



## Itinerario

Questa volta, a differenza del 15 febbraio, andremo a Volterra in mountain bike, facendo un giro ad anello che a piedi non è stato possibile fare per la lunghezza del percorso. La cicloescursione inizierà a Saline di Volterra, dove i partecipanti arriveranno per conto proprio o tutti insieme partendo dalla nostra sede, alle 9:00. Prenderemo il sentiero rimasto al posto del vecchio binario che portava un treno a cremagliera fino a Volterra, uscito di linea nel 1952.



[http://www.ferroviedismesse.com/Saline-Volterra/Saline di Volterra-Volterra/fsvvindex.htm](http://www.ferroviedismesse.com/Saline-Volterra/Saline_di_Volterra-Volterra/fsvvindex.htm)

La salita di circa 8 km negli ultimi 3 ha una pendenza media e costante del 10%. Sarà molto affascinante vedere Volterra avvicinarsi piano piano davanti a dei paesaggi maestosi. Giunti a Volterra passeremo dall'ex manicomio inaugurato nel 1887 e dismesso nel 1978. <http://www.paesifantasma.it/Luoghi/manicomio-di-volterra.html>.

Dopodiché, attraversando l'interno dell'ospedale, entreremo nel centro storico dove visiteremo velocemente i principali punti d'interesse, soprattutto piazza dei priori e l'anfiteatro romano. Finita la vista cittadina, ci dirigeremo sulla strada statale verso Colle val d'Elsa, ma dopo appena un km circa a dx inizieremo a scendere passando casolari, poderi e godendo un bellissimo panorama nelle ampie vallate, in una serie di saliscendi, arriveremo al luogo di partenza. Il tratto finale sarà su asfalto.



È richiesto un discreto allenamento per il dislivello finale. In alternativa, per coloro che non sono allenati e non vogliono perdersi questa bella uscita, è consigliabile noleggiare una mountain bike con pedalata assistita.

---

### REGOLE DI BASE

- Mountain bike o ebike in buone condizioni e idonee per tracciati misti con gomme non lisce.
- Casco protettivo obbligatorio. Guanti consigliati.
- Occhiali con lenti non colorate per i percorsi boschivi consigliati
- Camera d'aria di scorta e/o bomboletta fast
- Borraccia con acqua e rifornimenti energetici
- Seguire le direttive del capogita della cicloescursione.
- L'organizzazione durante la ciclo escursione dispone di APRIPISTA e CHIUDIPISTA nessuno può superare l'apripista e rimanere dietro il chiudi pista, a meno che sia autorizzato dagli stessi

Prenotazioni e iscrizioni presso la sede del C.A.I. **il mercoledì e il venerdì ore 17:30 – 19:30**; per informazioni contattare gli accompagnatori.

Il Direttore di escursione si riserva la facoltà di modificare il percorso o annullare l'escursione in base alle condizioni mete meteorologiche o di qualsiasi altra natura, che ne possano impedire lo svolgimento in condizioni di sicurezza o escludere eventuali partecipanti con attrezzatura/abbigliamento inadeguato.

I non soci dovranno comunicare i propri dati in sede entro il venerdì precedente l'escursione e pagare € 10.00 quale copertura assicurativa / contributo sezionale. In alternativa, potranno effettuare, sempre entro gli stessi termini, un bonifico bancario ed inviarne attestazione via email a [livorno@cai.it](mailto:livorno@cai.it)

Le coordinate bancarie per effettuare il bonifico sono: sezione CAI Livorno, presso la Credit Agricole Cariparma – Filiale di Livorno 2 - Scali delle Pietre, 25

IBAN IT32V0623013903000035569700

CAUSALE: Quota non socio cicloescursione 01/03/2020.

*Attenzione: Le foto e i video realizzati in occasione delle escursioni sociali potranno essere utilizzate dalla sezione di Livorno per attività promozionale o altri scopi attinenti all'attività del Club anche attraverso il web, salvo espressa dichiarazione contraria del partecipante.*

*Per tutto quanto non scritto sulla locandina si fa riferimento al regolamento escursioni sociali presente in sede e anche al seguente indirizzo internet: [http://www.cailivorno.it/immagini/Regolamento\\_escursioni\\_sociali.pdf](http://www.cailivorno.it/immagini/Regolamento_escursioni_sociali.pdf).*