



Club Alpino Italiano Sez. Livorno

Nando Bastianelli - Lido del Nista
Fondata nel 1888

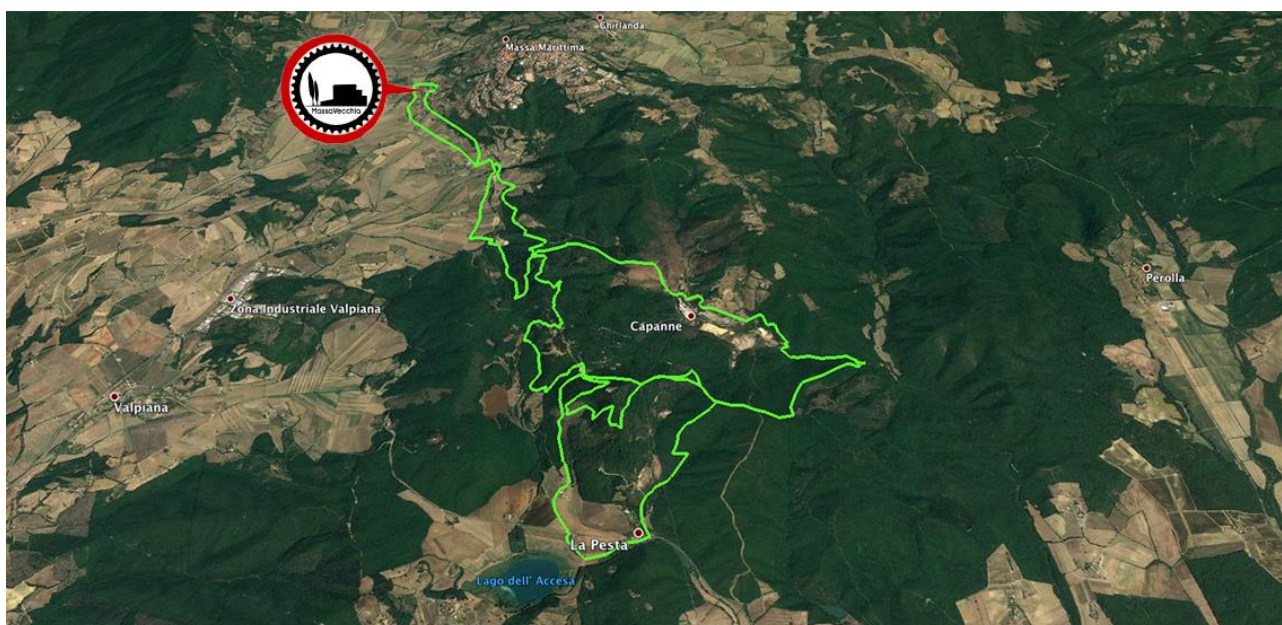


29 Marzo 2020

Massa Marittima (GR)

Pesta Tour

*Cicloescursione in collaborazione con
A.S.D. Bike Store MTB Café - Livorno*



Direttore della cicloescursione: MASSIMO TUCCOLI (cell. 336 711487) m.tuccoli@tsiweb.org
Referente Bike Store: ANDREA CAMICI (cell. 338 6823011)

Ritrovo partenza: LIVORNO - PARCHEGGIO DECATHLON ORE 7,30 oppure ORE 9,00 c/o
Bike Hotel MASSA VECCHIA, Massa Vecchia, 23, 58024 Massa Marittima (GR) Lat: 43,046
N - Long: 10,880 E

Partenza: Ore 9,30 (previsto rientro a Livorno nel tardo pomeriggio)

Trasporto: mezzi propri

Pranzo: al rientro (ore 13,00 - 13,30) c/o Bike Hotel MASSA VECCHIA con ristoro libero o
convenzionato (possibilità ristoro a buffet a € 10,00)

