



Domenica 14 aprile 2013

Gita in MTB di media difficoltà di km 40

BICI+TRENO

In MTB nei parchi



PARCO MONTEMARCELLO MAGRA

CON IL PATROCINIO DELL'ASSOCIAZIONE VIVINBICI-FIAB/TIGULLIO

NUMERO MASSIMO PARTECIPANTI: 15 (con bici intera) + altri con bici nella sacca

NUMERO MINIMO PARTECIPANTI: 6 (Termine comunicazione eventuale annullamento 1/3/2013)

QUOTA DI PARTECIPAZIONE [comprende: trasporto persone + bici su treno A/R, tassa d'iscrizione]

- non soci: € 13,50

- soci FIAB: € 11,00 (riduzione dovuta alla convenzione FIAB / Trenitalia)

- fruente gratuità ferroviaria: € 2,00

- minori di 12 anni: € 8,00

La quota NON comprende quanto non indicato nel programma

PROGRAMMA: Appuntamento alle **8.45** in stazione a **Sestri Levante** per prendere il RV2043 con trasporto bici delle 8.56, arrivo a La Spezia alle 9.59. Possibilità di salire alle fermate precedenti (Lavagna 8.50, Chiavari 8.46, Rapallo 8.37, S.Margherita L. 8.32) A La Spezia cambio treno: R11936 delle 10.12, arrivo a Vezzano Ligure 10.24

40 km circa di percorso totalmente pianeggiante su strada normale e sterrata.

Itinerario: alla scoperta in bici di un percorso sulle rive del Vara all'interno del Parco MonteMarcello - Magra

PRANZO al sacco a cura dei partecipanti.

RITORNO: appuntamento alle **16.30** alla stazione di S. Stefano di Magra, rientro con R24593 con trasporto bici delle 16.41, con arrivo a Sestri Levante alle 17.42 Possibilità di scendere alle fermate successive (Lavagna 17.47, Chiavari 17.51, Rapallo 17.59, S. Margherita L. 18.03)

LINK AL PERCORSO: <http://www.gpsies.com/map.do?fileId=vjqwtsitkwihpgc>

ISCRIZIONI: ENTRO GIOVEDI' 11 Aprile 2013 c/o Agenzia Viaggi Baia del Silenzio - Corso Colombo 24 Sestri Levante (Ge) Tel 0185 487015 (ore di normale apertura).

INFORMAZIONI E PUNTO SOCI PRESSO:

- Associazione Vivinbici
- Gli accompagnatori volontari
- Informagiovani di Chiavari, Rapallo, Sestri Levante, Santa Margherita Ligure

NOTE:

1. all'atto dell'iscrizione comunicare il proprio recapito telefonico portatile

2. assicurarsi preventivamente del perfetto stato del proprio mezzo.

Dotarsi di almeno 1 camera d'aria di scorta e di kit per riparazioni

3. Consigliato l'uso del casco.

4. in caso di previsioni meteo del venerdì precedente fortemente avverse la cicloescursione potrà non essere effettuata

per info: info@vivinbici.org oppure Marco marcoveirana@tiscali.it cell 339 1029558