

CICLOPEDALATA

ROMA - FIUMICINO - OSTIA



Escursione cicloturistica di medio impegno che si sviluppa prevalentemente sulle piste ciclabili lungo il fiume Tevere (in parte asfaltate, in parte su terra battuta e strada bianca) aperta a partecipanti di tutte le età anche senza una particolare esperienza ciclistica. Si consiglia l'utilizzo di Mountain Bike o City Bike o gravel o (nel caso di ciclisti esperti) bici da corsa con copertoncini da 25".

Data: domenica 11 febbraio 2018

Ritrovo per la partenza: ★ Roma – piazza Augusto Righi
(adiacente Ponte Marconi) dalle ore 09.00 alle 09.30.

Partenza: ore 09.30

Orario previsto di rientro:

- in treno (partenza dalla stazione di Ostia Lido) ore 14.30 / 15.30.
- in bici (percorso inverso dell'andata).....dipende !!!

Soste previste:

- | | |
|---|-------|
| ➤ Ponte del GRA (<i>fine ciclabile riva sinistra</i>) | km 11 |
| ➤ Ponte Galeria (<i>ristoro volante</i>) | km 20 |
| ➤ Fiumicino (<i>pranzo in un ristorante</i>) | km 34 |
| ➤ Ostia (<i>stazione ferroviaria</i>) | km 43 |

Km totali: 43

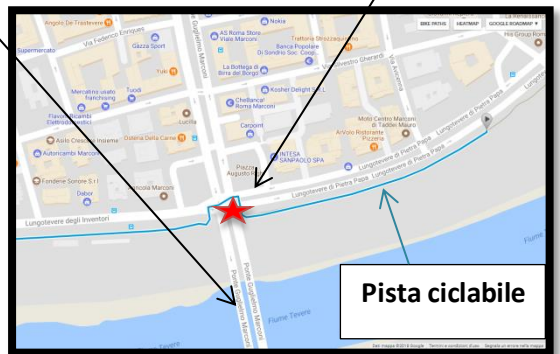
Iscrizioni:

- ✓ via web sul sito www.pedalandonellastoria.net,
- ✓ via mail (info@pedalandonellastoria.net)
- ✓ telefonicamente (330/857117 - Andrea).

Quota di partecipazione: comprendente assistenza in corsa, colazione alla partenza, ristoro a Ponte Galeria.

- 5,00 (cinque/00) euro a ciclista
- 8,00 (otto/00) euro a coppia (marito/moglie, fidanzato/fidanzata, genitore/figlio, coppia di fatto.....)
- 10,00 (dieci/00) euro a nucleo familiare (da tre componenti in su).

N.B.: la quota di partecipazione NON COMPRENDE il pranzo al ristorante "**La Sogliola**" di Fiumicino (25,00 euro) e il biglietto ferroviario della Linea Ostia Lido - Roma



MENU'

Antipasto di mare
Assaggi di primi
Frittura di pesce
Contorni
Acqua e vino
Caffè



Percorso: vedi traccia bikemap <https://www.bikemap.net/en/r/4301915/>



Raccomandazioni importanti: la **“Ciclopedalata Roma – Fiumicino - Ostia”** deve essere intesa come un’escursione libera ed ogni partecipante dovrà valutare bene preventivamente le proprie capacità fisiche e le condizioni della propria bicicletta per effettuare la pedalata in massima sicurezza senza arrecare disagi agli altri partecipanti. Assolutamente indispensabile portare con se una borraccia per l’acqua, una mantellina impermeabile per la pioggia ed un kit per la riparazione delle camere d’aria. Saranno, comunque, presenti ciclisti esperti in grado di fornire assistenza tecnica a coloro che dovessero trovarsi in difficoltà.

