



CLUB ALPINO ITALIANO

SEZIONE DI LIVORNO

Nando Bastianelli - Lido del Nista

FONDATA NEL 1888

29 MAGGIO 2018

CULLA DEL SASSICAIA IN EBIKE



L'**e-bike** sembra una normale **mountain bike**, ma ha una "marcia" in più: è infatti dotata di un **motore elettrico** che aiuta la pedalata in maniera fluida e naturale. Attenzione però, il motore non sostituisce i pedali! Semplicemente può darvi più **sprint** quando la stanchezza inizia a farsi sentire o la salita si fa troppo ripida.

L'**e-bike**, o **bici a pedalata assistita**, ha un **cambio** che permette di regolare velocità e sforzo della pedalata, esattamente come tutte le **biciclette**, ma in questo caso possiamo anche **scegliere il livello di assistenza del motore** che vogliamo. Il livello più basso ci allevia lo sforzo di circa il 50%, ma si può arrivare a un aiuto del 300% se si vuole ridurre al minimo la fatica. Detto questo posso affermare che chi ha provato questa magnifica invenzione è quasi sempre rimasto soddisfatto dell'esperienza. Per questo con questa bella ciclo escursione altre sei persone possono avere questa opportunità.

Arriviamo in auto alla casa di caccia, negozio di noleggio di via dei cavalleggeri nord 23 a Marina di Bibbona alle ore 9:00 dove prenderemo la ebike . Attraverso uno sterrato arriviamo sulla statale Aurelia che percorreremo per un chilometro fino al bivio a sinistra che ci porta lungo il famoso viale dei cipressi a Bolgheri. Pedalando possiamo osservare lunghi filari di vigneti della tenuta San Guido, dove viene prodotto il vino Sassicaia. Visitato il grazioso paesino, entreremo nella foresta della magona che attraverseremo fino ad arrivare a Bibbona, altro paesino della val di Cecina. Ripartiti in discesa, attraverso strade bianche torneremo al luogo di partenza. Oppure volendo possiamo continuare verso Montescudaio scendere sul fiume Cecina e dopo averlo guardato risalire per Riparbella. Arrivati in località Nocolino una bellissima discesa sterrata ci porta direttamente a Cecina.



Km 30 o 45 dislivello in ascesa 300 o 500 metri

Difficoltà MC/MC

Ritrovo ore 8:00 Livorno sede Cai piazza Dante

Partenza per Marina di Bibbona ore 8:10

Mezzi propri

Costo euro 35,00 per noleggio ebike

Max 6 partecipanti (essendo disponibili solo 6 ebike)

Termine iscrizione: raggiungimento posti disponibili

Per informazioni e prenotazioni contattare Massimiliano Scavo 3476045212 email:

mscavo@gmail.com

I non soci devono lasciare in sede i propri dati e € 10 comprensivi dell'assicurazione. In alternativa entro gli stessi termini, possono effettuare un bonifico bancario ed inviarne attestazione via email a 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 29/05/2018