

Circolo ARCI “ il quartiere “

FUORI LE BICI DALLE CANTINE

Un corso gratuito teorico-pratico per aiutare a conoscere ed amare la “mobilità dolce “.

Il luogo e le date di svolgimento verranno comunicate successivamente.

PEDALATA AL CHIARO DI LUNA:

Ritorniamo a pedalare sotto le stelle nel parco Nord e dintorni!

Mercoledì sera, 14 settembre

Ritrovo: ore 19.15 Piazza Maciacchini tettoia parcheggio.

Per ragioni di sicurezza (al ritorno a casa) è obbligatorio avere la luce sia anteriore che posteriore!

INFORMAZIONI GENERALI

1. Il pagamento degli acconti può essere eseguito mediante versamento sul c/c postale 42322206 oppure bonifico (IBAN IT66L 03069 33083 218100532112) c/o BANCA INTESA filiale Cusano M., precisando la causale. Intestazione: Circolo ARCI IL QUARTIERE –via Rovetta 14 - Milano.
2. **Ritrovi: per risparmiare tempo i ritrovi alla Stazione Centrale saranno in testa al treno!**

Il Circolo ARCI il quartiere non assume responsabilità per eventuali danni a persone e/o cose che dovessero verificarsi prima, durante e dopo lo svolgimento delle gite. L'itinerario delle gite potrà essere modificato senza preavviso e senza rimborso della quota di partecipazione.

Le iscrizioni si ricevono entro il giovedì precedente la gita telefonando a Francesco 329-8507514 o a Franco :347-2718131- e-mail :belloni.fr@tiscali.it

BICIAMBIENTE

2011



.....

Il programma BICIAMBIENTE prevede gite nei parchi regionali su piste ciclabili o con percorsi su strade poco trafficate, usufruendo del sistema treno + bici e/o metropolitana.

Ci sarà il tempo per conoscere gli ambienti naturali con osservazioni di animali e uccelli (utile il binocolo) oltre che per il ristoro.

Anche se si tratta di attività ciclistica ricreativa, è preferibile un certo allenamento fisico.

Le gite prevedono, salvo diversa disposizione la colazione al sacco.

CHIEDERE CONFERMA DELL'ORARIO EFFETTIVO AL CIRCOLO LA SETTIMANA PRECEDENTE LA PARTENZA. LE QUOTE DI PARTECIPAZIONE SONO PASSIBILI DI VARIAZIONI.

IN CASO DI MALTEMPO IL CIRCOLO SI RISERVA DI POSTICIPARE LA GITA IN DATA SUCCESSIVA.

N.B. Ridurre all'indispensabile il peso dei bagagli. Obbligatoria per tutti la pompa, la camera d'aria di scorta (attenzione alle misure) e il kit smontaggio e riparazione. Consigliato il portapacchi e la porta borraccia.

Vestuario secondo stagione e tutto il necessario per eventuali mutamenti meteorologici. Consigliati i pantaloni imbottiti da ciclista, i guanti da manubrio, gli occhiali, il cappellino, l'impermeabile e il CASCO.

SI RICORDA CHE LA PARTECIPAZIONE ALLE INIZIATIVE DEL CIRCOLO E' RISERVATA AI SOCI TESSERATI ARCI.

CIRCOLO RICREATIVO CULTURALE ARCI IL QUARTIERE

Via Rovetta 14 - 20127 MILANO Cell. 3403812708

<http://www.arciquartiere.org> mail: infotiscali@arciquartiere.org.

