

G.S. FRASSO
Cycling team

CIWE



2020



SAPIENZA
UNIVERSITÀ DI ROMA
BRAIN Signs

Cicloweekend -long

PISTOIA/Momigno (PT) Montecatini Terme-Prato-FIRENZE

da Gio 03 a Dom 06 settembre 2020

Hotel Amelia Dream View-Momigno di Marliana (PT)

Per atleti ed accompagnatori

Pacchetto 3 Notti-dalla cena del 03/09 alla colazione del 06/09 (salvo diverse disposizioni)

(Trattamento di ½ pensione con bevande ai pasti)

Quota per persona **euro 139,00**

In bici Sabato 05/9/20

BICI: Momigno-Montecatini Terme-Pistoia-Le Piastre-San Marcello Pistoiese-Momigno

PROGRAMMA MASSIMA

indicativo non obbligati

Giovedì 03/09/2020

NON OBBLIGATORIO

ore 6:30 PARTENZA da Roma-Via di Pietralata 430
e sistemazione bici su ammiraglie

-ore 7:00 PARTENZA da PASSO CORESE parcheggio direzione rampa A1 per Pistoia Centro (**sosta su A1 prevista su area servizio ARNO EST**)

ore 12:00 ARRIVO a Pistoia -Visita città - **Pranzo libero**

ore 16:00 Arrivo presso la struttura -CENA-Briefing-PERNOTTO ore 21:00 Presentazione

Ven.04/09/2020

ore 18:00

Colazione -VISITA della Città di Pistoia-
Ritorno presso la struttura a Momigno

PRANZO libero

ore 20:00

CENA-Briefing-PERNOTTO

Sabato 05/09/20



BICI partenza ore 8:00 da Momigno-Montecatini-Pistoia-Le Piastre-Momigno con percorsi ridotti per **free bike** ed **atleti** poco allenati. A Mammiano di Sotto fino Ponte sospeso

Ore 13:00 Pranzo presso la Struttura da richiedere

o **Pranzo Libero**

Pomeriggio Libero o Consigliata visita a Montecatini Terme

Ore 20:00 Cena-Briefing e Pernotto

DOMENICA 06/09/20

ore 8:30 COLAZIONE nella struttura e partenza

ORE 9:00/9:30 Partenza dalla struttura per le proprie residenze e/o visita altre città **Prato/Firenze**

Ore 13:00/14:00 Pranzo Libero lungo il viaggio di ritorno

NB -pranzo del 05/09 presso la struttura ad Euro 15,00

QUOTE DI PARTECIPAZIONE

Accompagnatori: Euro 139,00 in camera doppia comprensiva tessera assicurativa asd)

Atleti GS Frasso iscritti 2020: da **Euro 139,00** ad Euro **129,00** in base alla C.R. al 31/07/20

ACCONTI

Euro 40,00 entro e non oltre **12/07/2020** Per le nuove adesioni e conferme

SALDO

All'arrivo presso la struttura

Per info: pigifrasso@gmail.com e sito www.gsfrasso.net /Frasso Vacanze

Percorsi in bici: anche FREE Bike La tariffa comprende: MENU:	Da PRATACCIO a Mammiano di Sotto. Qui si trova il ponte sospeso di Mammiano Trattamento di ½ pensione con acqua e ¼ di vino a pasto persona in camera doppia. Riduzione per bambini piccoli. Scelta menu per ogni pasto su: tre primi/tre secondi, contorni, frutta o dolce. Ricca colazione a buffet dolce e salata, yougurt succhi di frutta etc.
Car Pooling	Solo per alcune macchine o a richiesta (anti COVID-19)

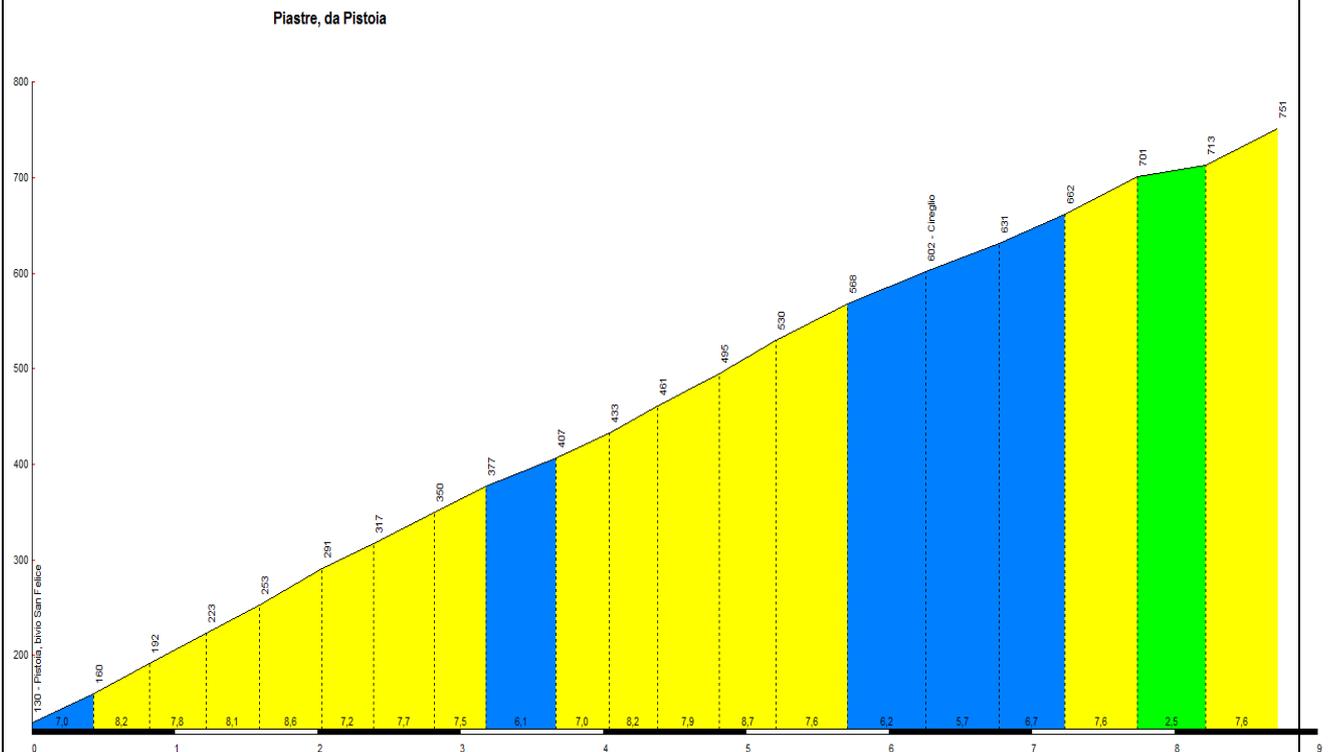
NOTE per gli atleti:

Le bici stipate sopra le ammiraglie dovranno essere legate con catene e lucchetti (chi ne fosse in possesso le dovrà obbligatoriamente portare)

Gli ATLETI: ed altri dovranno e/o potranno in caso di necessità dare il cambio durante il viaggio andata e ritorno da PISTOIA agli autisti. (portate con voi la patente).

A tutti gli atleti partecipanti, nel caso di previsioni meteo non molto buone, si consiglia di portare un cambio invernale (giubbotto-mantellina-calzamaglia-guanti invernali) per non rischiare di sentire freddo in caso di pioggia all'arrivo.

Per ulteriori dettagli e chiarimenti telefonate al PRESIDENTE 3384197056



Femminamorta - (bivio Montecatini - Abetone), da Castagno di Pieve Celle

