



Associazione Culturale *Vivilabici*

(aderente alla F.I.A.B., Federazione Italiana Ambiente e Bicicletta)
Vicolo Filanda, 16 – cap. 30027 – San Donà di Piave (VE)
Tel.: 338 5956215 – Fax : 0421 188014
e-mail: associazione@vivilabici.it - web: www.vivilabici.it



Il Naviglio della Martesana e la Ciclabile dell'Adda

Sabato 11 e domenica 12 maggio 2019

Programma:

Sabato 11 maggio – viaggio in autobus da S. Donà a Milano – in bici da Milano a Vaprio d'Adda (circa 41 km)

Ore 06.30: ritrovo a San Donà di Piave, Piazza Rizzo, per il carico delle bici sul carrello.

Ore 7.00: partenza in autobus verso Milano (sosta a rotonda Marghera per carico soci Mestre).

Ore 10.30/11.00: arrivo a Milano (luogo da individuare), scarico bici e inizio pedalata: centro storico di Milano, Cologno Monzese, Cernusco sul Naviglio, Gorgonzola (pausa per il pranzo al sacco), Cassano d'Adda, Vaprio d'Adda.

Ore 17.00/17.30: Arrivo in albergo (*). Sistemazione nelle camere. Tempo libero per la visita del parco che circonda l'albergo.

Ore 20.00: Cena in albergo.

(1) **Country Hotel Castelbarco (****)** - Via Concesa, 20069 Vaprio d'Adda (MI)

Tel.: 02 90988404 - E-mail: info@countryhotelcastelbarco.it - Sito web: www.countryhotelcastelbarco.it

Domenica 12 maggio – in bici da Vaprio d'Adda a Lecco lungo la ciclabile dell'Adda (circa 40 km) – viaggio in autobus da Lecco a S. Donà

Colazione in albergo, ritiro cestino pranzo e carico bagagli in autobus.

Ore 8.30: partenza in bici. Percorso: Vaprio d'Adda, Trezzo sull'Adda, Cornate D'Adda, Paderno D'Adda, Imbersago, Calolziocorte, Lecco.

Ore 9.30: visita guidata al villaggio Crespi D'Adda.

Ore 12.30/13.00: pranzo al sacco a Imbersago con cestino fornito dall'Albergo.

Ore 15.30: arrivo a Lecco. Breve visita al centro storico. Carico bici sul carrello.

Ore 16.30/17.00: partenza per il viaggio di ritorno (sosta a rotonda di Marghera per scarico soci Mestre).

Ore 20.30/21.00: arrivo a S. Donà (piazza Rizzo).

Note:

- Capogita: Isabella Marin (335 5461260)
- Guide lungo il percorso: aprifila Isabella M. e chiudifila Flavio B. (347 5709970)
- Raccomandazioni:
 - a) Leggere attentamente il nostro “regolamento gite” (vedi “programma escursioni 2019”) e attenersi alle norme in esso riportate.
 - b) Rispettare scrupolosamente le norme previste dal codice della strada.
 - c) L'uso del casco è vivamente consigliato in quanto aumenta il livello di protezione in caso di cadute.
 - d) Controllare l'efficienza della propria bici PRIMA della partenza (freni, gomme e cambio).
 - e) Portare con sé ALMENO una camera d'aria di riserva.
 - f) Portare con sé una catena per chiudere la bici durante le soste (nel gruppo non ci sono “guardiani”: ognuno è responsabile del proprio mezzo).
 - g) Togliere dalla bici eventuali cestini (anteriori e/o posteriori) per agevolare le operazioni di carico/scarico dal carrello portabici. Togliere inoltre tutti quegli accessori (specchietti o altro) che potrebbero subire danni durante tali operazioni.
 - h) **Portare con sé carta di identità e tessera sanitaria.**
 - i) Per il bagaglio consigliamo le due “classiche borse” da appendere al portapacchi posteriore: una come contenitore di cibo/bevande e indumenti di riserva da portare sempre con sé durante le pedalate e una seconda con tutti gli altri effetti personali da lasciare in autobus.
 - j) E' vivamente sconsigliato l'uso di zaino a spalla.

Il presente programma non costituisce iniziativa turistica organizzata, bensì attività ricreativa-ambientale. L'associazione FIAB San Donà di Piave Vivilabici declina ogni responsabilità per eventuali danni a persone o cose.