



Data Escursione: dal **02-04-2023** al **02-04-2023**

Tabella Tecnica

Proposta da :	STARTREKK Associazione di Promozione Sociale
Tipologia :	
Dislivello :	50 m
Ore :	5 ore
Difficoltà :	T
Lunghezza :	28 km

Descrizione L'itinerario si svolge tutto su pista ciclabile o sterrato, per cui è privo di auto e particolari criticità. Potremo assaporare in totale relax la campagna romana, passando attraverso ambienti molto diversi tra loro: un fantastico bosco di eucalipti, unico nel suo genere, canneti e scenari fluviali fuori dal tempo.

Prima di pranzo facciamo sosta nell'area archeologica dei Porti Imperiali di Claudio e Traiano a Fiumicino, ad ingresso gratuito per la prima domenica del mese, dove possiamo visitare le rovine di antiche basiliche, fondachi e magazzini di epoca romana.

Riprendiamo le bici per arrivare a Fiumicino e finalmente al mare!! posate le bici ci sgranchiamo un po' lungo il canale, tra venditori di pesci urlanti e le reti stese ad asciugare. Qui possiamo scegliere se mangiare un pranzo al sacco sotto il faro rosso o deliziarci con un cartoccio di fritti o uno spaghetti all'aperto in uno dei ristorantini informali.

Dopo pranzo, ripercorriamo l'incantevole tratto della ciclabile che corre lungo il Tevere e arrivati alla stazione ferroviaria di Ponte Galeria prendiamo il treno per il rientro a casa.

PERCORSO

A/R da Ponte Galeria: 28 km

La via che percorreremo non presenta difficoltà tecniche ma si articola su strada bianca, dove non sono infrequenti le forature.

E' quindi necessario:

- avere una mountain bike o comunque una bici adatta a strade non asfaltate
- avere con sé una camera d'aria di ricambio e/o uno spray autoriparante
- va bene anche la bici muscolare

NOTA BENE: Casco obbligatorio

DATI TECNICI ESCURSIONE:

Difficoltà: E

Dislivello: 100 m

Km: 28 (A/R da ponte Galeria)

Tipo: A/R

Tempo di percorrenza: 5h (escluse soste)

MEZZO DI TRASPORTO

Le tue gambe + la tua bicicletta in buone condizioni oppure puoi noleggiarla

QUOTE E COSTI PREVISTI

Contributo escursione 15€ (escluso eventuale noleggio bici e treno A/R per ponte galeria)

Evento riservato ai soci in regola con il tesseramento. Tessera FederTrek 15€ (5€ per gli under 18), con possibilità di farla il giorno stesso.

APPUNTAMENTO:

PRIMO: 9:15 stazione piazzale Ostiense

SECONDO: 10:00 stazione treno metropolitano Ponte Galeria

ACCOMPAGNATORI:

AEV Francesco Ruggieri 346 2179947

AEV Roberta Picella 349 4340250 (solo wapp sarete richiamati con piacere)

PRENOTAZIONI:

ON LINE direttamente dal sito www.starttrekk.it

ABBIGLIAMENTO:

Casco da bici

Abbigliamento sportivo per bicicletta: Tuta, scarpe da ginnastica (ok anche scarpe basse da trail), un giacchetto antivento/antipioggia, crema solare, cappello con visiera, occhiali da sole, acqua almeno 1 litro, pranzo al sacco facoltativo.

Per velocizzare le operazioni di emissione della tessera stampa il modulo allegato e portalo conte già predisposto e firmato:
<https://www.starttrekk.it/pdf/tessera.pdf>

Gli itinerari proposti potranno subire variazioni ad insindacabile giudizio degli accompagnatori sulla base delle condizioni di sicurezza che saranno valutate prima e durante ogni escursione

Accompagnatore1: AEV Simonetta Stefano

Cell: 3477131344

Accompagnatore2:

Cell:

Informazioni:

Nota: Si ricorda ai partecipanti che è obbligatoria l'esibizione della tessera FederTrek e la trascrizione del numero da parte degli accompagnatori. L'attività proposta può subire cambiamenti a discrezione degli accompagnatori per ragioni sicurezza e di opportunità per il gruppo, pertanto ogni tesserato è tenuto a rispettare le modalità di partecipazione stabilite dagli accompagnatori, seguendo le loro indicazioni. In caso contrario, verrà meno il rapporto di affidamento e, quindi, l'eventuale responsabilità verso chi sceglie percorsi o modalità differenti da quelle indicate.