



C.A.I. CLUB ALPINO ITALIANO

sezione Mario Fantin - Bologna

via C. Battisti, 11/a

tel/fax 051 23.48.56

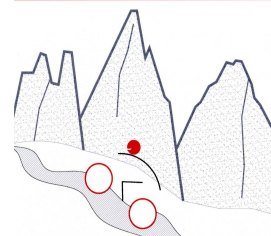
www.caibo.it

cai-bo@iperbole.bologna.it

Gruppo Cicloescursionismo CAI

www.ciclocai.bo.it

ciclocaiologna@alice.it



LA COSTA TOSCANA

Domenica 21 marzo 2010

(escursione in pullman + bici)

Inauguriamo la stagione ciclistica 2010 con una bella escursione in compagnia degli amici di MONTESOLE BIKE GROUP per affrontare insieme i primi percorsi dopo il lungo e freddo inverno.

Ci spostiamo in Toscana, dove il clima è più mite con un itinerario non troppo difficile per rimettere in moto piano piano le nostre gambe. Siamo nella Maremma Livornese e cominciamo dalla sua tipica pineta attraverso i tomboli, fasce di vegetazione erbacea resistente alla salsedine seguita dalla bassa macchia mediterranea.

Abbandoniamo il litorale per percorrere il bellissimo viale dei 200 cipressi decantato dal Carducci ed attraversando tenute di pregiati vitigni famosi in tutto il mondo, giungeremo al pittoresco borgo di Bolgheri con la sua tipica piazzetta.

Da qui con una facile salita arriveremo al borgo di Castagneto Carducci dove il poeta visse parte della sua fanciullezza.

Abbiamo percorso circa 40 Km dalla partenza (dislivello mt 245) a questo punto chi si sentisse un po' stanco potrà salire sul pullman, mentre chi vuole proseguire, potrà affrontare la bellissima salita di 9 km

con una pendenza max del 9%, verso il borgo di Sassetta per poi godersi una meritata e panoramica discesa verso Suvereto dove ci aspetterà il pullman per il rientro a Bologna. (percorso intero di km 60).



Ritrovo alle ore 06.00 al parcheggio della Piscina Arcoveggio; rientro in serata.

Pranzo al sacco, anche se durante il percorso saranno disponibili rifornimenti alimentari.

Difficoltà: TC - Percorso non particolarmente impegnativo ma comunque per ciclisti in grado di superare le lunghezze ed i dislivelli indicati. **Aperto ai NON SOCI**

Costo: € 5,00 soci CAI - € 10,00 non soci CAI

Trasporto: in pullman privato compreso trasporto bici propria a € 40,00/partecipante. (segnaliamo che dovendo "spartirci" i posti con il gruppo di Montesole è necessario comunicare la Vs. partecipazione entro mercoledì 10/03/2010 pagando in segreteria CAI, una caparra confirmatoria di € 30,00)

Accompagnatore: Patrizia Montanari sissy.pm@virgilio.it;

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.

Per il regolamento gite si deve intendere quanto indicato nelle normative pubblicate sul sito www.ciclocai.bo