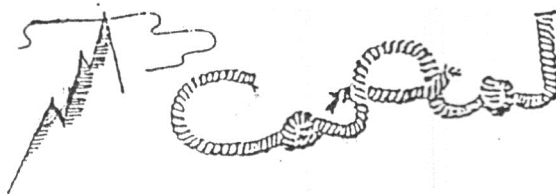




**Club
Alpino
Italiano**

Sezione di Roma
fondata nel 1873



TITOLO DELL'ESCURSIONE
NORMANDIA e BRETAGNA
CICLOVIAGGIO

DATA DI SVOLGIMENTO	CATEGORIA	MEZZO DI TRASPORTO
17/23 agosto 2014	CICLOTURISMO	Aereo e/o treno

1° Arrivo individuale ad Arromanches. Sistemazione in hotel e benvenuto dalle 18.30. Dopo cena, presentazione del percorso.
 2° Arromanches-Granville (40 km).
 Ad Arromanches (marea permettendo) potrete visitare i resti dei pontili mobili costruiti sul mare dagli alleati. Lungo il percorso vedrete molti resti storici e potrete visitare il Museo Memoriale dello sbarco e il cimitero americano. Trasferimento in bus per Granville circa 80 minuti (42 km).
 3° Granville-Mont St. Michel (50 km).
 Pedalando lungo la costa in direzione sud, raggiungerete St. Jean le Thomas. Qui si percorre il "più bel chilometro di Francia", un sentiero a picco sul mare con ineguagliabile vista su Mont St. Michel. Nel primo pomeriggio appuntamento con la guida francese che a piedi, attraversando la baia durante la bassa marea, vi accompagnerà sino a Mont St. Michel. Chi preferisce può raggiungere il monastero in bici.
 Camminata attraverso la baia: accompagnati da una guida locale, camminerete per circa 7 km (2 ore). L'escursione si effettua a piedi nudi. Consiglio: indossare pantaloncini corti e portarsi uno zainetto con un cambio vestiti, scarpe (o sandali) e una bottiglietta d'acqua.
 4° Mont St. Michel-Dinan (60 km).
 Di nuovo in sella lungo tranquille stradine pianeggianti si entra in Bretagna. Nella deliziosa Dol l'incontro con il primo "menhir" (megalite), proprio come quelli disegnati sulle pagine di Asterix. In serata arrivo a Dinan.
 5° Dinan-St. Malo (40 km).
 Pedalando sull'unica pista ciclabile della zona si arriva a Dinard. Un breve tratto di mare vi separa dalla città-fortezza di St. Malo.
 6° St. Malo, tour circolare (45 km).
 Oggi due alternative: cambiare fuso orario, raggiungere e pedalare (tenendo la sinistra) sull'isola inglese di Jersey (costo del traghetto non incluso), oppure un circuito ad anello che vi porterà tra le falesie a strapiombo di "Pointe du Grouin" e poi nella balneare Cancale.
 7° Saint Malo.
 Dopo colazione, fine dei servizi.
I bagagli personali verranno trasportati dall'organizzazione

DISLIVELLO	LUNGHEZZA	TEMPO STIMATO IN SELLA
nn	Km 40/60 al giorno (5 tappe)	Ore 3

DIFFICOLTA'	EQUIPAGGIAMENTI PARTICOLARI	ACCOMPAGNATORI
TC Percorso su asfalto: ciclabili o strade a scarsa percorrenza	Casco obbligatorio, Cacciapertone, Camera d'aria di scorta	AE-C Alessandro Maria Ponti aleponti2@gmail.com 349 1853779

Costo € 680 per un gruppo di 16 persone + € 70 nolo bici. I partecipanti raggiungeranno autonomamente l'inizio del percorso (treno da Parigi) Acconto di € 250.
La quota comprende:
6 pernottamenti con colazione, 4 cene (bevande escluse), trasferimento in bus Omaha Beach-Granville, escursione guidata attraverso la baia, biglietto motonave (Dinard-St. Malo), trasporto bagagli, assistenza MAXI, assicurazione medico/bagaglio. La parte logistica ci viene fornita da Girolibero.
RIUNIONE lunedì 31 marzo ore 19. Si consiglia vivamente di prenotarsi per tempo in quanto il periodo è di alta stagione, sia per il giro in bici che per il treno e l'aereo. Si accettano prenotazioni prima di tale data.

N.B. Si avvertono i soci che le coperture assicurative operano esclusivamente nei confronti dei soci in regola con il pagamento del bollino sociale e del contributo assicurativo da versare secondo le normative emesse dal CAI centrale. Inoltre non sono ammesse iscrizioni nello stesso giorno di effettuazione della gita. Gli accanti versati per le prenotazioni, in caso di disdetta del socio non verranno rimborsati. I soci CSI sono tenuti a comunicare la propria partecipazione agli organizzatori