



ESCURSIONE IN MOUNTAIN BIKE

SABATO 2 GIUGNO 2012

A.S.D. CERRO BIKE organizza il

2° CICLORADUNO "DEI 2 LAGHI"



LAGO DI MONTEPULCIANO +
(Percorso corto km 18)



LAGO DI CHIUSI

PROGRAMMA:

- Ore 8.30 Ritrovo presso il Campo Sportivo di Tre Berte (Montepulciano)
- Ore 8.45 Registrazione dei partecipanti e briefing sul percorso
- Ore 9.00 Partenza
- Ore 11 Sosta per un breve ristoro sulle rive del Lago di Chiusi
- Ore 12 Rientro a Tre Berte (disponibilità docce presso il Campo Sportivo)
- ORE 13 Pranzo presso il vicino Ristorante-Agriturismo "IL SABATO DEL VILLAGGIO" (prenotazione obbligatoria)

Lunghezza: circa 36Km

Difficoltà: il tracciato è di media difficoltà. Non presenta tratti tecnici ma certamente occorre avere un minimo di pratica e di allenamento in mountain bike.

Descrizione: Dopo poche centinaia di metri da Tre Berte si entra nel suggestivo Bosco "delle Cerraje", sui sentieri riscoperti e resi percorribili dalla nostra Associazione, fino ad arrivare in località Poggio alla Sala; da qui, si prosegue in direzione sud verso S. Polo e Dolciana. Attraverso un leggero saliscendi in mezzo al bosco, arriviamo al Lago di Chiusi dove ci aspetta un breve ristoro a base di frutta fresca. Si riparte percorrendo il Sentiero della Bonifica, fino a Mugaranesi e Binami, punto dal quale è possibile godere della vista completa del "chiaro" di Montepulciano. Discesa fino al Canale Maestro e, costeggiando la Riserva Naturale, rientro a Tre Berte.

Doccia rinfrescante e poi ... **TUTTI A TAVOLA**, con menù tipico presso il Ristorante-Agriturismo "IL SABATO DEL VILLAGGIO".

Quota di partecipazione: 5€.

Il pranzo al Ristorante è aperto anche ad eventuali familiari, ha un costo di 27€ a persona (prezzo dimezzato per i bambini) e necessita di prenotazione entro il 30 maggio 2012 (339/6514934 Massimo - 333/9109085 Ivo)

MENU :

- SFIZIOSITA' DI ANTIPASTI
- TORTELLI CACIO E NOCI
- PICI AL SUGO DI ANATRA
- MAIALETTO AL FORNO CON PATATE, CIPOLLA GRIGLIATA E VERDURE
- DOLCE AL CUCCHIAIO CON VINO LIQUOROSO
- VINO CHIANTI "POGGIO STELLA"
- CAFFE', GRAPPA, LIMONCELLO

Alcune nostre Guide saranno a disposizione di coloro che intendono compiere un itinerario più breve (circa 18 km), limitato al "Sentiero del Cerro" e al perimetro del Lago di Montepulciano.

Per ulteriori informazioni: 339/6514934 (Massimo) - 333/9109085 (Ivo)