



gli appuntamenti in 
di L'ABICI-FIAB di Melegnano



Scaldiamo la bici!



In caso di pioggia alla partenza la bicicletta viene annullata

Pochi chilometri per rimettersi

in forma dopo l'inverno

Il percorso si snoda nella campagna tra
Cerro al Lambro, Bascapè,
Pairana e Carpiano

DOMENICA 13 MARZO 2011

Ritrovo: Melegnano, P.za della Vittoria, 14.30

Ritorno: entro le 18

Circa 25 km a/r, stradine di campagna asfaltate,
percorso facile

Quota adesione (per assicurazione infortuni
della giornata):

1€ soci FIAB e minori di 16 anni

2€ non soci

Portare **la merenda** e qualcosa **da bere**.

Controllate che la vostra bicicletta sia a posto prima
di partire, soprattutto **luci, ruote e freni**.

INFORMAZIONI UTILI

La bicicletta è aperta a tutti. I **minori** sono ammessi solo accompagnati da un adulto che se ne assume la responsabilità. I partecipanti sono tenuti al **rispetto del Regolamento** dell'associazione che viene consegnato alla partenza.

Non si corre ma si pedala per divertirsi e rilassarsi. I **capigita** non sono guide turistiche ma volontari che desiderano divertirsi con gli altri.

La bicicletta deve essere in ordine; si consiglia di portare una camera d'aria di scorta e qualche attrezzo per la piccola manutenzione.

Il **casco non è obbligatorio ma fortemente consigliato**; è invece **obbligatorio il gilet rifrangente** da indossare dopo il tramonto. È sempre **consigliato portare con sé qualcosa per la pioggia**.