

Domenica 23-02-2020 ore 10

Da San Donà al mare - di qua e di là del Piave

Claudio: aquilarampante@gmail.com - 3282118455

Pedali di salute: percorsi a piedi e in bici tra storia, arte e cultura nel territorio.

Eventi di BenEssere Psico-fisico-Sociale



L'OMS, con la Carta di Toronto 2010 ha evidenziato come la bicicletta sia:

Preventiva - preserva la salute fisica e mentale, migliora il sonno, la qualità della vita e riduce l'ansia e la depressione;

Curativa - combatte il diabete, malattie cardiovascolari, obesità, e artrosi; dimezza il rischio di patologie invalidanti migliorando la mobilità articolare, il tono muscolare e la coordinazione motoria;

rilassante riduce lo stress, regala fitness; pedalare è gratuito e si risparmia sulla palestra;

sociale favorisce le relazioni interpersonali, promuove uno stile di vita sano di mobilità dolce;

ecologica riduce l'inquinamento, il traffico e l'occupazione di suolo;

regala longevità fa vivere sani e più a lungo!

Programma di massima:

**Ritrovo: ore 9:55 a San Donà
parcheggio stazione o dintorni**

Partenza: ore 10:00

Dislivello: nullo Difficoltà: adatto a tutti.

**Percorso: circa 45 km, 50% asfalto, 50%
sterrato buono**

Orario treni da Mestre a san Donà:

**Andata: 8,22 - 8,55
9,22 - 9,55**

**Ritorno: 16,02 - 16,38
16,43 - 17,09**

Bicicletta: in ordine con gomma di scorta

Pranzo libero a Passarella

Rientro: ore 16,00 stesso posto

Prenotazione obbligatoria entro il 20-02-2020

Iscrizioni in sede tel. 041928161

Orario segreteria:

martedì 15.30 - 17.30

giovedì e venerdì 17.30 - 19.00

Evento aperto a tutti/e soci e non soci

In caso di maltempo l'evento sarà annullato

Un itinerario tranquillo per la maggior parte in fianco al fiume sacro alla Patria. Attraverseremo San Donà fino al ponte degli alpini che percorreremo sulla ciclabile per poi scendere sull'argine destro del Piave fino a Palazzetto, e poi, dopo aver attraversato il fiume, passeremo per Eraclea e ci porteremo fino al ponte di barche in prossimità di Cortellazzo. Da qui risaliremo il fiume fino alla località Piave Nuovo, dove ci distaccheremo dall'argine per portarci fino a Passarella per la sosta pranzo (al sacco o in qualche locale del paese). Riprese le bici torneremo all'argine del Piave che percorreremo fino a San Donà e alla stazione ferroviaria



Durante le escursioni si è tenuti a rispettare il codice della strada – L'uso del casco è vivamente consigliato

L'Associazione declina ogni responsabilità per danni recati a cose e persone. La cicloescursione non è una iniziativa turistica organizzata, bensì un'attività esclusivamente ricreativa – ambientale – culturale, svolta per il raggiungimento degli scopi statutari dell'Associazione e destinata ai soli soci.