



dal 22 al 30 giugno 2019

# La rinascita dell'Italia Centrale

Tra Marche, Umbria, Abruzzo e Lazio

[www.cicloescursioni.com](http://www.cicloescursioni.com)



Non tutto è già aperto, i posti disponibili sono pochi e per le sistemazioni alberghiere bisognerà accontentarsi un po'. Non tutti i sentieri sono praticabili, alcune strade ancora chiuse.

Ma le lenticchie dei Piani di Castelluccio saranno in fiore. La vita riprende e il modo migliore per contribuire è andare. Non da spettatori, da escursionisti che vogliono "vivere" di nuovo questo territorio.

Programma

2 gg a Tolentino (MC)

Castello della Rancia, Abbazia di Pollecchia  
Urbisaglia, Badia di Fiastra

2 gg a Castelluccio di Norcia (PG) - Sibillini

Il giro dei piani fioriti

Palazzo Borghese, Via Imperiale e Pian Perduto.

Traversata Castelluccio Accumoli Amatrice

2 gg ad Amatrice (RI)

Anello Campotosto Monte Cardito

Lago di Scandarello e Amatrice

2 gg a Grottammare (AP)

Parco di Cupra Marittima (Luci per notturna)

Relax balneare e passeggiata serale

Vacanza MTB con mezzo al seguito per viaggio, trasferimenti e trasporto bagagli (carsharing con ripartizione dei costi tra i partecipanti).

Otto cicloescursioni di gruppo accompagnate.

Sarà ogni giorno disponibile un programma turistico e/o di facile escursionismo per chi non volesse pedalare o per eventuali accompagnatori.



**Claudio Torreggiani**

Guida Ambientale Escursionistica

Regione Emilia Romagna RE69

Associato e assicurato AIGAE ER463

(+39) 370 306 3829 - 324 823 4444

[claudio.cicloescursioni@gmail.com](mailto:claudio.cicloescursioni@gmail.com)

**Quote di partecipazione a partire da 625,00 €.**

**Iscrizioni entro il 15 Maggio presso:**

**STRAY MOOD di More' Srl**

**[info@straymood.com](mailto:info@straymood.com)**

**TEL: +39 039 - 741641 (Gabriele)**



<http://www.straymood.com/it/?id=Gruppi&gruppi=60&psw=aperto>

## Informazioni

La quota comprende 8gg di B&B in Hotel, agriturismo e campeggi così come descritti nel programma di viaggio ed accompagnamento da parte di guida abilitata ed assicurata in 8 cicloescursioni di gruppo.

Pranzi, cene, ingressi a musei e monumenti non fanno parte del programma e saranno da pagarsi in loco.

Il viaggio A/R da Reggio E. ed i trasferimenti non fanno parte del programma e saranno effettuati in Carsharing con ripartizione dei costi tra i partecipanti.

Il tour potrà essere annullato nel caso non si raggiunga il numero minimo di 8 iscritti; l'eventuale annullamento darà diritto al solo rimborso delle caparre versate.

Il programma potrà subire variazioni in base alle condizioni meteo, alle effettive condizioni di percorribilità dei sentieri, alle capacità/interessi dei partecipanti.

Per tutte le informazioni consultare il programma di viaggio.

## Informazioni tecniche

Il programma è costituito da otto cicloescursioni di medio impegno tecnico ed atletico; nel programma di viaggio sono descritti i singoli percorsi con indicazione di lunghezza, dislivello e difficoltà tecnica.

Le cicloescursioni verranno condotte a bassa velocità e si effettueranno numerose soste nei punti di maggiore interesse.

E' richiesto un minimo grado di allenamento e l'abitudine a restare in sella per diverse ore al giorno. Per ciclisti non allenati si consiglia la E-MTB.

Possibilità di noleggio MTB o E-MTB presso negozio di fiducia.

## Attrezzatura

MTB con ruote scolpite e rapporti agili per poter pedalare su tratti ripidi. Zainetto o bike pack per la sola dotazione giornaliera + kit per riparazioni. Abbigliamento ciclo stratificato con protezione pioggia, scarpe con suola scolpita comode anche per camminare, gilet alta visibilità, luci post e front, guanti, fascia o sottocasco, borraccia, snack, occhiali con lenti chiare, pile/maglione e ricambi. Considerare che si raggiungerà la quota massima di circa 2000 mslm. Il **casco è vivamente consigliato** ma non obbligatorio.

