

29 marzo 2009

## ALBENGA ROMANA E MEDIOEVALE

Gita in bicicletta di media difficoltà di 40 km ☆☆☆

CON IL PATROCINIO DEL CIRCOLO DEGLI AMICI DELLA BICICLETTA DI LEGAMBIENTE

Percorso a ritroso nella storia fra le vestigia romane della Via Julia Augusta ed i borghi medioevali della piana ingauna. Visitato il centro storico di Albenga si prenderà la via dell'antica strada romana che conduce ad Alassio (tratti sterrati, possibilità per chi ha la bici da corsa di fare una variante) tra tombe romane ed in parte sull'antico selciato. Dalla chiesa di S. Croce di Alassio si prende decisamente a salire. Passati accanto alla Torre di Vegliasco, si sale al Santuario della Madonna della Guardia (585 m), punto più alto e molto panoramico della cicloescursione. Dal Santuario si scende al Colle Monte Tirasso e quindi in Val Lerrone. Si passa dal Castello della Meridiana di Garlanda e nel borgo medioevale fortificato di Villanova. Si rientra infine ad Albenga transitando nei pressi del ponte romano di Pontelungo.

**NUMERO MASSIMO PARTECIPANTI CON PARTENZA DA GENOVA:** 15 (con bici intera) + altri con bici nella sacca

**NUMERO MINIMO PARTECIPANTI:** 6 (comunicazione dell'eventuale annullamento entro il 27/3/2009)

**QUOTA DI PARTECIPAZIONE [che comprende il trasporto persone + bici sui treni in seconda classe e la tassa d'iscrizione:**

	SOCI (*)	ALTRI PARTECIPANTI
Ordinaria.....	14,00 Euro	17,00 Euro
Fruenti gratuità ferroviaria: riduzione di 8,00 Euro dalla quota.		
Bici nella sacca: riduzione di 3,50 Euro dalla quota		
Minori di 12 anni con il treno: riduzione di 4,00 Euro dalla quota		

Partecipazione gratuita dal 3° partecipante in poi di un gruppo familiare di soci (\*) Legambiente e FIAB

(\*) soci ADB e altri circoli Legambiente e FIAB in regola con quota 2009

La quota si intende valida salvo conguaglio dovuto a variazioni tariffarie successive di Trenitalia

**PRANZO:** al sacco a cura e a carico dei partecipanti.

**APPUNTAMENTI:** ore 8,10 raduno partecipanti alla stazione FFSS di **Genova Principe** e arrivo a **Albenga** alle 10,24 (treno 1713), possibilità di salita nelle stazioni antecedenti e successive previa comunicazione all'atto dell'iscrizione.

Ore 16,45 raduno dei partecipanti alla stazione del FFSS di **Albenga** e arrivo a **Genova Brignole** alle ore 19:09 (treno 2297).

**TRASPORTO:** Bici propria + treno di seconda classe.

**ITINERARIO:** Genova Principe – Albenga. (in treno) # Alberga – Alassio – Solva – Vegliasco – Madonna della Guardia – Caso – Garlanda – Villanova – Albenga (in bici) # Albenga – Genova Brignole (in treno)

**ISCRIZIONI:** ENTRO GIOVEDÌ 26/3/2009 C/O **FARO VIAGGI** - VIA GARIBALDI 16 R. - GENOVA TEL. 010/254.09.01 (Ore di normale apertura) - L'iscrizione sarà valida solo ad avvenuto totale versamento della quota stabilita. All'atto dell'iscrizione comunicare il proprio recapito telefonico nelle ore precedenti la partenza.

### INFORMAZIONI E PUNTO SOCI PRESSO:

🚲 IL **CIRCOLO AMICI DELLA BICICLETTA** - VIA CAFFA 3/5B - GENOVA - TEL. 010/362.13.57 - adbge@libero.it il martedì, mercoledì, giovedì ore 17,30 - 19.

🚲 La **LIBRERIA FINISTERRE** - PIAZZA DEI TRUOGOLI DI S. BRIGIDA, 25/N – GENOVA – TEL. 010 2758588 – orario di negozio

🚲 Il negozio bici **NO WORK TIME** – VIA CASAREGIS, 71-73/R – GENOVA – TEL 010 313840 – orario di negozio

### NOTE:

1. assicurarsi preventivamente del perfetto stato del proprio mezzo.
2. dotarsi di almeno 1 camera d'aria di scorta e di kit per riparazioni
3. minorenni non accompagnati dai genitori rilasceranno manleva "una tantum" dell'esercente la patria potestà all'atto dell'iscrizione

**LA GITA SARA' EFFETTUATA CON QUALSIASI CONDIZIONE METEOROLOGICA**

Fotocopiato in proprio a Genova Via Garibaldi 16 R. il 25/2/2009