

PROGRAMMA ASTURA IN MTiB domenica 11 maggio 2014

Preparate le mtb e i vostri bambini...stiamo arrivando!!!

Appuntamento indirizzato alle famiglie. (andatura a passeggiata)

percorso a/r 17,5 km totali

Escursione guidata per l'intera area del poligono, lungo il fiume Astura, fino al Castello di Torre Astura, all'area ricreativa con zona pic nic e ludica, per tutti i sentieri e le strade all'insegna di una natura inalterata nel tempo.

Uno speciale ringraziamento alla **dott.ssa Antonella Ponsillo, nostra guida**, che ci permetterà di conoscere e scavare nella storia del meraviglioso sito.

Ci saranno diversi punti di ritrovo / partenza :

Latina fronte OBI ore 08:20/08:35 (per i ciclisti che vogliono pedalare un po di più)

Stella Maris (lato pista ciclabile Latina) ore 09:00/09:10 (per i ciclisti che vogliono pedalare un po)

Foceverde (LT) ore 09:40/09:45 (per i ciclisti che vogliono pedalare un pochino)

Cancello Fiume Astura ore 10:10/10:20 (solo ingresso bici)

Cancello fronte bosco Foglino Centro Ricreativo (Nettuno RM) (per le auto) dalle ore 09:20

Poligono p.le degli Eroi, Nettuno ore 09:45/10:10 (solo ingresso bici)

Ai 3 ingressi della base militare troverete un nostro volontario che controllerà i nominativi degli iscritti.

Solo gli iscritti regolarmente potranno avere accesso all'interno della zona militare.

CONTROLLA SE IL TUO NOMINATIVO e' INCLUSO NELLA LISTA PARTECIPANTI.

I due ingressi...Astura e P.le degli Eroi, e gli altri appuntamenti OBI, Stella Maris, Foceverde, verranno presidiati dai nostri volontari solo per la fascia d'orario sopra evidenziata (da/a). Poi il gruppo proseguirà o il cancello verrà chiuso.

L'unico ingresso che rimarrà aperto sarà il cancello del centro ricreativo Foglino.

Evento supportato anche sul tratto stradale esterno base dalla Protezione Civile. Interverrà la **Protezione Civile di Roccasecca dei Volsci.**

Assistenza tecnica on the road fornita da I BIKE (di Alessandro Savio Latina via Aprilia)

Fotografo Ufficiale Enrico Paoletti. Hai la possibilità di acquistare il tuo ricordo del giorno. Una piccola percentuale di quella spesa aiuterà uno scopo sociale dalla nostra associazione.

La base militare impone un'**assicurazione** interna per mettere in sicurezza l'evento. Questa quota come tutte le altre spese sono state per te anticipate dall'associazione Tevere in Bici.

Il centro nevralgico di tutto l'evento è il **Centro Ricreativo del Foglino**, logicamente all'interno del poligono. Appena arrivati, piccola accoglienza mattutina con **fette biscottate, marmellata e succhi di frutta**. Al centro ricreativo si regolarizzeranno anche le vostre registrazioni dei partecipanti. Forniremo come ricevute per i panini dei talloncini da presentare al rientro del tour per ritirarli appena cotti.

Si partirà per il tour dal C.R. per arrivare alla foce dell'Astura per ammirare la bellezza del castello immerso nel mare.

Ancora immersi nella pineta per poi rientrare alla nostra base.

A copertura di tutte le spese affrontate (assicurazione, colazione, panini, bibite, acqua, medaglietta ricordo per i piu' piccoli + le spese gestionali e organizzative) **verrà richiesta una quota di 6 euro pro-capite.**

Chiediamo la grande cortesia di portare banconote di piccolo taglio ed eventuali spicci (moneta 1 o 2 euro) per aiutarci a dare i resti e velocizzare l'iscrizione di 220 partecipanti.

Al rientro del tour forniremo a tutti i partecipanti iscritti un delizioso **panino (fresco, appena sfornato), con salsiccia** da 100 grammi cotta alla brace... insieme ad una bottiglietta d'acqua da 1/2 litro (con salsa opzionale).

Questo per permettere a tutti di trattenersi al termine del tour in amicizia e in simbiosi al clima dell'evento!

Il posto è ideale per passare il pomeriggio insieme, stile Pasquetta...organizzatevi!

Facoltativa sarà la possibilità di partecipare alla **RIFFA** che si terrà durante l'ora di pranzo per raccogliere fondi al fine di acquistare un tandem mtb per portare con noi gli amici **NON VEDENTI**. Il nome del progetto, per chi ancora non lo conosce, è "*Su 4 pedALI*"

Ci sarà anche l'opzione **SENZA BICI**, cioè passeggiata con gli amici del **NORDIC WALKING dei Castelli Romani** che impartiranno su strada lezioni di tecnica e pratica. Il giro partirà sempre dal centro ricreativo ma in anticipo rispetto alle bici.

Consigliamo a chi vuole optare per il Nordic Walking di arrivare con le auto al cancello del Foglino intorno alle ore 9:20.

Nell'area ricreativa troveremo:

- # comodo parcheggio
- # chiosco BAR gestito dalla cooperativa cral militare.
- # 15 barbecue liberi tutti per noi piu' 3 grossi in muratura.
- # sacchetti carbonella vegetale ecologica a 4,5 € da comprare facoltativamente, direttamente dalla cooperativa cral militare.
- # moltissimi posti a sedere
- # area ludica per i piu' piccoli
- # campo di calcetto
- # docce
- # bagni

Subito dopo l'ora di pranzo, per i nostri mini bikers **mini circuito x MTB** per farli divertire sotto i nostri occhi mentre noi ci riposiamo rifocillati dalle tante fatiche :-D e medaglie ricordo per tutti loro.

Opzionale un **secondo bike-tour pomeridiano** per l'intera area del poligono.

Chiusura della manifestazione intorno alle ore 19.

In caso di RINVIO causa MAL TEMPO il pomeriggio di venerdì 9 maggio lo pubblicheremo sul sito

Grazie per la fiducia che ogni volta ci dimostrate...partecipando ai nostri progetti!