



Club Alpino Italiano Sez. Livorno

Nando Bastianelli - Lido del Nista
Fondata nel 1888



17-18 APRILE 2025 DA SIENA A GROSSETO IN MTB



**DIRETTORE DI
ESCURSIONE:**

DOMENICO (MIMMO) RUSSO, 348 4117061, MIMMOERRE@GMAIL.COM

COADIUTORI:

MAURIZIO CHESI, 335 7855749, MAURIZIO.CHESI@GMAIL.COM

CARLO MASI, 347 0426112, MASI.TOBIA@GMAIL.COM

RITROVO:

GIOVEDÌ 17 APRILE, ORE 06:00, STAZIONE FFSS LIVORNO CENTRALE.

- MEZZO DI TRASPORTO:** TRENO FINO A SIENA E RITORNO DA GROSSETO.
- DIFFICOLTÀ:** TC/MC
- TEMPI DI PERCORRENZA:** PEDALEREMO LENTAMENTE PER CIRCA 7 ORE AL GIORNO.
- DISTANZA:** PERCORREREMO, NEI DUE GIORNI, CIRCA 120 KM.
- DISLIVELLO:** TOTALE DEI DUE GIORNI CIRCA 1.600 M.
- EQUIPAGGIAMENTO:** SI VEDANO LE REGOLE DI BASE. INOLTRE, ABBIGLIAMENTO PER LA NOTTE E IGIENE PERSONALE.
- PRANZO / CENA / PERNOTTAMENTO** PRANZO: PANINI/BARRETTE O QUALCOSA NEI PAESI ATTRAVERSATI.
CENA PRESSO LOCANDA/RISTORANTE "IL CACCIATORE" A CASALE DI PARI, PERNOTTAMENTO PER 7 PARTECIPANTI NELLA STESSA LOCANDA PER GLI ALTRI IN AGRITURISMO NELLE VICINANZE.
- COSTI:** I COSTI SONO SOSTENUTI INDIVIDUALMENTE DA CIASCUN PARTECIPANTE.
ALLA SEZIONE È DOVUTO IL CONTRIBUTO DI 2 € (1 € PER GIORNO).
- NOTE:** LA CICLOESCURSIONE È RISERVATA AI SOLI SOCI CAI.
NUMERO MASSIMO PARTECIPANTI: 7 (SETTE) CON PERNOTTAMENTO A CASALE DI PARI); PER EVENTUALI ALTRI PARTECIPANTI, FINO AD UN MASSIMO DI 12 (DODICI), IN ALTRO AGRITURISMO NELLE VICINANZE
- ALLA PARTENZA È NECESSARIO COMPILARE E FIRMARE IL [MODULO DI AUTODICHIARAZIONE COLLETTIVO](#) CHE VI INVITIAMO A LEGGERE PREVENTIVAMENTE.

