AMICI DELLA BICICLETTA FIRENZE Via Stradone di Rovezzano 12 – 50136 FIRENZE Tel./ Fax 055/6503400 amicibicicletta.fi@libero.it www.probike.it

CICLOESCURSIONE TURISTICA DOMENICA 27 GIUGNO 2010

DA LIVORNO A CECINA PER BIBBONA E BOLGHERI. LA COSTA LIVORNESE CON LE SUE SPIAGGIE E PINETE E I SUOI IMMORTALI FILARI DI CIPRESSI

(TRENO+BICI)

LIVORNO, CECINA, BIBBONA, BOLGHERI, CECINA

IlGruppo "Amici della Bicicletta Firenze" invita tutti coloro che hanno una bicicletta con cambio e voglia di passare una domenica in compagnia all'aria aperta a partecipare alla prossima iniziativa sociale di facile escursionismo eturismo in bicicletta che sarà effettuata domenica 27 giugno 2010 con le seguenti modalità organizzative:

Ritrovo: ore 8,10 Stazione Ferroviaria di Firenze SMN – nell'atrio della biglietteria, con biglietto ferroviario comprensivo di supplemento bici già acquistato dai singoli partecipanti; prenderemo il treno per Livorno delle ore 8,27 con arrivo a Livorno alle ore 9,49 ; passaggio da Empoli alle ore 8,58 dove saliranno a bordo del treno gli eventuali partecipanti provenienti da quella zona. ..

Itinerario. Si inizia dalla Stazione Ferroviaria di Livorno e dopo una visita della città si percorre la costa passando per Cecina e la pineta fino a Bibbona, dove è possibile un bagno in mare, poi, dopo avere visitato Bolgheri con i suoi immortali filari di cipressi, si rientra a Cecina dove riprenderemo il treno per Livorno delle ore17,27 che arriva a Livorno alle ore 17,57; a Livorno prenderemo il treno per Firenze delle ore 18,10 con arrivo aEmpoli alle ore 19,04 e a Firenzealle ore 19,33 .

E' indispensabile avereil biglietto anche per il ritorno per evitare l'affollamento serale alla biglietteria,

pertanto appena arrivati alla stazione di Livorno chi non ha il biglietto è pregato di provvedere subito al suo acquisto per evitare problemi al rientro.

Difficoltà:l'itinerario è facile poiché sostanzialmente pianeggiante anche se con qualche breve tratto su fondo sterrato; la valutazione di impegno e distanza da percorrere è da effettuare perciò nell'ambito di una intera giornata di movimento in questo contesto.. Durante il percorso, ovviamente, sosteremo ovunque sia bello e interessante, con spirito turistico e conoscitivo, senza alcuna fretta e atteggiamento competitivo.

Caratteristiche del percorso: asfaltato, in parte sterrato, con normale traffico automobilistico nei tratti su strada normale..

Lunghezza del percorso: circa km 65, più visita della città di Livorno.

Durata:intera giornata.

Pranzo:al sacco, da non acquistare lungo il percorso.

Materiale consigliato: bicicletta mountain bike, city-bike, trek-bike o similare, con cambio, portapacchi posteriore per deposito di borsa laterale da viaggio, vestiario idoneo, casco, occhiali, chiusura per bicicletta, borraccia per prelievo e consumo personale di acqua non commercialmente imbottigliata per mantenere un comportamento quanto più possibile non inquinante ed eco-compatibile coerente con l'uso della mobilità in bicicletta, busta in plastica per raccolta dei propri rifiuti del pranzo, crema protettiva per il sole, costume da bagno e asciugamano..

Materiale obbligatorio: kit per la riparazione di forature (camera d'aria, o toppe, chiavette

ecc.), pompa, vestiario anti- pioggia con protezione completa di corpo, testa e piedi (si sconsiglia l'utilizzo di indumenti anti-pioggia svolazzanti da cammino pedestre perché pericolosi, oltrechè faticosi, in bicicletta); questo materiale individuale è assolutamente necessario affinchè ognuno sia autosufficiente e non di peso agli altri in occasione di normali e prevedibili eventi avversi, pertanto in assenza del medesimo non è possibile la partecipazione all'iniziativa.

Conferma: è gradita la conferma telefonica o e-mail di partecipazione, poiché in caso di avverse condizioni climatiche l'iniziativa potrebbe essere modificata o annullata.

Costi, responsabilità e organizzazione:la partecipazione è gratuita e volontaria, senza reciproci oneri e responsabilità; i minorenni sono ammessi solo se accompagnati da un genitore o da un adulto che se ne assuma la responsabilità; i partecipanti dovranno seguire le indicazioni dell'accompagnatore mantenendosi sempre all'interno della fila aperta dal medesimo e chiusa dal chiudi-fila, entrambi dotati di radio-telefono in rispettiva connessione.

Accompagnatore: Roberto, Cell. 388/7544620.

Informazioni e contatti: Amici della Bicicletta Firenze – Via Stradone di Rovezzano 12, Firenze,

Tel./Fax 055/6503400, telefono cellulare operativo dalle ore 21 alle ore 23 nei giorni immediatamente precedenti l'escursione e nel giorno della medesima dal primo mattino 340/5747877;

indirizzo email: amicibicicletta.fi@libero.it ; Gruppo Forchetta e Bici di Castelfiorentino, Via P.Neri,4 Castelfiorentino Tel. 0571/628095—0571/540548—cell.388/7544620; Firenzeinbici Onlus, Via G.P.Orsini,44, Firenze, sito web: www.firenzeinbici.net

Chiunque sia interessato ad avere ulteriori informazioni dettagliate sulla presente iniziativa può ritirare/consultare il depliant informativo o farne richiesta presso gli indirizzi e recapiti sopra

indicati. .