

FIAB Federazione Italiana Amici della Bicicletta - onlus promuove la bici come mezzo di trasporto e di svago rispettoso dell'ambiente. Nell'intento di promuovere **Bicitalia e la Rete Ciclabile delle Regioni Piemonte e Liguria**, le Associazioni FIAB del Nordovest quest'anno percorreranno parte della variante ligure della **"Via dei Pellegrini"**, uno dei percorsi un tempo seguiti da chi provenendo dal Nord Europa andava a Roma o in Terrasanta .



Entrando in Italia dalla Valle d'Aosta o dalla Val Susa, l'itinerario prosegue nelle colline Monferrato, attraversa la Liguria lungo le valli Scrivia e Fontanabuona per raggiungere il mare e proseguire lungo le Cinque Terre verso la Toscana.

L'**obiettivo dell'iniziativa** è di richiamare l'attenzione di Regioni e Amministrazioni, affinché investano nella ciclabilità dando continuità agli itinerari spesso frammentati e poco riconoscibili.

Attraversare il Levante Ligure, un territorio splendido ma duramente colpito dalle alluvioni degli ultimi anni, sarà anche il modo di vedere con i nostri occhi come anche la ciclabilità necessita di continua cura e manutenzione, per non rischiare di perdere in una giornata di pioggia il lavoro di anni, come accaduto per la Ciclabile dell'Ardesia in Val Fontanabuona.



con il patrocinio (richiesto) di



CICLORADUNO 2015 FIAB - NORDOVEST

lungo la variante ligure della CICLOVIA DEI PELLEGRINI

*Sestri Levante > La Spezia
26 e 27 settembre 2015*

INIZIATIVA A CURA DI:

FIAB Genova - Amici della Bicicletta
FIAB Tigullio - Vivinbici

IN COLLABORAZIONE CON:

FIAB Alessandria - Gliamicidellebici	FIAB Monferrato - Amibici
FIAB Cuneo - Bicingiro	FIAB Novara - Amici della Bici
FIAB Torino - Bici & Dintorni	FIAB Torino - Pedaliamo insieme
FIAB Torino - Bike Pride	FIAB Nichelino - AmicinBici-bik&motion
FIAB Caselle - Bike Track	FIAB Chieri - Muoviti Chieri

INFO:

Coordinamento FIAB Nordovest
c/o Arch. Giorgio Ceccarelli
cell: 338 6623790
mail: giorgioceccarelli54@gmail.com

PROGRAMMA

bici + treno / bici + pullman / difficoltà media

Sabato 26 Settembre 2015

km 35 circa / dislivello 350 m circa / mappa:
<http://www.qpsies.com/map.do?fileId=bhjdfgvtgxxvqldx>

ore 6,30 NOVARA: partenza del pullman, che effettuerà passaggi a Torino (park multipiano Stura) e Alessandria (casello AL Sud), con tempi e modalità che verranno precisate dalle singole Associazioni

ore 11,00 SESTRI LEVANTE: incontro dei partecipanti delle Associazioni provenienti da Piemonte e Liguria

ore 11,30 SESTRI LEVANTE: partenza in bici da Sestri > Riva Trigoso > prime gallerie della vecchia ferrovia aperte per l'occasione alle bici > Moneglia > sosta pranzo

ore 14,00 MONEGLIA: partenza per la seconda parte della giornata > secondo tratto delle gallerie > Deiva > salita alla Costa di Framura > ciclabile Framura / Bonassola / Levante.

ore 18 LEVANTO: sistemazione all'ostello, visita del Borgo, cena in ristorante

Domenica 27 Settembre 2015

km 40 circa / dislivello 800 m circa / mappa:
<http://www.qpsies.com/map.do?fileId=qfukmnmrjveetqvn>

ore 8,00 LEVANTO: partenza del gruppo **in bici** per la salita al Santuario di Soviore (circa 500 m di dislivello)

ore 9,00 LEVANTO: partenza del gruppo **in pullman** per la salita al Santuario di Soviore

ore 11,00 SOVIORE: riunione dei due gruppi > strada dei Santuari delle Cinque Terre > discesa fino a Manarola per visita e pranzo

ore 13,00 MANAROLA: partenza per una breve salita (dislivello circa 300) > Riomaggiore > La Spezia

ore 16,00 LA SPEZIA: saluti, ritorno in pullman per i piemontesi, in treno alle 16,58 per i liguri



COSTI

La quota di partecipazione è di 60 €

e comprende:

- 1 pernottamento in ostello in camera a 6 o 9 posti, inclusi lenzuola, asciugamani e prima colazione
- 1 cena

E' possibile richiedere la camera doppia, che verrà eventualmente confermata in base alla disponibilità

- supplemento camera doppia
a persona: 15 €

Per chi necessita del trasporto con pullman dal Piemonte a Sestri Levante con ritorno da La Spezia:

- supplemento pullman
a persona + bici: € 30

NOTE ORGANIZZATIVE

N. massimo di partecipanti: **60 persone** di cui 51 + bici in pullman.

Le iscrizioni si raccolgono esclusivamente presso l'Associazione di appartenenza versando un

ACCONTO DI € 50 ENTRO IL 30/8/15 (non restituibile in caso di rinuncia in quanto il versamento consente la conferma delle prenotazioni di ostello e pullman) ed il SALDO ENTRO IL 15/9/2015.

Ogni Associazione dovrà provvedere ad un'iscrizione cumulativa ed inviare una mail a **giorgioceccarelli54@gmail.com** per confermare l'avvenuto versamento ed eventuali altre indicazioni in merito al pullman e alla camera doppia.

Pur essendo le gallerie che percorreremo ampiamente illuminate, dotarsi di regolari luci e giubbino rifrangente. Consigliato l'uso del casco.

L'iniziativa verrà effettuata con qualunque condizione metereologica.