



**C.A.I. CLUB ALPINO ITALIANO**

sezione Mario Fantin - Bologna

via C. Battisti, 11/a

tel/fax 051 23.48.56

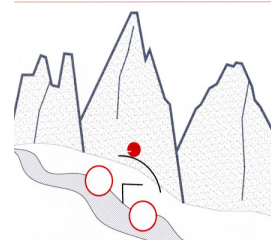
[www.caibo.it](http://www.caibo.it)

[cai-bo@iperbole.bologna.it](mailto:cai-bo@iperbole.bologna.it)

**Gruppo Cicloescursionismo CAI**

[www.ciclocai.bo.it](http://www.ciclocai.bo.it)

[ciclocaibologna@alice.it](mailto:ciclocaibologna@alice.it)



**CICLOTURISMO:**

**INSEGUENDO L'EROICA ...**  
**in Toscana tra Chianti e Crete Senesi**

**Sabato 10 e Domenica 11 Ottobre 2009**



Escursione fra Chianti e Crete Senesi sul percorso di gara dell'Eroica che ripercorre alcune delle più belle strade della zona del Chianti senese, della Valdarnia e della Valdorcia con tratti di strade bianche ancora esistenti che consentono di rivivere l'atmosfera del ciclismo d'epoca.

L'Eroica è una gara di 205 km che si svolge ogni anno la prima domenica di ottobre in provincia di Siena. Per partecipare

occorre obbligatoriamente essere equipaggiati con bici da strada ed abbigliamento rigorosamente d'epoca.

Non si può gareggiare con bici da strada che montano la tripla e tanto meno con le MTB. E' una gara che vuole ricordare il ciclismo d'altri tempi con dislivelli impegnativi da ricoprire in un sol giorno e con mezzi leggendari: roba da eroi, appunto.

Noi, che così eroici non siamo, la divideremo in due anelli e l'affronteremo in due giorni 'barando' un po' in sella alle nostre moderne biciclette.

Si consiglia una trekking bike o MTB con ruote slick o semi-slick (non occorrono artigliate). NO BICI DA CORSA E ASSOLUTAMENTE NO GOMME LISCE.



**Sabato 10 ottobre 2009**

Partenza con auto proprie + furgone per caricare tutte le biciclette. Arrivo a Siena da dove partiremo per ns. escursioni. Pernottamento Siena in Ostello con cena in locale tipico nelle vicinanze e per i meno stanchi, una bella passeggiata notturna per il centro.

Il primo giorno si prevede una lunghezza di circa 50 km con un dislivello di +800/-800; il percorso è misto tra asfalto e strade bianche non particolarmente intenso ma comunque impegnativo per i continui saliscendi.

### **Domenica 11 ottobre 2009**

Partenza dopo colazione per affrontare il secondo anello di circa 80 km con un dislivello di +1000/-1000 ed un paio di salite decisamente impegnative anche per via del terreno sterrato (assolutamente ammesso scendere dai pedali e proseguire per qualche metro a piedi, spingendo la bici !!!)

Rientro previsto a Bologna domenica sera per le ore 20,00 circa salvo problematiche di traffico sull'autostrada A1 da Firenze.

### ALTIMETRIA



<b>Sabato</b> <b>10 OTTOBRE</b>	Ritrovo a Casalecchio di Reno (BO) parcheggio rotonda Biagi, ore 06.45. Portare cartoni e/o vecchi panni da interporre tra tutte le biciclette che verranno caricate sul furgone noleggiato appositamente.. Sosta in autogrill per colazione e caffè. Pranzo al sacco. Durante il percorso in bici, potranno essere previste varie soste in considerazione dello stato di progressione di marcia del gruppo Pernottamento all'Ostello di Siena con sistemazione in camere doppie. Portare solo asciugamani ed altri oggetti personali; i lenzuoli vengono forniti dalla loro struttura.
<b>Domenica</b> <b>11 OTTOBRE</b>	Colazione in Ostello e caffè in pasticceria dietro l'angolo. Trasferimento in auto + furgone per le bici e pronti a partire per la seconda avventura. Sosta pranzo ad Asciano, dove ci godremo buon cibo locale e le bancarelle del mercato domenicale.
<b>Difficoltà:</b>	<b>MC</b>
<b>Accompagnatori:</b>	Patrizia Montanari 331 41.31.655 – Paolo Piana 347 44.84.271 (per qualunque informazione potete contattarci anche a questo indirizzo posta elettronica: <a href="mailto:ciclocaibologna@alice.it">ciclocaibologna@alice.it</a> - Ritrovo in sede per accordi e dettagli, lunedì 5 ottobre ore 21.30
<b>Iscrizioni:</b>	<b>Iscrizioni alla segreteria CAI entro lunedì 5/10, sera.</b> Apertura segreteria: (lunedì ore 21.00-22.30) Mercoledì, Giovedì e Venerdì dalle 16,00 alle 19,00 - tel / fax 051 234856 - (dopo tale data contattare direttamente gli accompagnatori) <b>Partecipanti: n. 10 min /16 max</b> Per motivi organizzativi (prenotazione ostello e noleggio furgone per bici) <b>le iscrizioni dovranno essere accompagnate da caparra confirmatoria di € 35,00=</b>
<b>Costi:</b>	<b>Costo gita € 5,00 + 35,00 (costo noleggio furgone a/r) per SOCI - € 12,00 + 35,00 per NON SOCI</b> Il costo dell'ostello con trattamento B.B. è di € 20,00 e sarà gestito in cassa comune. Sono esclusi pranzi al sacco, la cena del sabato sera ed altri extra personali. Il costo del furgone è stato formulato in base teorica minima, conguagli a consuntivo avvenuto.

