

## **Pedalando il Parco costiero di Ponente e la Festa dei carri in fiore di Sanremo Week-end dal 12 al 13 Marzo 2016**



Pedaleremo la ciclabile del Parco Costiero di Ponente Ligure a ridosso del mare e le stradine interne poco trafficate e un po' in salita ammirando la costa, respirando la primavera e lo sbocciar delle mimose. Il percorso sulle ciclabili è prevalentemente pianeggiante per le stradine interne vedi altimetria. Parteciperemo alla festa dei carri in fiore di Sanremo

### **PROGRAMMA**

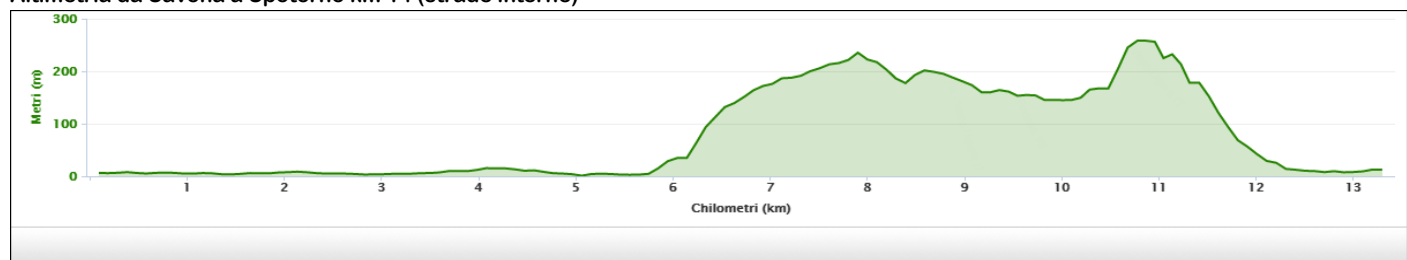
**Sabato 12 Marzo: km 54 (media difficoltà dislivello salita indicativo: 300 mt)**

treno per Arenzano 7,25 Milano Centrale - 7,31 Lambrate - 7,38 Rogoredo - 7,57 Pavia  
Facendo un cambio a Genova P.P. arriveremo ad Arenzano alle 10, 26

Dopo una sosta al bar pedaleremo la ciclabile sino a Varazze, qualche km di SS1 ed infine le stradine interne poco trafficate, sino a Finale Ligure. Per evitare Aurelia, treno per Diano M. 18,20

Arrivo in hotel ore 19,10 cena e pernottamento

Altimetria da Savona a Spotorno km 14 (strade interne)



**Domenica 13 Marzo km 45 (facile)**

Dopo una bella colazione a buffet, pedaleremo l'Incompiuta sino ad Imperia e da San Lorenzo la ciclabile sino a Ospedaletto rientro con treno da Sanremo ore 16,09 arrivo a Milano ore 21,35

La quota di euro 78 comprende :

- Mezza pensione in hotel 3\*\*\* in camera doppia o tripla
- Bevande ai pasti acqua e vino
- Assicurazione medico bagaglio
- Assicurazione infortuni in bici - è necessario essere in possesso della tessera FIAB

Accompagnatore: Stefania Maffei [maffei.ste@libero.it](mailto:maffei.ste@libero.it) cell 338-4294284

Organizzazione tecnica Guglie Viaggi. - Caparra 50 euro entro il

Biglietto treno a cura dei partecipanti

Avviso: le escursioni in bicicletta sono a cura di accompagnatori volontari aventi il solo scopo di favorire l'aggregazione tra le persone iscritte all'evento, si da quindi per scontato che chi partecipa a questa gita disponga di esperienza ciclistica e di preparazione fisica adeguata. Si declina pertanto ogni responsabilità per eventuali incidenti e danni a persone o cose che dovessero verificarsi durante la vacanza, ogni persona partecipa sotto la propria responsabilità e dichiara di essere a conoscenza delle proprie condizioni fisiche

