



Parole & Pedali diventa maggiorenne a Livorno!

FIAB Livorno è onorata di ospitare la XVIII edizione di questa importante iniziativa del coordinamento toscano FIAB. Sarà l'occasione per conoscere e visitare una città e un territorio attraversati da importanti tratti della Ciclovia Tirrenica.

Così come nelle precedenti edizioni saranno due giorni di pedalate e anche di incontri. Di seguito i programmi in sintesi e dettagliato.

IN SINTESI

VENERDÌ 7 OTTOBRE – PRE-EVENTO

POMERIGGIO: *Alla scoperta della città - tour dei fossi a bordo del battello Marco Polo*

SERA: Cena libera in un locale del quartiere della Venezia-Pontino

SABATO 8 OTTOBRE

MATTINA: 9,30 – 16,00 Pedalata sul “Romito” con aperitivo IN TERRAZZA sul mare, pranzo sulle colline e rientro in città

POMERIGGIO: 16,30 – 19,30 Convegno “Livorno e la Ciclovia Tirrenica” e riunione del coordinamento toscano FIAB

SERA: Cena conviviale presso Hotel Granduca

DOMENICA 9 OTTOBRE

MATTINA: 9,30 - 16,00 Ciclotour alla scoperta della città tra passato e futuro: dall'800 alle nuove greenways con arrivo sul lungomare

POMERIGGIO: 16,30 Fine del ciclotour, saluti e ringraziamenti

La partecipazione alle pedalate è riservata ai soci Fiab. Sarà possibile tesserarsi la mattina prima della partenza. Per partecipare bisogna iscriversi entro venerdì 30 settembre

Per iscriversi compilare il modulo <https://forms.gle/ZvJgsfSMDaZxuHyh8>

Quota di iscrizione base: 5 euro a cui si aggiunge una quota variabile, che dipende dalle attività scelte:

- **pedalata di sabato 8 ottobre (24 euro comprensiva di aperitivo e pranzo)**
- **cena di sabato 8 ottobre (28 euro)**
- **pranzo di domenica 9 ottobre (20 euro)**

ORGANIZZAZIONE E DETTAGLI PROGRAMMA

ALBERGO

L'Hotel Granduca**** ha elaborato un'offerta riservata ai soci FIAB che volessero pernottare presso la struttura (si veda sotto) con prenotazione da effettuarsi direttamente con l'albergo entro le ore 16,00 di venerdì 30 settembre www.granduca.it

NOLEGGIO BICICLETTE

Con Bike Store MtB Cafe è in atto una convenzione per soci FIAB che prevede il noleggio di una e-bike al prezzo concordato di 25 euro con ritiro a mano presso il negozio, **35€** con consegna all'hotel Granduca.

Per prenotazioni e ulteriori info contattare direttamente **Emilio Camici cell. 339 7117350** avendo cura di fornire informazioni precise : Nome e Cognome, altezza e peso

Bike Store MtB Cafe a Livorno in via dei Ramai 1

Tel. 0586 401850

Mail : emilio@quattro-ruote.it,

Sito: <https://www.facebook.com/bikestoremtbcafe>

VENERDÌ 7 Ottobre

Alla scoperta della città - tour dei fossi a bordo del battello Marco Polo

In collaborazione con la Cooperativa Itinera Fiab offre, in occasione di P&P, la possibilità di un giro dei fossi, accompagnati da una guida turistica esperta, che svelerà le origini, le peculiarità, gli aneddoti, la storia e le caratteristiche di un luogo magico e poco noto della nostra regione.

DATA: Venerdì 7 ottobre ore 17.00 – ritrovo ore 16.50 Scali Novi Lena

COSTO RISERVATO AI SOCI FIAB: 10€ incluso battello e guida

PRENOTAZIONI: **Contattare Itinera** allo 0586.894563 da lunedì a venerdì – oppure alla mail tourinbattello@itinera.info

SCADENZA: Le prenotazioni per il giro in battello dovranno essere effettuate **entro le ore 13.00 di venerdì 30 settembre** al numero indicato

Cena in un locale del quartiere della Venezia-Pontino

SABATO 8 Ottobre

Pedalata: lungomare Sud, lungo l'itinerario della "Ciclovía Tirrenica" con vista sulle bellissime scogliere di Calafuria e Calignai e aperitivo in terrazza sul "Romito". Salendo dalla SP9 arriveremo al Castellaccio per ridiscendere verso Montenero e fare ritorno in città per le "Parole".