**Note:**

\* E' fatto obbligo a tutti i partecipanti di indossare il casco e portare camere d'aria di scorta e kit di riparazione ed attrezzatura per piccoli guasti alla propria bici \* Il percorso potrebbe subire variazioni ad insindacabile giudizio dei direttori di gita \* La durata indicata si riferisce ai tempi effettivi in sella; in ogni caso trattasi di un dato puramente indicativo \* Portare lucchetto per bicicletta \* L'accettazione dei partecipanti è ad insindacabile giudizio dei direttori di gita.

## **REGOLAMENTO GITE**

Il capogita è l'accompagnatore che assume il compito della conduzione del gruppo e cura il corretto svolgimento della gita. Al capogita spetta ogni decisione in merito allo svolgimento dell'escursione anche se difforme dal programma.

Il Capogita potrà infatti variare il percorso o annullare l'escursione qualora le condizioni dei partecipanti, quelle atmosferiche o del percorso stesso non fossero ritenute favorevoli.

**Gli accompagnatori sono tutti soci CAI volontari la cui attività costituisce prestazione totalmente gratuita.**

Le decisioni degli organizzatori devono essere scrupolosamente rispettate, sia prima che durante l'escursione.

Sono assolutamente da escludere le iniziative personali: chi si discosta dal gruppo, non segue le indicazioni dei Capigita e non osserva il regolamento, se ne assume la piena responsabilità.

I partecipanti devono essere in possesso di idonea attrezzatura ed equipaggiamento, con adeguata preparazione atletica e tecnica in grado di superare lunghezza e dislivello proposti per ogni singola uscita.

L'adesione alle gite deve essere approvata dal Capogita. Non si accettano minori di anni 18 se non accompagnati da un adulto. Alle gite che presentano particolari difficoltà possono partecipare solo coloro che, ad insindacabile giudizio del Capogita, abbiano dimostrato nelle uscite precedenti di possedere i requisiti minimi indispensabili per affrontare in sicurezza il percorso in programma.

Il Capogita ha facoltà inoltre di rifiutare la partecipazione di coloro che nelle uscite precedenti si siano comportati difformemente dallo spirito del gruppo cicloescursionismo CAI.

Le escursioni non sono gare e pertanto è vietata qualunque forma di agonismo anche se amichevole.

La gita ha inizio e termine nelle rispettive località indicate dal programma. I partecipanti dovranno presentarsi almeno 5 minuti prima con la bicicletta in perfette condizioni di efficienza con particolare riguardo all'impianto frenante ed al corretto montaggio delle ruote.

Gli accompagnatori possono eventualmente dare una mano in caso di foratura ma non possono rimediare alle inevitabili conseguenze di una cattiva manutenzione del mezzo. La bici in buono stato è anche una questione di rispetto verso gli altri partecipanti.

Il Capogita potrà richiamare i partecipanti alla prudenza prima di affrontare discese, tratti impegnativi, trafficati, ect, fornendo indicazioni sul comportamento da adottare per la sicurezza personale, nel rispetto dell'ambiente e delle altre persone presenti sul percorso.

In presenza di traffico veicolare, i partecipanti dovranno procedere in fila indiana nel rispetto del Codice della Strada.

Tutti i partecipanti sono obbligati a prestare soccorso ed a collaborare con il capogita in caso di sua richiesta o necessità.

- **NESSUN PARTECIPANTE POTRA' SUPERARE IL CAPOGITA DI TESTA.**
- **IL CASCO PROTETTIVO DEVE ESSERE SEMPRE INDOSSATO DA TUTTI I PARTECIPANTI, DEBITAMENTE ALLACCIATO PER L'INTERA DURATA DELL'ESCURSIONE AD ESCLUSIONE DELLE PAUSE.**
- **SEGNALARE SEMPRE A CHI SEGUE LA PROPRIA NECESSITA' DI FERMARSI, ALZANDO IL BRACCIO DESTRO E/O SINISTRO, ED EVITARE BRUSCHE FRENATE.**