DESCRIZIONE DELLA CICLOESCURSIONE

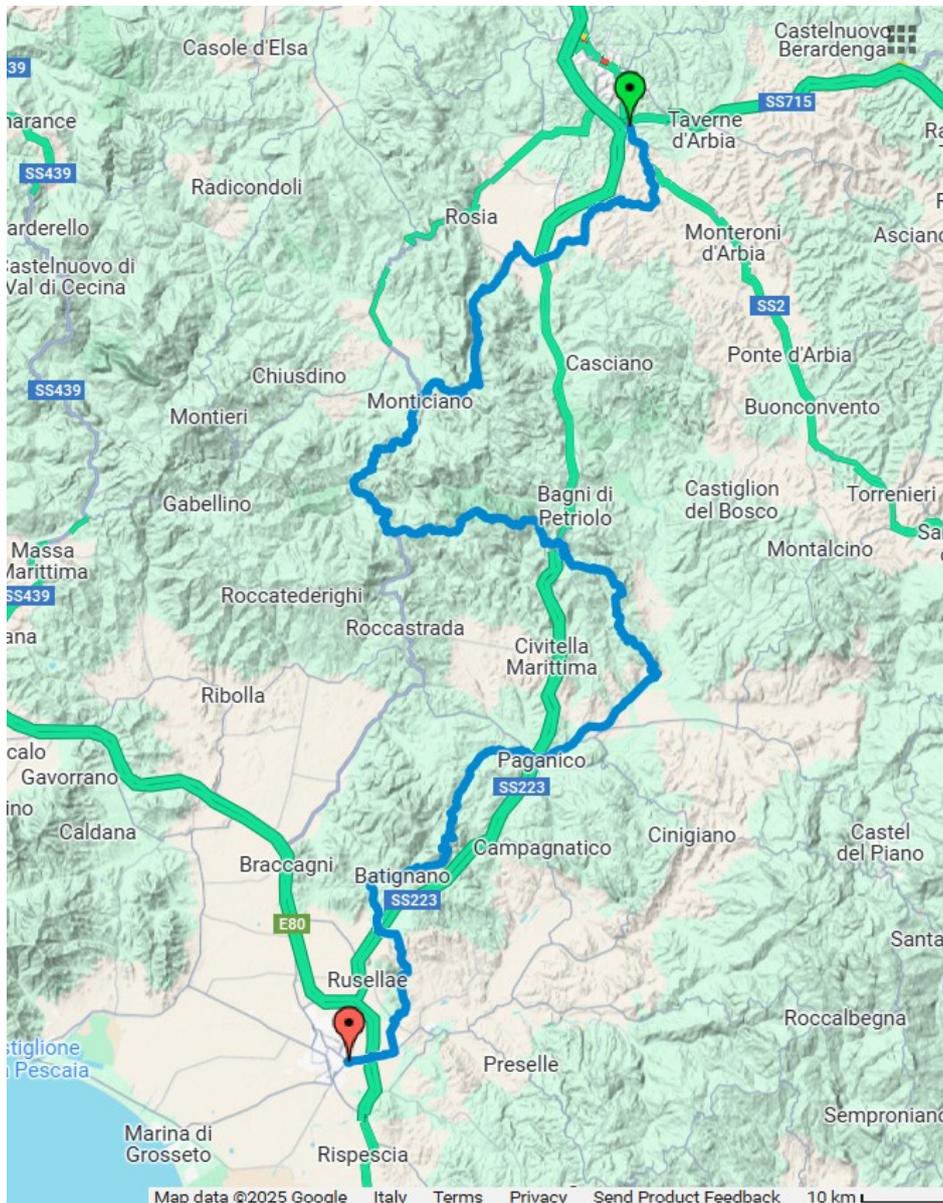
Arriveremo a Siena in treno con le bici e, dopo un giro in città, cominceremo la nostra cicloescursione verso Grosseto lungo la Val di Merse, attraversando i paesi di Monticiano, Torniella. A fine giornata, faremo un salto alle Terme di Petriolo per un bagno caldo.

Cena e pernottamento a Casale di Pari, nei pressi delle Terme di Petriolo.

Il giorno dopo continueremo il nostro percorso verso Grosseto, costeggiando l'Ombrone, passeremo da Montorsaio, Batognano, Nomadelfia e, quindi Grosseto.

Da Grosseto riprendiamo il treno per Livorno.

Nella mappa è mostrato il percorso di massima:



I treni previsti sono i seguenti:

Livorno → Siena

06:12 → 08:42

2h 30m, 1 cambio



12,60 €

Meno caro



Grosseto → Livorno

17:43 → 19:34

1h 51m, 0 cambi



12,60 €



18:26 → 19:55

1h 29m, 0 cambi



12,60 €



REGOLE DI BASE PER LA CICLOESCURSIONE

- Mountain Bike o e-bike in buone condizioni e idonea per tracciati misti con gomme non lisce. Se con e-bike portare caricabatteria.
- Casco protettivo obbligatorio.
- Abbigliamento ciclismo stagionale e giacca anti-pioggia.
- Occhiali con lenti non colorate per i percorsi boschivi (consigliati).
- Portare Kit foratura con camera d'aria di scorta e/o bomboletta fast e una falsa maglia adatta alla propria catena.
- Borraccia con acqua e barrette energetiche o alimenti analoghi sportivi.
- Seguire le direttive dei Direttori della ciclo escursione.
- L'organizzazione, durante la ciclo escursione dispone di APRIPISTA e CHIUDIPISTA; è tassativamente vietato superare l'APRIPISTA a meno che dia il permesso egli stesso.

Per prenotazioni ed informazioni contattare il Direttore di Escursione.

Il Direttore di escursione si riserva la facoltà di modificare il percorso o annullare l'escursione in base alle condizioni meteorologiche o di qualsiasi altra natura, che ne possano impedire lo svolgimento in condizioni di sicurezza o escludere eventuali partecipanti con attrezzatura/abbigliamento inadeguato.

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 anche in sede in forma cartacea.

Questa escursione o cicloescursione è stata autorizzata dal Consiglio Direttivo del CAI Livorno in data 10 dicembre 2024.
