



**Domenica 8/9/2013**



## **LA VIA DEI SANTUARI**

### **Da Framura a La Spezia sulla strada alta delle 5 Terre**

**Gita in bicicletta medio impegnativa di km 52, dislivello totale m 900  
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 1/3/2013)

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

- non soci: 9.40 €

- soci FIAB: 8.00 € (riduzione dovuta alla convenzione FIAB /  
Trenitalia)

- fruente gratuità ferroviaria: 2.00 €

La quota NON comprende quanto non indicato nel programma

**PROGRAMMA:** appuntamento alle **8.40** alla stazione di **Sestri Levante** per prendere il treno RV2043 delle 8.56 con posti bici, arrivo a Framura alle 9.15 Chi volesse prendere il treno nelle stazioni precedenti a Sestri dovrà 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)

**Percorso di circa 50 km che da Framura ci porterà a Levanto lungo la ciclabile ricavata nella sede della ex-ferrovia; poi saliremo per superare il promontorio del Mesco fino all'inizio della strada dei santuari. Un itinerario che ci permetterà di godere dall'alto della vista delle Cinque Terre. A conclusione, passata una galleria, pedaleremo in discesa verso La Spezia con vista sul suo magnifico golfo.**

**Pranzo al sacco**

Ritorno: ritrovo alla stazione di **La Spezia** alle **16.45** per prendere il treno R24594 con posti bici delle 17.00, arrivo a Sestri Levante alle 17.42 Il treno prosegue nelle località successive.

**ISCRIZIONI: ENTRO VENERDI' 6 settembre 2013 c/o Agenzia Viaggi Baia del Silenzio - Corso Colombo 24 Sestri Levante (Ge) Tel 0185 487015 (ore di normale apertura).**

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 e dettagli: [www.vivinbici.org](http://www.vivinbici.org) [info@vivinbici.org](mailto:info@vivinbici.org) Marco: cell 339 1029558**