Percorso: 35 km, dislivello positivo 427 m, percorso prevalentemente su asfalto con brevi tratti di sterrato. Ai meno allenati si consiglia l'utilizzo di una e-bike:

<https://it.wikiloc.com/percorsi-ciclismo/giro-per-parole-e-pedali-2022-94595363>

9,30 ritrovo in piazza Micheli (monumento ai 4 Mori, adiacente all'Hotel Granduca)

11,30 aperitivo a buffet in terrazza vista mare al ristorante "Il Romito" <https://www.ilromito.it/>

13,00 pranzo a Erba di Campo <https://www.erbadicampo.com/>: un primo con dolce e bevande (18€)

14,30 si riparte

15,00 santuario di Montenero

16,00 arrivo in piazza Micheli (monumento ai 4 Mori, adiacente all'Hotel Granduca)

Le Parole

16,30-19,00

convegno "Livorno e la Ciclovía Tirrenica", Sala Ferretti presso Fortezza Vecchia, ingresso piazza SS. Trinità, Stazione Marittima

19,00 – 19,30 Dibattito

20,00 Ritrovo presso il ristorante Granduca per la **cena conviviale con menù degustazione**

Cacciucco "5C": antipasto (acciughe alla povera) e Cacciucco "5"C

(<http://ristoranteilgranduca.it/cacciucco-alla-livornese>)

Il menù comprende anche 1 Bottiglia di vino ogni 4 persone, acqua e ponce alla livornese

Prezzo 28 €

FIAB Livorno – via Vivoli n°3 57125 Livorno, c.f. 92103600497

fiablivorno@gmail.com

www.fiablivorno.blogspot.com/ www.facebook.com/FiabLivorno

DOMENICA 9 Ottobre

9,30 partenza da piazza del Luogo Pio per un ciclotour che ci condurrà alla scoperta della città tra passato e futuro: dall'800 alle nuove greenways con arrivo sul lungomare

13,00 pranzo al Laghetto della Bua, via della Padula 335: un antipasto, un primo, dolce, bevande e caffè (20€)

14,30 partenza

16,00 arrivo sul lungomare

16.30 Fine del ciclotour



Alla cortese attenzione dei soci FIAB

L'Hotel Gran Duca**** in occasione dell'evento Parole&Pedali in programma da venerdì 7 ottobre a domenica 9 ottobre, in un'ottica di sostegno allo sviluppo di sinergie con FIAB Livorno "La Triglia in bicicletta" finalizzate all'incremento di flussi legati al cicloturismo anche sul territorio del comune di Livorno, con la presente ha il piacere di proporvi la propria migliore offerta:

Trattamento: BB

Prezzi Hotel Room:

- Euro 75,00 per persona per notte in camera singola
- Euro 80,00 per persona per notte in camera DUS
- Euro 95,00 per notte in camera doppia

Qualora la durata del soggiorno fosse più di una notte sarà applicato **sconto del 10% sulla tariffa precedentemente accordata.**

Le suddette tariffe includono il trattamento colazione continentale a buffet, connessione wi-fi, tasse e servizio.

La tassa di soggiorno non è inclusa nel prezzo di cui sopra: € 3,00 a persona per notte a partire da 14 anni in poi un massimo di 4 notti - Hotel

Per procedere con la conferma della prenotazione di cui sopra, di solito chiediamo un 30% di deposito sulla conferma e il totale dovrà essere versato entro 5 giorni prima della data di arrivo. Possibilità di aggiungere il trattamento di mezza pensione anche nel nostro rinomato Ristorante Gran Duca <http://www.ristoranteilgranduca.it/> con menù a partire da 25,00 € a persona a pasto.

Siamo inoltre a dare conferma della possibilità di poter parcheggiare nel nostro garage interno le biciclette, senza alcun costo aggiuntivo ma prenotazione necessaria dello stesso.