

**Domenica 11 settembre**

BICI+TRENO GIORNATA 70 KM MEDIA

### Via delle risaie

Da Novara sino a Vigevano si pedalerà lungo un tratto del Percorso ciclabile di interesse regionale n. 10 passando per territori agricoli dedicati alla coltivazione del riso  
Capogita: Giorgio Perucca.

**Dal 16 al 22 settembre**

### Settimana Mobilità Sostenibile

Iniziative a favore della mobilità ciclabile  
Seguirà programma FIAB  
Info: sito Abbiateinbici.

**Domenica 25 settembre**

BICI GIORNATA 30 KM FACILE

### Due ruote nei sapori d'autunno

Tradizionale passeggiata enogastronomica nei dintorni di Abbiategrasso con soste per: aperitivo, risotto, merenda e dolce.  
Programma dettagliato in seguito sul sito.  
Info: Abbiateinbici.

**Domenica 02 ottobre**

BICI+TRENO GIORNATA 80 KM FACILE

### Le Garzaie della Lomellina

Il lungo percorso attraversa la zona della Lomellina dove si concentra il maggior numero di "garzaie", aree umide dove nidificano numerose specie avicole. Pranzo al sacco.  
Capogita: Giorgio Perucca

**Sabato 15, Domenica 16 e Lunedì 17 ottobre**

### In Fiera... in bici

Info: Abbiateinbici.

**Domenica 23 ottobre**

BICI+TRENO GIORNATA 50 KM FACILE

### Castagnata in bici

Gita a sorpresa per degustare i prelibati frutti di stagione.  
Pranzo al sacco o bar.  
Capogita: Giulia Grandi.

**Domenica 06 novembre**

BICI POMERIGGIO 30 KM FACILE

### Pedalando nella Nebbia

Giro nei dintorni di Abbiategrasso. Sosta con cioccolata calda e rientro  
Capogita: Luisa Marangon

**Domenica 20 novembre**

BICI POMERIGGIO 30 KM FACILE

### Brina d'inverno

Giro pomeridiano nei dintorni di Abbiategrasso. Sosta con cioccolata calda.  
Capogita: LDaniela Previderè

**Venerdì 16 dicembre**

### Cena Sociale e scambio auguri

Programma dettagliato in seguito sul sito.  
Info: Abbiateinbici

**Verifica** sempre il programma dettagliato di ogni singola iniziativa sul sito: [www.abbiateinbici.it](http://www.abbiateinbici.it)

### Partecipazione alle cicloescursioni

- Lo spirito delle nostre pedalate è quello di collaborazione ed autonomia.
- Gli accompagnatori sono tutti volontari, pertanto faranno il possibile per aiutare chiunque abbia bisogno, ma nulla è dovuto da parte loro.
- Accetta con un sorriso i contrattempi.
- Partecipare alle ciclo escursioni implica la conoscenza e l'accettazione del regolamento di partecipazione alle gite.
- I minori possono partecipare alle escursioni solo se accompagnati da un adulto.
- Presentati con la bicicletta in ordine, gomme gonfie, camera d'aria di scorta, pompa ed attrezzi per le riparazioni.
- L'iscrizione alle gite è da ritenersi autocertificazione di idoneità fisica.
- Non siamo, e non lo saremo mai, un'agenzia di viaggi.

### Iscrizioni alle cicloescursioni

- Invia un SMS al 349.462.9942 entro venerdì sera. Per le escursioni Bici+Treno da la tua adesione entro il giovedì sera.



**FIAB - ABBIATEinBICI**

C/o bar Marta - via Gian Galeazzo Sforza 76  
20081 Abbiategrasso - tel. 349.46.29.942  
e-mail: [abbiateinbici@libero.it](mailto:abbiateinbici@libero.it)  
[www.abbiateinbici.it](http://www.abbiateinbici.it)



# CALENDARIO INIZIATIVE

## anno 2016

### Domenica 21 febbraio

BICI POMERIGGIO 30 KM FACILE

#### **Nei dintorni di Cisliano**

Giro nelle campagne di Cisliano.

Capogita: Franco Manzoni.

### Domenica 28 febbraio

BICI MATTINO 20 KM FACILE

#### **Spesa in cascina con la bici**

Spesa di prodotti tipici presso agriturismo. Servizio frigo al seguito.

Capogita: Giulia Grandi

### Domenica 13 marzo

BICI POMERIGGIO 30 KM FACILE

#### **Sentiero delle cinque Chiese**

Si percorre il sentiero ciclo-pedonale da Morimondo a Besate, visitando le chiese che si incontrano lungo il percorso.

Capogita: Franco Manzoni.

### Sabato 19 e Domenica 20 marzo

#### **Parcheggio in fiera**

Info: Abbiateinbici

### Lunedì 28 marzo

BICI POMERIGGIO 25 KM FACILE

#### **Lunedì dell'Angelo**

Giro a sorpresa e merenda con colomba per tutti.

