



Domenica 27/10/2013



L'ANELLO SARZANESE

Alla scoperta di antichi borghi: Sarzana, Castelnuovo Magra e Fosdinovo

**Gita in bicicletta medio impegnativa di km 30, dislivello totale m 650
bici+treno**

CON IL PATROCINIO DELL'ASSOCIAZIONE VIVINBICI-FIAB/TIGULLIO



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

NUMERO MINIMO PARTECIPANTI: 5 (termine comunicazione eventuale annullamento 26/10/2013)

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

- non soci: 15.20 €

- soci FIAB: 12.56 € (riduzione dovuta alla convenzione FIAB / Trenitalia)

- fruenti gratuit  ferroviaria: 2.00 €

La quota NON comprende quanto non indicato nel programma

Il castello di Castelnuovo Magra

PROGRAMMA: appuntamento alle **8.40** alla stazione di **Sestri Levante** per prendere il treno RV2043 delle 8.56 con posti bici, arrivo a Sarzana alle 10.34 (cambio treno a La Spezia). Chi volesse prendere il treno nelle stazioni precedenti a Sestri dovr  provvedere autonomamente al proprio biglietto fino a Sestri Levante (Lavagna 8.50 , Chiavari 8.46 , Rapallo 8.37, Santa Margherita 8.32, Genova Brignole 8.03). Possibile appuntamento alla stazione di Sarzana alle 10.35 per chi volesse raggiungerla in modo autonomo (avvisare).

Percorso di circa 30 km che da Sarzana (breve visita della citt ) ci porter  a Castelnuovo Magra (visita e pranzo al sacco); quindi saliremo a Fosdinovo (visita). Ritorno a Sarzana.

Ritorno: ritrovo alla stazione di **Sarzana** alle **16.10** per prendere il treno R11854 con posti bici delle 16.23, cambio treno a La Spezia e arrivo a Sestri Levante alle 18.03

ISCRIZIONI: ENTRO VENERDI' 25 ottobre 2013 c/o Agenzia Viaggi Baia del Silenzio - Corso Colombo 24 Sestri Levante (Ge) Tel 0185 487015 (ore di normale apertura).

Accompagnatore: Marco Veirana

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 venerd  precedente fortemente avverse la cicloescursione potr  non essere effettuata

per info e dettagli: www.vivinbici.org info@vivinbici.org Marco: cell 339 1029558



La cattedrale di Sarzana