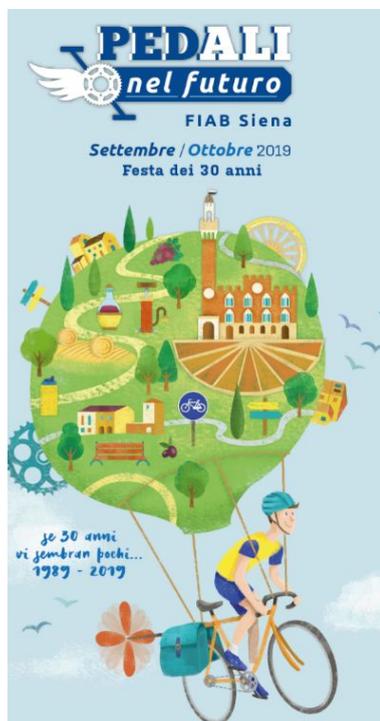


PAROLE & PEDALI 2019

PEDALI LUNGO LA FRANCIGENA



NELL'AMBITO DEL CALENDARIO DI EVENTI "PEDALI NEL FUTURO", ORGANIZZATO PER FESTEggiARE I 30 ANNI DELL'ASSOCIAZIONE, SI TERRÀ A SIENA LA QUINDICESIMA EDIZIONE DELL'ANNUALE INCONTRO DELLE ASSOCIAZIONI FIAB DELLA TOSCANA INTITOLATA "PAROLE & PEDALI 2019 LUNGO LA FRANCIGENA". DUE GIORNI DI INCONTRI E PEDALATE, DEDICATE ALLA PROMOZIONE DELLA CICLOVIA FRANCIGENA, ALLA SCOPERTA DEL TERRITORIO SENESE TRA NATURA TRADIZIONI ED ENOGASTRONOMIA.



Programma:

SABATO 12 OTTOBRE

Ore 9,45: Ritrovo P.zza Duomo imbocco Via del Capitano

Ore 10.00: partenza della pedalata lungo la Francigena Sud in testa alla manifestazione "Ultramaraton Siena-Acquapendente" da Siena a Monteroni d'Arbia e Buonconvento (circa Km. 40 ascesa mt 300 su strade asfaltate e sterrate) con incontri presso le Amministrazioni Comunali per promuovere la Francigena in Bicicletta e le ciclabili del territorio. Pranzo presso ristorante caratteristico e visita al Museo della mezzadria di Buonconvento

Ore 16.10: Treno rientro a Siena (arrivo stazione Siena circa ore 16,43)

Ore 18.00: Incontro FIAB Toscana "La ciclabilità in Toscana"

Ore 20,30: Cena in Locale tipico

DOMENICA 13 OTTOBRE

Ore 9.15: ritrovo di partecipanti in Piazza Amendola

Ore 9.30: partenza pedalata lungo la Francigena da SIENA a MONTERIGGIONI - COLLE V.d'E. - POGGIBONSI (circa 65 km ascesa mt 700 su strade asfaltate e sterrate) con incontri presso le Amministrazioni Comunali per promuovere la Francigena in Bicicletta e le ciclabili del territorio. Pranzo ristorante Poggibonsi e rientro a Siena in bicicletta con possibilità di utilizzare il treno (non per tutti) da Poggibonsi o da Castellina Scalo.

Ore 17,30 Chiusura cicloraduno con baci e saluti

Tutti i percorsi presentano le caratteristiche salite toscane di media difficoltà.

LA SISTEMAZIONE ALBERGHIERA

Siena dispone di moltissime strutture ricettive di varia categoria che riescono a soddisfare ogni esigenza, pertanto abbiamo optato per la libertà assoluta nella sistemazione alberghiera. Ognuno dovrà provvedere alla propria sistemazione per il pernottamento. Sul sito www.adbsiena.it è disponibile una lista di alcune strutture alberghiere consigliate, è preferibile prenotare con largo anticipo per avere maggiore possibilità di scelta.

ALTRE INFORMAZIONI

Per noleggio bici in loco è disponibile, sul sito www.adbsiena.it, una lista di alcuni noleggiatori a cui potete rivolgervi.

Per raggiungere Siena:

- **In auto - da Nord o Sud:** raccordo autostradale Firenze - Siena, uscite:
Siena Nord, Acquacalda, S.Marco e Siena Sud
- **In treno:** attraverso le linee Empoli-Siena, Chiusi-Sinalunga-Siena e Grosseto-Siena

LA QUOTA DI PARTECIPAZIONE

1. **Formula completa di 2 giorni 60 €** Comprende: Iscrizione alle pedalate di sabato e domenica, cena sabato, pranzi di sabato e domenica, visita museo della Mezzadria di Buonconvento. Non è compreso il biglietto treno Buonconvento-Siena (1,80-3,60€/pers) e il trasporto bicicletta treno/furgone al momento quantificabile.
2. **Formula sabato 45 €** Comprende: Iscrizione pedalata guidata sulla francigena, ingresso museo della mezzadria, pranzo, cena conviviale del sabato in una contrada di Siena. Non è compreso il biglietto treno Buonconvento-Siena (1,80-3,60 €/pers) e il trasporto bicicletta treno/furgone al momento non quantificabile.
3. **Formula cena sabato 15 €** con questa formula è possibile prenotare la cena conviviale del sabato in una contrada di Siena.
4. **Formula domenica 20€** Comprende: Iscrizione pedalata guidata sulla francigena e il pranzo. L'eventuale rientro in treno a Siena non è compreso.

LE ISCRIZIONI

Le iscrizioni saranno aperte dal 09/09/2019 e si chiuderanno il 30/09/2019, max 50 posti. Saranno accettate esclusivamente via internet, utilizzando l'apposito modulo predisposto nel nostro sito www.adbsiena.it

Al momento dell'iscrizione occorre indicare, nel modulo on-line, anche gli estremi dell'avvenuto versamento dell'importo corrispondente alla formula prescelta, con bonifico bancario COD IBAN:

IT20W01030 14200 0000 11457827 intestato a FIAB Siena Amici della Bicicletta causale "Parole & Pedali 2019 "nome e cognome del/i partecipante/i e formula 1-2-3-4"

L'iscrizione sarà considerata ad ogni effetto autodenuncia di idoneità fisica; inoltre è **OBBLIGATORIO** il tesseramento FIAB 2019. L'organizzazione declina ogni responsabilità per eventuali incidenti o danni a persone o cose che si dovessero verificare durante la manifestazione.

LO STILE DELLE NOSTRE PEDALATE

Escluso qualsiasi contenuto agonistico, si pedala tranquillamente in allegra compagnia, in strade secondarie, a volte sterrate, lontane (per quanto possibile) dal traffico, fermandosi quando occorre, senza mai superare il capogita e rispettando le regole del Codice della Strada. Le principali finalità delle nostre pedalate sono: godere delle bellezze del paesaggio, approfondire le conoscenze degli aspetti naturalistici, artistici e storici del territorio, fare nuove amicizie e un benefico esercizio fisico.

PER ULTERIORI INFORMAZIONI

FIAB SIENA AMICI DELLA BICICLETTA "F. BACCONI" www.adbsiena.it; adbsiena@adbsiena.it
ALBERTO PAGGETTI 335 7697388 MASSIMO PAGLIAI 335 7798620 LORE LORENZI 347 7040789

