



## **CLUB ALPINO ITALIANO**

**SEZIONE DI LIVORNO**

**Nando Bastianelli - Lido del Nista**

**FONDATA NEL 1888**

# **30 LUGLIO 2017**

## **MTB - COLLINE LIVORNESI IN EBIKE**



- RITROVO: PIAZZA DANTE (SEDE CAI) ORE 8:30**
- LUNGHEZZA: DA 60 KM OPPURE 80 KM**
- DISLIVELLO: IN ASCESA 900 METRI OPPURE 1200 METRI – ASFALTO 30%**
- CAPO GITA: MASSIMILIANO SCAVO ( 3476045212 ) mscavo@gmail.com**
- DIFFICOLTÀ: MC / MC**
- COSTO: COSTO EURO 40,00 PER NOLEGGIO EBIKE PER TUTTO IL GIORNO E CONSEGNA A DOMICILIO**
- PRANZO AL SACCO**
- ARRIVO PREVISTO NEL TARDO POMERIGGIO**

**MASSIMO 7 PARTECIPANTI ( ESSENDO DISPONIBILI SOLO 7 MTB ELETTRICHE ). SE CI FOSSERO PIÙ RICHIESTE POTREBBE ESSERE FATTA LA STESSA CICLOESCURSIONE ANCHE IL GIORNO PRIMA SABATO**



## CLUB ALPINO ITALIANO

### SEZIONE DI LIVORNO

Nando Bastianelli - Lido del Nista  
FONDATA NEL 1888

Bellissima cicloescursione aperta a tutti coloro che amano la natura e vogliono provare l'uso di una vera macchina *offroad*, raggiungendo in bici traguardi apparentemente inavvicinabili e praticare percorsi con il minimo sforzo. Con il solo costo del noleggio della ebike è possibile fare una lunga distanza immersi nei boschi o nelle campagne.

Si parte dalla sede CAI in piazza Dante dove il noleggiatore ci consegnerà le ebike, vere mountain bike con la pedalata assistita, che richiede solamente di muovere le gambe. Ognuno in base al proprio allenamento le utilizzerà con più o meno forza. Attraverso piste ciclabili e il lungomare arriveremo al monumento di Ciano e da lì al Castellaccio,

dove prenderemo il sentiero 140 che ci porta alla valle del Gorgo fino a Chioma. Risaliremo dall'asfalto fino ad Aia della Vecchia dove prenderemo uno sterrato in salita che ci porta a Nibbiaia, all'ingresso dello sterrato in direzione Poggio Pelato. Qui una magnifica visuale ci appare davanti: l'arcipelago toscano con tre delle sue isole, Capraia, Gorgona e Elba, e la Corsica. Nelle vicinanze troviamo anche il laghetto delle serre, laghetto cristallino naturale piccolissimo ma molto suggestivo. In discesa, passando da Castelnuovo della Misericordia, arriviamo dopo qualche risalita al lago di Santa Luce. Attraverso uno stradello

tra i campi dove è stato appena raccolto il grano, arriviamo a Pastina e Pomaia, dove è situato un monastero buddista che riceve visitatori da tutta Italia.

Qui, se c'è ancora batteria sufficiente, proseguiremo per Castellina Marittima Riparbella e arriveremo a Cecina passando dall'entroterra (Casale Marittimo, Bibbona e Bolgheri), altrimenti se la batteria scarseggia o se i partecipanti vogliono scorciare il tragitto, arriveremo sempre a Cecina passando da Rosignano via mare per altri 20 km complessivi.

Qui prenderemo il treno per Livorno.



---

**Termine iscrizione: mercoledì 26 luglio 2017 ore 19:00.**

**Per informazioni e prenotazioni contattare**

**Massimiliano Scavo – cell. 3476045212 – email: [mscavo@gmail.com](mailto:mscavo@gmail.com)**

**I non soci devono lasciare i propri dati e € 10 in sede comprensivi dell'assicurazione entro le 19:00 di mercoledì 26 luglio 2017. In alternativa entro gli stessi termini, possono effettuare un bonifico bancario ed inviarne attestazione via email a [livorno@cai.it](mailto:livorno@cai.it) sul conto intestato alla sezione CAI Livorno aperto presso la Cassa di Risparmio di Volterra, Indirizzo: Via Sansoni 5, 57123 Livorno**

**ABI 06370 CAB 13900 N. Conto Corrente 000010008306**

**IBAN IT40U0637013900000010008306**

**CAUSALE: Quota non socio cicloescursione del 30/07/2017**