Capogita: Daniela Previderè

### Domenica 03 aprile

BICI+TRENO GIORNATA 50 KM MEDIA

#### **Via Francigena da Mortara a Pavia**

In treno sino a Mortara poi percorrendo la via Francigena si raggiunge Pavia. Rientro da Pavia in treno sino ad Albairate poi ultimo tratto in bicicletta. Pranzo al sacco.

Capogita: Giorgio Perucca.

### Domenica 10 aprile

BICI+TRENO GIORNATA 30 KM MEDIA

#### **30° Bicinfesta di Primavera**

Trentesima edizione di Bicinfesta, organizzata da ciclobby-Milano appuntamento irrinunciabile che quest'anno sarà all'insegna del verde.

Pranzo al sacco.

Capogita: Giorgio Perucca.

### Domenica 17 aprile

BICI GIORNATA 60 KM MEDIA

#### **Ponte tibetano - Turbigio**

Si raggiunge Turbigio e si prosegue lungo il canale scaricatore della Centrale Termoelettrica Edison Power sino al ponte tibetano.

Ponte sospeso in acciaio e legno lungo circa 70 metri e sospeso a 8 m dal pelo d'acqua. Pranzo al sacco.

Capogita: Giorgio Perucca.

### Domenica 24 aprile

BICI GIORNATA 45 KM MEDIA

#### **Un pozzo per il Senegal**

Ciclopasseggiata insieme ai promotori dell'iniziativa: Circolo Acli di Abbiategrasso, e Comitato Pavia Asti Senegal Pavia

Info: Abbiateinbici.

### Lunedì 25 aprile

BICI POMERIGGIO 30 KM FACILE

#### **Resistere Pedalare Resistere**

Sui luoghi teatro della resistenza nei dintorni di Abbiategrasso.

Capogita: Marina Buratti.

### Domenica 8 maggio

#### **Bimbimbici 2015**

Info: Abbiateinbici

### Domenica 15 maggio

BICI+TRENO GIORNATA 70 KM MEDIA

#### **Via Francigena da Piacenza a Fidenza**

Partendo da Albairate si raggiunge Piacenza per poi percorrere il tratto della via Francigena sino a Fidenza. Rientro in treno ad Albairate. Pranzo al sacco o bar.

Capogita: Giorgio Perucca.

### Domenica 22 maggio

BICI GIORNATA 30 KM FACILE

#### **Pedaliamo con l'Avis**

Programma dettagliato in seguito sul sito.

Info: Abbiateinbici.

### Domenica 29 maggio

BICI+TRENO GIORNATA 70 KM MEDIA

#### **Parco delle Groane**

In bici a Magenta ed in treno fino a Rho-Fiera. Si percorrono le piste ciclabili nel parco delle Groane, per giungere sino a Villa Arconati a Bollate e villa Mirabello-Raimondi a Birago. Rientro a Magenta ed in bici sino ad Abbiategrasso

Capogita: Marina Buratti.

### Domenica 12 giugno

BICI+TRENO GIORNATA 30 KM FACILE

#### **Città d'arte - Lodi**

Visita ai monumenti della città con guida del Comune di Lodi.

Pranzo al sacco o bar.

Programma dettagliato in seguito sul sito.

Capogita: Franco Manzoni.

### Domenica 19 giugno

BICI GIORNATA 35 KM FACILE

#### **Grigliata**

Ci recheremo in una splendida cascina del parco del Ticino dove potremmo gustare una favolosa grigliata preparata dai nostri chef.

Capogita: Luisa Marangon

### Domenica 26 giugno

BICI+TRENO GIORNATA 50 KM MEDIA

#### **Valle Olona**

In treno sino a Varese poi percorreremo la valle del Lambro, la ferrovia Dismessa Valmorea sino a Busto Arsizio. Rientro in treno".

Pranzo al sacco.

Capogita: Franco Manzoni.

### Domenica 17 Luglio

BICI+TRENO POM. - SERA 25/50 KM FACILE/MEDIA

#### **Aperitivo**

Lungo il Naviglio Grande (oppure in treno) sino a Milano, aperitivo con stuzzichini e rientro all'imbrunire.

Munirsi di luci e giubbotto catarifrangente.

Capogita: Luisa Marangoni.

### Domenica 31 luglio

BICI POMERIGGIO 25 KM FACILE

#### **Bicigelato**

Biciclettata nelle campagne per raggiungere e degustare uno strepitoso gelato artigianale prima delle ferie estive.

Capogita: Marina Buratti.

### Domenica 04 settembre

BICI+TRENO GIORNATA 70 KM MEDIA

#### **Ciclabile della Val Seriana**

In treno sino a Bergamo poi a Ponte Nossà. Nel parco naturale del fiume Serio, sulla nuova pista ciclabile che percorre tutta la valle Seriana. Rientro a Albairate ed in bici sino ad Abbiategrasso. Pranzo al sacco.

Capogita: Marina Buratti.