

## Tabella Tecnica

Tipologia :	CityTour in Brompton
Dislivello :	200 mt
Ore :	7 ore
Difficoltà :	T/E
Lunghezza :	40 km
Accompagnatore 1:	Marco Cappelloni ?(tel. 335 7789433)
Accompagnatore 2:	Lucia Bisaccia (tel. 329 6463381)



Continuano gli appuntamenti caratterizzati da una vera mobilità eco-sostenibile.

**#CICLOVAGANDO** in questa prima fase trova la collocazione dei suoi eventi nella sede più naturale nonché città più bella del mondo: R O M A!  
Hai mai provato a percorrerla ed attraversarla in lungo ed in largo senza usare un motore a combustibile? Beh ecco l'occasione che cercavi...

Percorreremo un'insospettabile rete di piste ciclabili e parchi cittadini e, dove necessario, utilizzeremo metro e ferrovia metropolitana per ritrovarci da un capo all'altro della città in maniera comoda e divertente.

L'itinerario di questa proposta prende il via dalla zona del Pigneto dove ritireremo le bici Brompton a noleggio.

Sperimenteremo la versatilità delle nostre bici nel contesto urbano pedalando fino alla più vicina stazione Metro per spostarci sulla ciclabile che percorre le sponde del Tevere in zona Roma sud.

Il nostro itinerario partirà proprio sulla ciclabile allontanandoci dal centro della città pedalando un uno scenario naturale inconsueto percorrendo le sponde del biondo Tevere sulla pista ciclabile nota come regina ciclarum!

Il percorso, che nelle intenzioni si svilupperà dalle fonti del Tevere fino al mare, ci porterà in sicurezza fino alla foce del fiume nel comune di Fiumicino.

Avremo il tempo di ammirare il nostro mare e fare una pausa per il pranzo in spiaggia mangiando i caratteristici cartocci di fritto venduti dai numerosi ristoratori del litorale.

Sarà forse presto per il primo bagno ma non per immergere i nostri piedi nelle acque del Tirreno prima di riprendere le nostre bici e dirigerci verso la stazione della ferrovia metropolitana che ci riporterà in centro città.

Alla fine della giornata riconsegneremo le nostre bici a Zio Bici che ci attenderà con il solito calore nella sua bellissima bottega.

### DATI TECNICI EVENTO

Tipologia: Intermodale giornaliero. Metro+Bici

Distanza km: 40

Dislivello m: 200

Difficoltà: T/E

\*\*\*\*\*

### MEZZO DI TRASPORTO

Le tue gambe + Metro + FM + Bici Brompton\*

\*da noleggiare presso Zio Bici se non si possiede.

\*\*\*\*\*

### QUOTE E COSTI PREVISTI

Quota Sociale 10€ (Non prevista per under 18)

Noleggio Brompton convenzionato da Zio bici: 20€\*

Evento riservato ai soci in regola con il tesseramento.

Tessera Federtrek 15€ (5€ per gli under 18), con possibilità di farla il giorno stesso.

\* Per quanti faranno la tessera con Startrek in occasione dei primi eventi di #CICLOVAGANDO, Zio Bici riconosce uno sconto

del 50% sul nolo.

\*\*\*\*\*

**APPUNTAMENTO:**

ore 9:00 Uscita Stazione Metro C - Fermata Pigneto.

ore 9:15 Negozio Zio Bici Via Adriano Balbi 2A/2B

\*\*\*\*\*

**ACCOMPAGNATORI:**

AEV Marco Cappelloni (tel. 335 7789433)

AEV Lucia Bisaccia (tel. 329 6463381)

\*\*\*\*\*

**PER PRENOTAZIONI:**

Scrivi a [info@startrekk.it](mailto:info@startrekk.it) indicando:

- nome e cognome

- numero di telefono

- n. Tessera Federtrek se in corso di validità

- se hai necessità di noleggiare la brompton

\*\*\*\*\*

**ABBIGLIAMENTO:**

Casco da bici **OBBLIGATORIO** (in caso di noleggio è incluso).

Abbigliamento sportivo per bicicletta: Tuta, scarpe da ginnastica (ok anche scarpe basse da trail), un giacchetto antivento/antipioggia.

Nel periodo invernale consigliati Calzamaglia, Maglia Termica, guanti, berretto e bandana in microfibra.

\*\*\*\*\*

**NOTE AGGIUNTIVE:**

Leggi sulla filosofia del progetto #CICLOVAGANDO: <https://www.facebook.com/groups/startrekk/permalink/2361705290606415>

Per velocizzare le operazioni di emissione della tessera stampa il modulo allegato e portalo con te già predisposto e firmato:

<http://www.startrekk.it/pdf/tessera.pdf>

Gli itinerari proposti potranno subire variazioni ad insindacabile giudizio dell'accompagnatore sulla base delle condizioni di sicurezza che saranno valutate prima e durante ogni escursione.

E' possibile portare un piccolo zainetto con un pranzo al sacco ed acqua da caricare sul portapacchi della brompton o inserire nella borsa da viaggio ove prevista.