

NUCLEI MEDIEVALI IN VALGRAVEGLIA E PRANZO IN AGRITURISMO



L'Associazione FIAB TIGULLIO VIVINBICI vi propone una gita in bici di difficoltà medio-impegnativa in parte su sterrato. Necessaria bici Mountain bike.

APPUNTAMENTO:

presso la sede di FIAB Tigullio Vivinbici a Sestri L. in Viale Dante 132H alle 8.00 Partenza alle 8.15

PROGRAMMA:

- in bicicletta da Sestri Levante alla Val Graveglia via panoramica di Cavi.
- Risalita della Valle fino al bivio per **Nascio** e **Cassagna**.
- Visita di entrambi i borghi con due brevi passeggiate a piedi e visita del Ponte del '700.
- da Cassagna sterrato per Statale
- pranzo presso Agriturismo PAGANINI (Antipasto, primo, secondo, dolce, caffè, acqua - vino a €18);
- salita sterrata al Passo del Biscia;
- rientro a Sestri Levante via Arzeno, Conscenti, Lavagna, S.S. Aurelia.

Tot. Km 60 - Dislivello mt 1.000 c.a.

COSTO: 18 € per i soci (solo quota pranzo), 20 € per i non soci (comprensivo di assicurazione RCT)

ISCRIZIONI: entro venerdì 21 Agosto ore 13.00 info@fiabtigullio.it o ros.macchia@tiscali.it o telefonando al capogita Rosario 330-790007. Numero max partecipanti 15.

INFORMAZIONI e PUNTO SOCI presso: Associazione Fiab Tigullio Vivinbici, Viale Dante 132H a Sestri Levante (lunedì 10/12.30 dal martedì al venerdì 16/19)

NOTE:

- All'atto dell'iscrizione comunicare il proprio recapito telefonico portatile
- Assicurarsi preventivamente del perfetto stato del proprio mezzo e dotarsi di almeno una camera d'aria di scorta e di kit per riparazioni
- Consigliato l'uso del casco
- In caso di previsioni meteo del venerdì precedente fortemente avverse la cicloescursione potrebbe essere annullata. In tal caso gli iscritti saranno avvisati via sms