

Referenti per le singole attività:

Segreteria e Iscrizioni

Alessandra Boldorini

radunonazionale@ciclocairoma.net

cell. 345 8559523

Cicloescursioni MTB

Sandro Nardini

sandronardini@ciclocairoma.net

cell. 335 7288078

Escursioni

Alessandro Maria Ponti

alessandroponti@ciclocairoma.net

cell. 349 1853779

Attività Culturali

Alessandra Delfiore

alessandra.delfiore@ciclocairoma.net

cell. 333 8217311

Convegno

Luca Teodori

luca.teodori.rm@gmail.com

cell. 334 6436160

Coordinamento e Organizzazione

Roberto Bernardi

[roberto.bernardi@escursionismo.it](mailto:roberto.bernardi@escursionismo.it)

cell 347 8525589

Alberghi:

Per il V Raduno Nazionale di Cicloescursionismo CAI è stata effettuata una convenzione con L'HOTEL ROMULUS via Salaria 1069 Roma con i seguenti prezzi:

€ 50,00 Camera Singola

€ 60,00 Camera Doppia

€ 87,00 Camera Tripla

€ 108,00 Camera Quadrupla

inclusa prima colazione

I referenti delle sezioni o i singoli soci interessati potranno prenotare inviando una email all'indirizzo: [info@hotelromulus.com](mailto:info@hotelromulus.com) inserendo come oggetto "CICLORADUNO CAI" oppure telefonando allo 06 8801669

La convenzione sarà valida fino al 20 settembre 2012 oltre questa data la disponibilità delle stanze non sarà più garantita e per il costo delle stanze sarà applicata la tariffa piena.

Saranno previsti dei bus navetta per il trasporto di persone e biciclette in città per partecipare ai singoli eventi.

Chi arriverà a Roma in Camper potrà usufruire di una convenzione con il Camping Flaminio Village Via Flaminia Nuova, n. 821 Roma

Tel. 06.3332604 - 06.3331429 - 06.33220505

Fax 063330653 e-mail [info@villageflaminio.com](mailto:info@villageflaminio.com)

Che applicherà ai partecipanti all'evento il 10% di sconto.



Club Alpino Italiano  
Sezione di Roma

## V Raduno Nazionale di Cicloescursionismo MTB del Club Alpino Italiano



### Dalle Montagne alla Città e ritorno!

*Quando la MTB diventa anche mezzo di  
trasporto, strumento di lavoro, attività  
ecologica, turistica e salutare...*

Roma 19-21 ottobre 2012

Programma

## Venerdì 19 Ottobre

### h. 9,45 MTB: Bike Park Roma

*Il più grande Bike Park a disposizione di tutti i bikers. Un anello di 60 km con più di 25km di sterrato e single tracks nel cuore della città eterna.*

Appuntamento ore 9,45 Sezione CAI di Roma\*  
Percorso: Ciclabile del Tevere fino a Lungo Tevere della Vittoria, Riserva Naturale di Monte Mario, Villa Glori, Monte Antenne, Villa Ada, Villa Borghese, Piazza del Popolo, Ponte Sisto, Gianicolo, Villa Panphili, Sede Cai Roma.

Diff **MC/BC** dislivello **1100m** km **60** tempo **4h30**

Gratuita - Prenotazione Obbligatoria almeno 8 gg prima

### h. 15,45 Escursionismo: Riserva Naturale di Monte Mario

Appuntamento ore 15,00 sede CAI di Roma\* ore 15,45 ingresso villa Mazzanti via Gomenizza 81

Gratuita -Prenotazione Obbligatoria almeno 8 gg prima

h. 20.00 Cultura: Visita guidata dal Campidoglio al Colosseo per i Fori Imperiali Una passeggiata a ritroso nel tempo, nel cuore di Roma. Appuntamento ore 20.00 a piazza Venezia angolo Foro di Traiano, davanti alla Banca Popolare di Vicenza. Durata 2h.

Gratuita - Prenotazione Obbligatoria almeno 8 gg prima

## Sabato 20 Ottobre

### MTB/Escursionismo-Archeotrek:

#### Parco Regionale di Veio

**-h.7,30 MTB** - Partendo in bici dall'Hotel Rumulus e/o dalla Sede CAI di via Galvani (entrambe alle ore 7.30) ci si riunirà al km 5 della ciclabile del Tevere in località due Ponti per proseguire verso Isola Farnese e il parco di Vejo  
Diff **MC/MC** dislivello **450m** Km**40** tempo **3h**

### **-h. 6.45 e 7.30 Escursionismo/Archeotrek:**

Escursione/visita guidata all'interno del Parco di Veio diff **T-E** disl **100m** tempo **3h**

Costo € **12,00** (pullman) Prenotazione Obbligatoria almeno 8 gg prima

Partenza con Pullman ore 6.45 Piazzale Ostiense ore 7.30 Hotel Romulus arrivo Isola Farnese ore 8.30

### -h. 9.30 Cicloturismo: Ciclabili e ville romane

Facile pedalata turistica che attraverso le ciclabili e le ville ci condurrà ai monumenti più importanti della città eterna.

Diff **TC/TC** dislivello **150m** km **35** tempo **3h30**

Appuntamento ore 9,30 Sede CAI di Roma

Gratuita Prenotazione Obbligatoria almeno 8 gg prima

### ore 16,30: V CONVEGNO NAZIONALE CICLOESCURSIONISMO MTB CAI

*Quando la MTB (la bicicletta) diventa anche mezzo di trasporto, strumento di lavoro, attività ecologica, turistica e salutare.... Sede CAI Roma\**  
**Ore 20,00 Cena Sociale a Buffet presso la sede**  
Costo € **20,00**

## Domenica 21 Ottobre

### ore 8,15

#### CICLORADUNO NAZIONALE

Dal Colosseo a Frattocchie Lungo la Via Appia Antica

appuntamento ore: 8,15 Colosseo - Arco di Costantino Via Appia Antica Frattocchie Rientro toccando il Parco dei 7 Acquedotti e Parco della Caffarella.

Rientro in sede con pranzo (h.14.00 ca)

Diff **MC/MC** disl **450m** km **70** tempo **4h30**

Iscrizione all'evento € **10,00**

Info e prenotazioni al sito

<http://www.ciclocairoma.net/radunonazionale/index.html>

email: [radunonazionale@ciclocairoma.net](mailto:radunonazionale@ciclocairoma.net)

segreteria evento: cell. 345 8559523

i responsabili delle sezioni dovranno effettuare le iscrizioni agli eventi inviando l'apposito modulo presente sul sito web sopra indicato entro e non oltre il 10 ottobre 2012.

Il ritiro del pacco partecipazione all'evento e il pagamento delle quote di partecipazione ai vari eventi potranno essere effettuati dai referenti delle sezioni presso la sede CAI di Roma (via Galvani n. 10) nelle giornate di:

Venerdì 19 ottobre dalle ore 16.00 alle 20.00

Sabato 20 Ottobre dalle ore 16.00 alle ore 20.00

Domenica 21 ottobre dalle ore 7.00 alle ore 8,30

### **\*SEDE CAI DI ROMA**

Via Galvani n. 10 - Zona Testaccio

Metro B "PIRAMIDE" 400m

STAZIONE FS: ROMA OSTIENSE 500m

STAZIONE FS ROMA TERMINI 4 Km