



sabato 30 aprile 2022

Bike tour tra PO e TICINO

(mountain bike – gravel)

DESCRIZIONE

Tranquilla pedalata immersa in un ambiente tipicamente padano, costellato da campi coltivati, risaie, lagune create dalle acque del Po e del Ticino, cascate, borghi e piccoli paesi “nascosti nel verde di un paesaggio antico”.

Alla scoperta di un angolo della Lombardia che da assaporare al tempo di una dolce pedalata, ...e volendo insieme a qualche tipico piatto locale!



Tipologia	95% asfalto / 5% strada bianca.
Lunghezza totale	50 km
Dislivello salita / discesa	165m / 165m
Tempi di percorrenza	circa 3+1/2 ore (per tutto il giro ad anello)
Difficoltà tecnica	TC
Impegno fisico	FACILE: idoneo anche per persone senza una particolare preparazione fisica, in grado di pedalare per almeno 50 km su strada pianeggiante.
Bellezza paesaggio / natura	Itinerario immerso tra campi irrigati dalle acque del fiume Po e Ticino

Partenza	Ritrovo alle ore 9:30 a Pavia, al Ponte Coperto sul Ticino, sponda sud.
Suggerimenti per il viaggio	Treno Regionale Milano – Pavia: spesa biglietto persona (circa 7,40 euro sola andata) + trasporto bici (3,00 euro valido per 24h), oppure tramite auto (mezzo proprio).
Ritorno	Treno Regionale Pavia – Milano.
Iscrizioni	Tramite e-mail o WhatsApp, da inviare agli organizzatori. Data di chiusura iscrizioni: giovedì 28 aprile 2022.
Quote	soci: euro 4,00 - non soci euro 15,00 . La quota comprende soccorso alpino, polizza infortuni, responsabilità civile. Per la copertura assicurativa, i non soci, oltre al nome devono comunicare la data di nascita.
Abbigliamento/ Equipaggiamento	da ciclismo / escursionismo (pantaloni lunghi o corti, maglietta, maglione o pile, giacca antivento, cappellino sottocasco, guanti leggeri, crema solare) in base alle temperature. Si consigliano maglietta di cambio e occhiali da sole (meglio se con lenti chiare). Obbligatorio casco e luci fronte/retro da posizionare sulla bici (consigliata sempre la frontale).
Attrezzatura	Meglio mountain bike o bici gravel, camere d'aria in caso di foratura (se ne consigliano due), piccolo zaino, borracce o bottiglie d'acqua (presenza di fonti d'acqua lungo il tracciato).
Pranzo	Pranzo in agriturismo a fine giro (per chi volesse). Si consigliano, sempre, barrette /cibi energetici da consumare lungo l'itinerario, anche al di fuori del pranzo.
Premi sezionali	Premio Fedeltà: 1 punto
Organizzazione	Claudio Terenzi (347.9494989, claudio.terenzi@gmail.com) – Valentina De Marco (334.1617429).

ITINERARIO

Si parte dalla sponda sud del Ponte Coperto di Pavia, e si compie un giro ad anello in senso orario. Si inizia percorrendo la strada del Siccomario, che segue l'Argine Maestro della sponda destra del fiume Ticino. La strada alzaia è scandita dai vecchi caselli d'argine in mattoni e offre inaspettati e rilassanti panorami sulle coltivazioni tipiche della bassa padana. Giunti vicino alle rive del fiume Po, si devia a sinistra e ci si immette sulla ciclovìa del Po. Un primo breve tratto su strada bianca conduce fino alla località Mezzana Corti. Si continua seguendo strade comunali o provinciali secondarie, aperte al traffico, che attraversano i comuni di Sommo, Zinasco Vecchia e Zinasco Nuova. Da qui si devia in direzione nord andando ad incontrare la via Francigena nei pressi dell'abitato di Zerbolò. Proseguendo sempre su strade secondarie, circondate da campi coltivati a risaie, grano, mais, si ritorna al ponte Coperto, punto di partenza.

IN CASO DI CONDIZIONI METEO ED AMBIENTALI NON IDONEE, POSSIBILITÀ DI RINVIO AL GIORNO DOPO, O MODIFICA DEL TRACCIATO, O ANNULLAMENTO!

NORME ANTI-COVID

I partecipanti saranno tenuti a seguire scrupolosamente le regole previste dalle normative vigenti anti-covid; **può partecipare** alla gita **solo** chi è munito di **GREEN PASS RAFFORZATO**, che verrà controllato a inizio gita. Tale obbligo non riguarda i soggetti di età inferiore a 12 anni ed i soggetti esenti dalla campagna vaccinale, sulla base di idonea certificazione medica.

Chi partecipa, tacitamente afferma:

- di non essere stato in contatto con persone risultate positive negli ultimi 14 giorni.
- di avere temperatura corporea non superiore a 37,5 °.
- di non avere sintomi simil-influenzali ascrivibili a Covid-19.
- sul terreno andranno mantenute le distanze di due metri, con uso di mascherina nelle situazioni che richiedono una maggiore vicinanza.