Alternando entre cañones, pistas y tramos asfaltados para evitar las blancas y más blandas arenas del desierto, por un paisaje único. Sin grandes dificultades físicas, para relajar nuestras piernas y disfrutar de la paz y la tranquilidad de rodar por el desierto del Sinaí, finalizamos la ruta y nos trasladaremos a la reserva natural de Ras Mohamed, donde nos espera la cena y volveremos a disfrutar de una noche bajo las estrellas junto al mar rojo y los Beduinos.

Aprox. 40 km. 500 D+ (4-5 horas)

## **Sábado 20**

Concluiremos nuestra “experiencia” con una verdadera “inmersión” en uno de los lugares más famosos del mundo para los buceadores. La península de Ras Mohamed nos envolverá con su belleza, siendo la mejor manera de concluir nuestro tour. Continuaremos con breves subidas y bajadas entre ensenadas, con un terreno bien firme entre arena y roca. Aquí descubrirás el más maravilloso azul que puede ofrecer el mar, en otro de los lugares más exclusivos del planeta donde disfrutar del MTB. Tras este fin de fiesta, nos trasladaremos de vuelta al hotel en Sharm el Sheikh para descansar y disfrutar de la playa y un merecido descanso.

Aprox. 45 km. 350 D+ (4-5 horas).

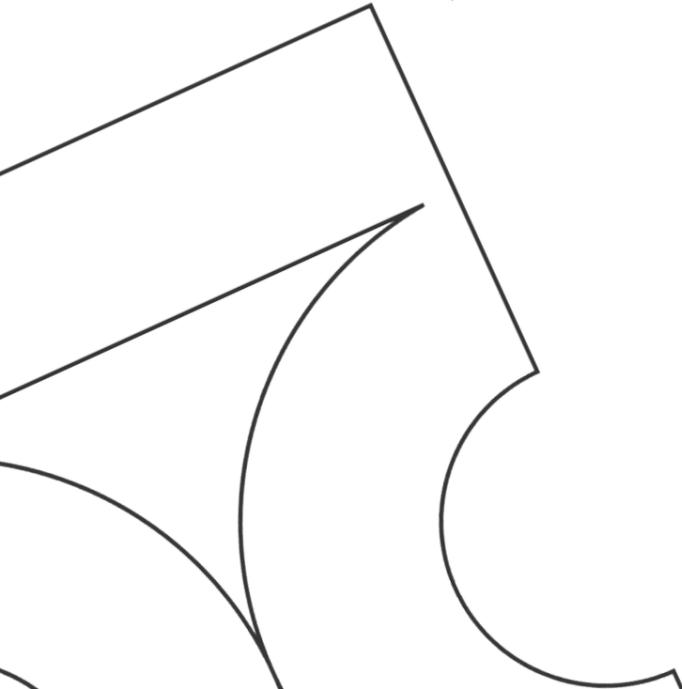
## **Domingo 21**

Como colofón, para quien pude disfrutar de algún día más en Sharm, se ofrecerá una excursión en barco para realizar snorkel en los arrecifes de coral de Ras Mohamed. También existe la opción de traslado al aeropuerto y vuelta a origen (en función de vuelo).

## **Lunes 22**

Traslado al aeropuerto de Sharm el Sheikh y vuelta a origen.

Recuerda que siempre puedes alargar tu estancia o empezar tu experiencia antes del comienzo del viaje. Contacta con nosotros por Whatsapp en el +34 673 604 252 o envíanos un mail a [javier@fivecontinentsrace.com](mailto:javier@fivecontinentsrace.com) para disfrutar de más tiempo en el Sinaí, descansar en la playa, o realizar otras actividades como buceo, visitas turísticas, etc. ¡En Five Continents queremos que disfrutes tanto de la bici como del tiempo libre!



# **SOBRE LA DIFICULTAD FÍSICA, TÉCNICA Y NUESTRO ADVENTURE LEVEL**

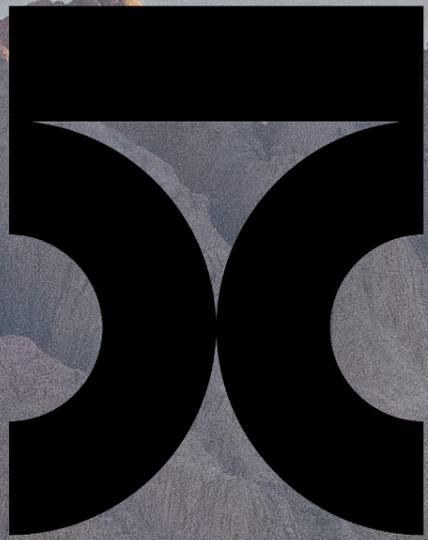
---

De modo que cada biker pueda disfrutar al 100% de nuestras experiencias, queremos explicar de la forma más objetiva posible la dificultad física y técnica de cada viaje.

En el caso del Sinaí Tour tenemos un viaje **técnicamente** asequible a cualquier ciclista de montaña, carretera o triatleta. Las dificultades residen en la ascensión al Monte Sinaí y su posterior descenso (opcional subir hasta donde se quiera/pueda, pudiendo continuar a pie), y en los numerosos rock gardens naturales del singletrack entre el Blue Hole y Ras Abu Gallum, también opcional.

En cuanto a las **exigencias físicas**, este viaje precisa de un nivel amateur medio. Si sales dos o tres veces a la semana a pedalear y alguno de estos días puedes cubrir 50 kilómetros y 1000 metros de desnivel positivo, aproximadamente, podrás realizar el tour disfrutando de la ruta y acumulando poca fatiga. Si sueles hacer rutas más suaves el recorrido te supondrá un reto completamente asequible. Siempre puedes recurrir a los masajes y tumbarte junta a la piscina para volver a estar al 100% al día siguiente. En todo caso, esto es orientativo, y como en todos los viajes, te proponemos un reto. Nuestros vehículos de apoyo siempre estarán cerca para que puedas repostar o darte un descanso si no puedes o no quieres continuar.

Finalmente tenemos nuestro **Adventure Level**. En el caso del Sinaí el nivel de aventura es alto, icuatro sobre cinco! Esto significa que estamos en una zona o territorio bastante aislada y salvaje, ya que pedalearemos en el desierto y zonas inhóspitas, lo que suma un punto de dificultad a la duración, distancia y dificultad técnica de cada ruta. Esto no significa que el viaje sea peligroso, ya que en todo momento tendrás a nuestros guías, vehículos de apoyo y recursos sanitarios de primer nivel. Así mismo, los hoteles con los que trabajamos ofrecen servicios premium y todas las comodidades posibles, salvo las noches que disfrutemos bajo las estrellas en los campamentos beduinos y la estancia de Santa Caterina, que no ofrece mayores comodidades. En todo caso, estamos siempre disponibles para atender vuestras dudas sobre el nivel y la dificultad necesarios para cada tour.



## **MÁS INFORMACIÓN Y CONTACTO**

Email: [javier@fivecontinentsrace.com](mailto:javier@fivecontinentsrace.com)  
WhatsApp: +34 673 604 252