



CICLOPEDALATA ALLA (RI)SCOPERTA DELLA VALLE DI COMINO

Data: da venerdì 8 aprile a domenica 10 aprile 2022

Programma

➤ **Venerdì 8 aprile 2022:**

- ore 14.00: ritrovo al casello di uscita “FROSINONE” A1
- ore 14.30: partenza in bici 1^a tappa
- ore 18.00: arrivo ad Atina e sistemazione presso “**Palazzo del Senatore – residenza d’epoca**” con annessa ciclo-officina, piazza Giuseppe Garibaldi, 16 – Atina (FR)
<https://www.palazzodelsenatore.com/it/index.html>
- Ore 20.00: cena in Osteria tipica ad Atina
 - ✓ **Percorso della 1° tappa:** Frosinone, Casamari, Isola del Liri, Civitavecchia d’Arpino, Atina (km 63.5)
STRAVA: <https://www.strava.com/routes/2935151575217378510>

➤ **Sabato 9 aprile 2022:**

- Ore 09.00: partenza **2^a tappa** (*percorso da definire*).
- Ore 13.30: pranzo “on the road”
- Ore 15.30: arrivo ad Atina
- Ore 20.00: cena in Osteria tipica ad Atina
 - ✓ **Percorso della 2° tappa:** Atina, Scapoli, Castel San Vincenzo, Alfedena, Villetta Barrea, Forca d’Acero, San Donato Val di Comino, Atina (km 133 circa)
STRAVA: <https://www.strava.com/routes/2940258815468757688>



➤ **Domenica 10 aprile 2022:**

- Ore 10.00: partenza **3^a tappa** (*percorso da definire*).
- Ore 13.00: pranzo presso la “Caciosteria” di Casa Lawrence a Picinisco
- Ora imprecisata (a seconda di quanto si è mangiato a pranzo): ritorno in bici ad Atina (7,5 km con 110 metri di dislivello).
- Fine ciclopedalata
- ✓ **Percorso della 3^o tappa:** Atina, Belmonte Castello, Sant’Elia, Lago la Selva, Casa Lawrence, Villa Latina, Atina (km 63 circa)
STRAVA: <https://www.strava.com/routes/2940257706415709880>

Quota di partecipazione: 245,00
(duecentoquarantacinque/00) euro

La quota comprende i seguenti servizi:

- ✓ due notti in residenza d’epoca nel centro storico di Atina (*camera doppia o matrimoniale*) con servizio di mezza pensione
- ✓ un pranzo a buffet “on the road” (*sabato*)
- ✓ pranzo presso la “Caciosteria” di Casa Lawrence a Picinisco (*domenica*)
- ✓ ristori volanti e assistenza in corsa durante le tre tappe
- ✓ guida turistica che accompagnerà i ciclisti nelle aree archeologiche e monumentali del percorso
- ✓ servizio carro scopa
- ✓ road book



Supplementi:

- ✓ camera singola: **55,00 (cinquantacinque/00) euro**
- ✓ **N.B.:** In base al numero e alla provenienza dei partecipanti si valuterà la possibilità di noleggiare un minibus per il trasferimento dei ciclisti e delle biciclette da Roma ad Atina venerdì 8 aprile 2022 e viceversa domenica 10 aprile 2022.

Info, iscrizioni, contatti

- www.pedalandonellastoria.net
- e-mail info@pedalandonellastoria.net
- cell. 330/857117 (Andrea)