



31 ottobre 2009

## Il parco delle Capanne di Marcarolo

Si parte dalla stazione di Ovada (m 186s.l.m.) si esce dalla città pedalando verso nord e si sale per 3Km fino a Tagliolo Monferrato, breve discesa poi si prosegue sulla "strada della Colma" in leggera salita, al Km10 (da Ovada) inizia la strada sterrata subito in discesa poi in salita si raggiunge loc. Cirimilla (m 250 s.l.m.) si prosegue in pianura (2 Km) poi salita impegnativa (3 Km) fino a Mond'Ovile (m 600 s.l.m.) punto panoramico, si continua in pianura con brevi strappi fino alle Capanne (m770 s.l.m.) dove si ritrova l'asfalto, poi discesa fino a Campo Ligure. In totale sono circa 35 Km tutti pedalabili.

Appuntamento alle ore 8,15 a Ovada raggiungibile con il treno N° 6152 che parte da Brignole alle 7,06 con fermate: Principe 7,14 - Sampierdarena- 7,21 - Borzoli 7,28 - Costa di Sestri 7,31 - Acquisanta 7,40 - Mele 7,46

Ritorno da Campo Ligure con treno delle 12,51 che ferma a Mele 12,59 - Acquisanta 13,06 - Costa di Sestri 13,15 - Borzoli 13,19 - Sampierdarena 13,31 - Principe 13,38 - Brignole 13,44

Procurarsi biglietto trasporto bici da 3,5 € valido 24 ore dalla convalida e biglietto persona per la propria percorrenza o in alternativa per ogni viaggio biglietto di seconda classe a tariffa ordinaria per i Km percorsi.

Assicurarsi della perfetta efficienza della propria montain-bike portarsi camera d'aria di scorta o kit di riparazione. Partecipazione gratuita. Prenotazione obbligatoria da effettuarsi entro le ore 19 del giorno precedente all'indirizzo e-mail [adbge@libero.it](mailto:adbge@libero.it)

## AMICI della BICICLETTA

- CIRCOLO della LEGA AMBIENTE -

Via Caffa 3/5b - 16129 Genova - tel. e fax 010.362.13.57  
e-mail: [adbge@libero.it](mailto:adbge@libero.it) # <http://www.adbgenova.it>