57124 Livorno - Piazza Dante 77 - Tel. e Fax 0586-897785 - email: livorno@cai.it - web: www.cailivorno.it



Club Alpino Italiano Sez. Livorno

Nando Bastianelli - Lido del Nista
Fondata nel 1888

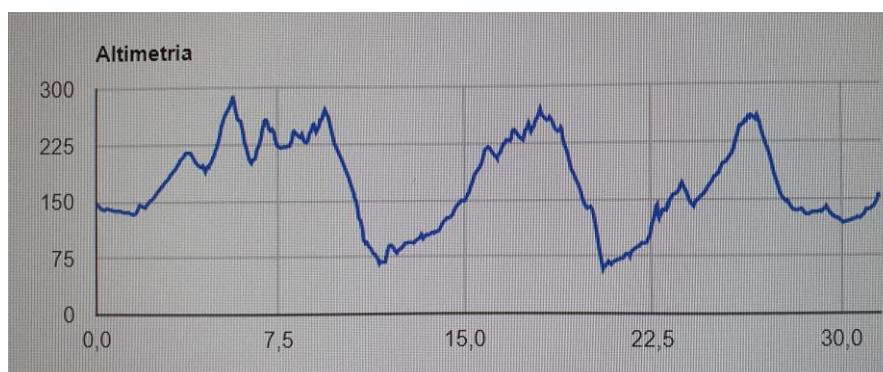


Lunghezza: 32,73 km circa
Dislivello totale: m 822 circa (vedi altimetria)
Tempo di percorrenza: circa 4 ore a seconda del livello di preparazione
Difficoltà tecnica: MC/BC

NOTE:

IL PERCORSO NON È ADATTO PER PRINCIPIANTI E PER COLORO CHE NON HANNO BUONE CAPACITÀ TECNICHE.

POSSIBILITÀ DI NOLEGGIO E-BIKE A € 25,00 C/O BIKE STORE MTB CAFÉ - VIA DEI RAMAI 1 - LIVORNO (CELL. 339 7117350 Emilio)



La cicloescursione si svolge principalmente nella zona del villaggio di "Capanne", nei dintorni di Massa Marittima, e raggiunge "La Pesta", piccola località pianeggiante da cui prende il nome la cicloescursione.

L'attrazione principale di questa zona è il Lago dell'Accesa, di grande interesse naturalistico-ambientale e dal un punto di vista archeologico: in località Macchia del Monte le opere di scavo degli anni '30 e '80 portarono alla luce i resti di quattro villaggi etruschi, datati dal IX e al VI secolo a.C. e di cui è possibile vedere solo le fondamenta.

Il punto di partenza della cicloescursione è presso il Bike Hotel MASSA VECCHIA e da lì si percorre è uno dei percorsi più tecnici del comprensorio che comprende svariati single track che offrono puro divertimento in MTB e culmina nella famosa discesa del "Canyon".



Club Alpino Italiano

Sez. Livorno

Nando Bastianelli - Lido del Nista
Fondata nel 1888



- Prenotazioni e iscrizioni presso la sede del C.A.I. **i mercoledì e i venerdì ore 17:30 – 19:30**; per informazioni contattare gli accompagnatori.
- Il Direttore della cicloescursione si riserva la facoltà di modificare il percorso o annullare l'escursione in base alle condizioni mete meteorologiche o di qualsiasi altra natura, che ne possano impedire lo svolgimento in condizioni di sicurezza o escludere eventuali partecipanti con attrezzatura/abbigliamento inadeguato.
- Coloro che non sono soci né del CAI, né dell'ASD Bike Store dovranno comunicare i propri dati in sede entro il venerdì precedente la cicloescursione e pagare € 10.00 quale copertura assicurativa / contributo sezionale. In alternativa, potranno effettuare, sempre entro gli stessi termini, un bonifico bancario ed inviarne attestazione via email a livorno@cai.it. Le coordinate bancarie per effettuare il bonifico sono: sezione CAI Livorno, presso Credit Agricole – Filiale di Livorno 2 - Scali delle Pietre, 25 - IBAN IT32V0623013903000035569700 - CAUSALE: Quota non socio cicloescursione 29/03/2020.
- *Attenzione: Le foto e i video realizzati in occasione delle escursioni sociali potranno essere utilizzate dalla sezione di Livorno per attività promozionale o altri scopi attinenti all'attività del Club anche attraverso il web, salvo espressa dichiarazione contraria del partecipante.*
- *Per tutto quanto non scritto sulla locandina si fa riferimento al regolamento escursioni sociali presente in sede e anche al seguente indirizzo internet:*
http://www.cailivorno.it/immagini/Regolamento_escursioni_sociali.pdf.

REGOLE DI BASE PER LE CICLOESCURSIONI

- **Mountain bike o ebike in buone condizioni e idonee per tracciati misti con gomme non lisce.**
- **Casco protettivo obbligatorio. Guanti consigliati.**
- **Occhiali con lenti non colorate per i percorsi boschivi consigliati**
- **Camera d'aria di scorta e/o bomboletta fast**
- **Borraccia con acqua e rifornimenti energetici**
- **Seguire le direttive del direttore della cicloescursione.**
- **L'organizzazione durante la cicloescursione dispone di APRIPISTA e CHIUDIPISTA nessuno può superare l'apripista e rimanere dietro il chiudi pista, a meno che sia autorizzato dagli stessi.**