

Sali in sella e vieni con noi!

C'è tutto un mondo da scoprire e da gustare...

CHI SIAMO

BICI UISP è un'associazione il cui obiettivo è quello di diffondere l'uso della bicicletta sia come mezzo di trasporto quotidiano, sia per la pratica del cicloturismo, un turismo lento, salutare e rispettoso dell'ambiente, pedalando in compagnia e senza fretta, facendo amicizia e scoprendo il territorio.

TESSERAMENTO

Possono partecipare alle escursioni esclusivamente i tesserati UISP 2015. I costi della tessera sono i seguenti:

Tessera Base: € 10.00

Tessera C Integrativa: € 30.00

(consigliata a chi pratica ciclismo tutto l'anno, anche al di fuori delle iniziative programmate).

La tessera va richiesta via email a biciuisp@yahoo.it oppure a **Giuliano 347 6810629** (presidente BICI UISP).

La tessera ha validità annuale e assicura coloro che partecipano alle escursioni.

IDONEITÀ E SICUREZZA

Per partecipare alle attività è necessario essere in possesso del **certificato medico di tipo non agonistico**. La Uisp si avvale di una convenzione con l'Istituto Europeo di Medicina Sportiva con sede a Trento in via Degasper, 108/2 - Tel. 0461.934478.

La partecipazione alle escursioni impone l'uso del casco e l'utilizzo di una bicicletta efficiente.

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI

BICI UISP - Trentino / Altro Adige
Trento - Via al Torrione, 6
Patrizia > 347 3187538 - Giuliano > 347 6810629
biciuisp@yahoo.it

UISP - Comitato di Trento
Trento - Via al Torrione, 6
Tel. 0461 231128 - Lunedì dalle 9.30 alle 12.30
(chiedere di Angela e Daniela)

UISP BLUESUB - Subacquea e dintorni
Cristina Boniatti > 3338793937
Luigi Zuccatti > 3355258004

UISP - Comitato di Bolzano
Bolzano - via Dolomiti, 14
Tel. 0471 300057 - Fax 0471 325007

www.uisp.it/bolzano
bolzano@uisp.it



PARCHI LAGHI E FIUMI IN BICICLETTA

da maggio a ottobre



2015

affiliato
UISP
sportpertutti
Bici
A.S.D.C. Trentino Alto Adige
Cicloturismo per ogni Età

MAGGIO 2015

DOMENICA 10

Ai laghi di Monticolo e Caldaro



In treno: Trento - Ora
In bici: Ora - Castel Firmiano - Appiano - Laghi di Monticolo - Ora
In treno: Ora - Trento
Km 50

DOMENICA 17

Partecipiamo alla pedalata per la vita



Per la solidarietà.
Da Pergine: giro dei laghi dell'Alta Valsugana
Ritrovo dei partecipanti alla stazione ferroviaria di Pergine **ore 8.45**

In bici: Pergine - giro dei laghi dell'Alta Valsugana (L. Levico, L. Caldonazzo, L. Calceranica, L. Canzolino, L. Lases) - Trento
Km 45

DOMENICA 24

1° escursione per le famiglie, bambini e la "grande età"

Sulla ciclabile dell'asta dell'Adige.



In bici: Trento - Nomi - Trento
Km 30



GIUGNO 2015

DOMENICA 7

2° escursione per le famiglie, bambini e la "grande età"
Sulla ciclabile dell'asta dell'Adige.



In bici: Trento
S. Michele A.A. - Mezzocorona - Mezzolombardo - Trento
Km 35



DA VENERDÌ 12 A DOMENICA 14
Una 3 giorni tra i siti archeologici di Aquileia, alle spiagge di Grado e alle Ville Venete



3 giorni con 2 pernottamenti
Programma specifico a parte

DOMENICA 21

3° escursione per le famiglie, bambini e la "grande età"
Sulla ciclabile dell'asta dell'Adige.



In bici: Trento - Rovereto - sito archeologico al lago di Loppio - Trento
Km 45



LUGLIO 2015

DOMENICA 5

Dalla Paganella al parco del fiume Sarca



In pullman: Trento - Andalo
In bici: Andalo - L. di Molveno - Ponte Arche - Sarche - L. di Cavedine - Sarche
In pullman: Sarche - Trento
Km 35

SABATO 11

Pedalata sulla Claudia Augusta



In treno: Trento - Bolzano - Merano - Sluderno
In bici: Sluderno - Castel Coira - Glorenza - ciclabile della Val Venosta - Merano
In treno: Merano - Trento
Km 70

DOMENICA 19

4° escursione per le famiglie, bambini e la grande età

Sulla ciclabile dell'asta dell'Adige.



In bici: Trento - Borgo Sacco e lungo il Leno (visita alla chiesetta di San Colombano) a Rovereto e visita al **Museo della Guerra** - Trento
Km 50



GIOVEDÌ 30

Accompagniamo in bici la staffetta per l'anniversario della strage di Bologna



In bici: Bolzano - S. Michele A. A. (BICI UISP BZ)
Km 35
In bici: S. Michele A. A. - Villalagarina (BICI UISP TN)
Km 45

AGOSTO 2015

DOMENICA 2

5° escursione per le famiglie, bambini e la "grande età"
Sulla ciclabile dell'asta dell'Adige.



In treno: Trento - Borgo Valsugana
In bici: Borgo Valsugana - parco di Levico - Pergine
In treno: Pergine - Trento
Km 55



DOMENICA 23

6° escursione per le famiglie, bambini e la "grande età"
Sulla ciclabile dell'asta dell'Adige.



In bici: Trento - visita al museo degli usi e costumi di S. Michele A. A. - chiesetta di Zambana - parco dei Ciucioi di Lavis - Trento
Km 45



DA GIOVEDÌ 27 A DOMENICA 30
4 giorni in Germania



Con la bicicletta in Taubertal e lungo il Meno (affluente del fiume Reno)
Programma specifico a parte

SETTEMBRE 2015

SABATO 5

Cima Uisp parco Monte Baldo



Ritrovo alla stazione FS di Rovereto **ore 8.30**
In bici: Rovereto - Malcesine
In funivia: Malcesine - Monte Baldo
In bici: Monte Baldo - Bocca di Navene - Rifugio Graziani - Brentonico - Mori - Rovereto
Km 70



DA SABATO 12 A DOMENICA 13
Crociera sul lago di Garda



In pullman: Trento - Peschiera del Garda
In bici: Escursione nell'alto mantovano
Km 40
Pernottamento a Sirmione
In traghetto: Desenzano - Riva del Garda
In bici: Riva del Garda - Trento
Km 42

DOMENICA 20

Giro dei laghi di Ledro e di Idro



In pullman: Trento - Pieve di Ledro
In bici: Lago di Ledro - Lago di Idro
In pullman: Storo - Trento
Km 40

OTTOBRE 2015

DA GIOVEDÌ 1 A DOMENICA 4
4 giorni in Toscana (Rosignano Marittima - Riviera degli Etruschi)

Per ciclisti e subacquei



Programma specifico a parte



Riscoprire la bici da "grandi" vuol dire assaporare il piacere di stare all'aperto ed apprezzare le bellezze del territorio