



1-3 novembre 2019
La Pace di San Francesco...a pedali
Arezzo - Assisi



CAPO GITA

Claudio Torreggiani - 324 823 4444
claudio.cicloescursioni@gmail.com



Assisi vista dalla ciclopedonale lungo il torrente Tescio
 Arezzo, Piazza Grande

Sarà un viaggio dai mutevoli ambienti e panorami. Saluteremo Arezzo dopo un giro del suo bel centro storico ed il gioco comincerà subito a farsi duro: ci dovremo inerpicare sulle famose e faticose "brecciate" della collina toscana per poter scendere al magnifico borgo di Cortona dove la "bistecca" è di casa. La piccola cittadina, autentico gioiello di architettura medioevale che di giorno è presa d'assalto da torme di turisti, alla sera torna a mostrare la sua autentica anima. Alloggeremo in uno storico edificio, già sede conventuale ed ora trasformato in albergo, perfettamente in linea con lo spirito del luogo e del nostro viaggio.

Cortona, Piazza della Repubblica.



Le "brecciate" della collina di Arezzo



La discesa al Lago Trasimeno e la sua bella pista ciclabile su cui pedaleremo a lungo ci daranno l'impressione che la seconda giornata sia una passeggiata. Ma la pianura presto finirà e le dure salite a Monte Cicognara, Magione e Corciano ci faranno cambiare idea. Il piccolo borgo arroccato su di una collina sarà luogo e momento perfetto per una sosta così da prepararsi all'ultima fatica della giornata: la salita a M.te Malbe. Da qui a Perugia è tutta discesa. O quasi, perché per arrivare al centro ed all'albergo ci sarà da salire ancora un po'... A proposito, perché l'albergo sembra una tavoletta di cioccolato ?

Perugia, Piazza IV Novembre

Il Lago Trasimeno visto da Monte Cicognaro

Assisi, Basilica superiore



Colazione dolce-fondente è giù fino al Tevere che si seguirà per lungo tratto così da evitare il traffico della piana di Perugia. Quasi senza accorgercene arriveremo a Bastia, percorrendo un breve tratto della "Marcia della Pace". Sarà infine il torrente Tescio a condurci ai piedi della Basilica di Assisi che vorrà la sua penitenza in termini di pendenza... Pedalare su queste pietre, tra queste mura, immersi nella atmosfera che furono di San Francesco, è sempre una grande emozione. All'Eremito delle Carceri chi vorrà potrà fermarsi per la visita. Chi avrà ancora gambe e fiato proterà proseguire fino al Subasio, monte caro a Francesco. Il viaggio volgerà al termine: non rimarrà che caricare le bici e ripartire alla volta di Arezzo.

Percorso e difficoltà

01/11 Arezzo - Cortona
 (46 km + 1000m -800m - MC/MC)

02/11 Cortona - Perugia
 (60 km + 1000 TC/MC)

03/11 Perugia - Assisi
 (45 km + 800m - MC/MC+)

Percorso facoltativo per M.te Subasio
 (20km +600 -MC+/BC)

Caratteristiche e servizi

Viaggio MTB con mezzo al seguito per emergenza e trasporto bagagli

Viaggio e trasporti in Carsharing
 Pernottamenti convenzionati a Cortona e Perugia. Rientro da Assisi ad Arezzo con treno regionale.

Possibilità di programma turistico per accompagnatori.

Ritrovo

Ore 6:00 Reggio E. P.le del Deportato

Partenza

Ore 9:00 Arezzo, Via Po.

Rientro previsto

3/11 in tarda serata

Note:

Il viaggio verrà effettuato anche con meteo non favorevole.

AVVERTENZE

MTB in **buone condizioni** con copertoni ben scolpiti e Kit di riparazione per le principali evenienze (foratura, lacerazioni copertone, rottura catena, forcellino del cambio ecc.). Abbigliamento ciclo stratificato, adeguato alla stagione ed alla quota, con giacca antipioggia e scarpe adatte a camminare con suola scolpita. Acqua e barrette/snack.

CASCO OBBLIGATORIO

Occhiali con lenti chiare consigliati.

La partecipazione comporta la conoscenza e l'accettazione del presente programma e del Regolamento Sezionale, del Codice di Autoregolamentazione Cicloescursionismo CAI e la scala delle difficoltà reperibili sul sito www.caireggioemilia.it.

Alla partenza verrà fatto firmare il modulo presenza/consenso informato.

ISCRIZIONI

Escursione riservata ai soci CAI; Iscrizione con pagamento caparra entro il 6 ottobre 2019.

Per quote, informazioni ed iscrizioni:
attivitaesezionali@caireggioemilia.it
gruppomtb@caireggioemilia.it

Per informazioni è possibile contattare il capo gita, preferibilmente con e-mail.

CAI - SEZIONE DI REGGIO EMILIA

Viale dei Mille 32, Reggio Emilia - Tel. 0522 436684 - www.caireggioemilia.it
attivitaesezionali@caireggioemilia.it - gruppomtb@caireggioemilia.it

Orari di apertura: mercoledì dalle 19.00 alle 22.00; giovedì e venerdì dalle 18.00 alle 19.30; sabato chiuso

