



7 ottobre 2006

## Lumarzo trek

Partendo dalla stazione di Sori si sale su asfalto fino in Cornua , si scende per uno sterrato breve in località Pannesi, si risale su asfalto fino a Sanguinaria, e di lì si prende il primo sterrato che porta a Lumarzo, piccolo pezzo di asfalto e si riparte con il secondo sterrato che passa sotto la galleria delle Ferriere. Si riprende l'asfalto fino a Sant'Alberto, di qui in poi è tutta discesa su asfalto fino a Brignole.

Appuntamento alle ore 8,05 presso la stazione FS di Sori che potrà essere raggiunta con treno + bici n. 33813 con queste fermate genovesi: Genova Voltri 06:57 - Genova Pra 07:01 - Genova Pegli 07:05 - Genova Sestri Ponente 07:09 - Genova Cornigliano 07:13 - Genova Sampierdarena 07:18 - Genova Piazza Principe 07:26 - Genova Brignole 07:35 - Genova Sturla 07:40 - Genova Quarto Dei Mille 07:43 - Genova Quinto Al Mare 07:47 - Genova Nervi 07:50. Ritorno a Genova Brignole intorno alle 13,00 circa. Per chi abita lontano dal centro possibilità di rientro con diversi treni (consultare orario). Procurarsi il giorno precedente biglietto treno + bici da 3,5 Euro valido per 24 ore dalla timbratura. Acquistare biglietto persona in tariffa week - end per la propria percorrenza.

Assicurarsi della perfetta efficienza del proprio mezzo, portarsi kit di riparazione o sostituzione camera d'aria. Partecipazione gratuita. Prenotazione obbligatoria da effettuarsi entro le ore 19 del giorno precedente alla segreteria telefonica del numero 010 3621357 oppure all'indirizzo e-mail [adbge@libero.it](mailto:adbge@libero.it)



**AMICI della BICICLETTA**

- CIRCOLO DELLA LEGAMBIENTE -

Via Caffa 3/5b - 16129 Genova - tel. (010) 362.13.57 - fax (010) 31.91.68

e-mail: [adbge@libero.it](mailto:adbge@libero.it) # <http://www.megacne.com/adbgenova>

