GITA SOCIALE a 5 Terre/Golfo dei Poeti (SP)- DOMENICA 27 maggio 2018

PROGRAMMA della GIORNATA

Ritrovo: ore 6.15 via Adriano di fronte alla LIDL (**PORTARE COPERTE, CARTONI e chi le ha SACCHE BICI**)

Partenza pullman: ore 6.30

Arrivo a Brugnato (SP): ore 9.30 circa

Per i ciclisti tour di 53 km. Con 1.500 m di dislivello di circa 3.30 ore (percorso allegato)

Per gli accompagnatori Il pullman proseguirà per San Terenzio con possibilità di visitare Lerici e San Terenzio, prendere la motonave per Portovenere, o usufruire della spiaggia di fronte al ristorante. L'organizzazione è libera.

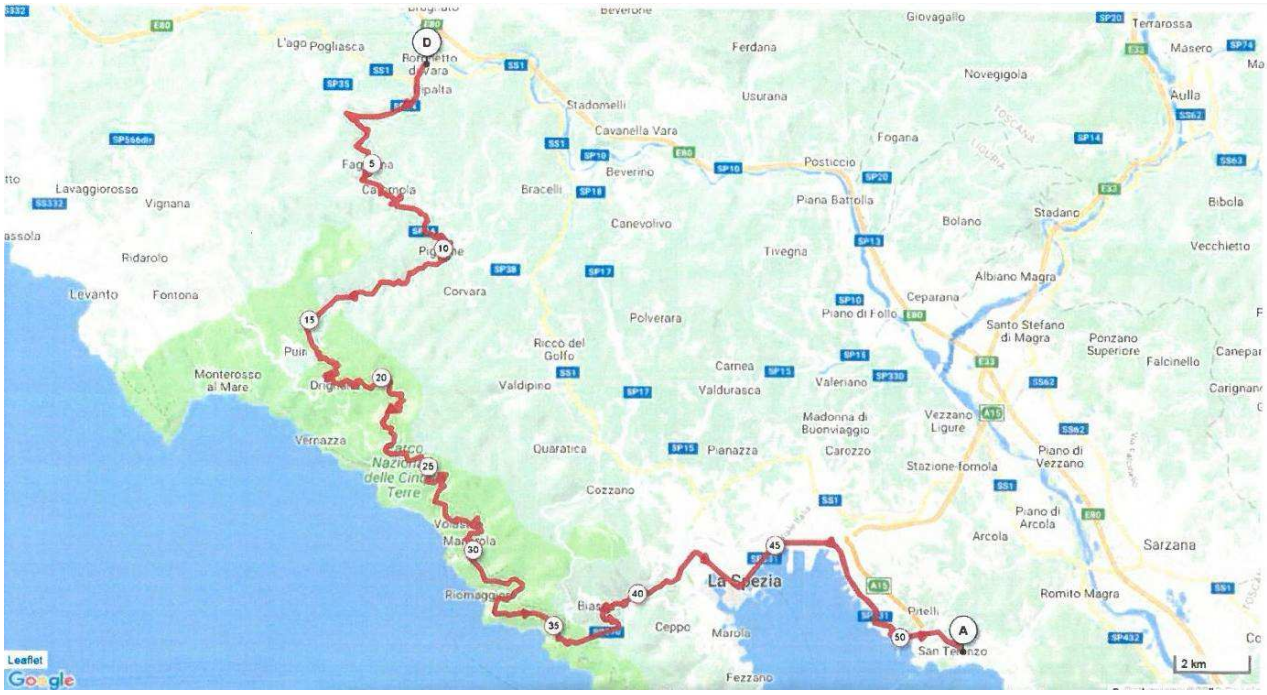
Ritrovo per tutti alle ore 13.30 presso il ristorante **"Le Delizie Del Mare"** dell'albergo Nettuno, sul lungomare di San Terenzio. I ciclisti potranno rinfrescarsi presso i bagni dell'albergo o utilizzare le docce sulla spiaggia di fronte (portare costume)

Pranzo composto da:
ANTIPASTO MISTO di PESCE
RISOTTO con CREMA di SCAMPI e RAVIOLI DI PESCE
FRITTO MISTO e FILETTO di PESCE* al FORNO (*in base al pescato)
Dolce, Acqua, Vino, Caffè
Rientro a Milano previsto per le 19.30 / 20.00

COSTO a persona: per pranzo € 35 e per pullman 25/30 € (max) a seconda dei partecipanti

Causa lo spazio limitato del ristorante, le prenotazioni devono essere inoltrate entro e non oltre **MERCOLEDI 16 MAGGIO** a **MARIO MONTANARI – tel. 338 3105456 - mail mariomonta@live.it**

Percorso Ciclistico



ATTENZIONE: La gita si svolgerà anche in caso di cattivo tempo (senza bici)