



Facile pedalata, adatta a famiglie con bambini, sulle ciclabili di Sestri Levante fino al Parco di S. Vittoria per un pic-nic autunnale che comprende: **antipasti misti** (tartine lardo e castagne, rotolo bietole speck e castagne, torta fagiolini e patate senza castagne), **secondo** (arrosto di maiale con funghi e castagne), **acqua e vino** e **pane con farina di castagne**.

Referente percorso: Federico

Percorso alternativo

Per chi ha voglia di stimolare l'appetito con una pedalata un po' più impegnativa è previsto un itinerario che da Sestri Levante (o Lavagna) percorre la Val Graveglia fino a Frisolino imboccando poi la strada per il valico di Iscioli, Villa Montedomenico e S. Vittoria.

Il percorso è di circa 30 km, con un dislivello di 300 m.

Referente percorso : Piero

Percorso per famiglie e bambini

Ore **11.00** ritrovo a Sestri Levante in Piazza Lavoratori della Fit

Percorso alternativo con partenza alle ore 10:30

Per informazioni contattare il referente percorso (Piero)

*Al momento dell'iscrizione indicare a quale percorso si desidera partecipare
(Famiglie e bambini oppure alternativo)*

 **Ognuno porti dolce/biscotti / castagne**

NOTE:

1. all'atto dell'iscrizione comunicare il proprio recapito telefonico portatile;
2. assicurarsi preventivamente del perfetto stato del proprio mezzo e dotarsi di almeno 1 camera d'aria di scorta e di kit per riparazioni;
3. consigliato l'uso del casco e del giubbino riflettente ;
4. in caso di previsioni meteo fortemente avverse la cicloescursione potrà non essere effettuata



ISCRIZIONE OBBLIGATORIA entro giovedì 24 ottobre

 Modulo iscrizione sul nostro [sito](#) nella sezione **ATTIVITÀ** in fondo alla pagina

 Accompagnatore percorso famiglie
Federico  3284579183

 Accompagnatore percorso alternativo
Piero  3473089963

@ info@fiabtigullio.it

Quota di partecipazione:

soci FIAB adulti: € 15,00 per assicurazione infortuni, cibo e bevande; bambini sino a 8 anni: € 10 €
non soci: € 18,00 per assicurazione RC e infortuni , cibo e bevande; bambini sino a 8 anni: 11 €



MODULO A FONDO PAG.