



27 aprilie 2010, Bucuresti

cu bicicleta la mare: 1-2 mai 2010

1 mai marcheaza o zi importanta in viata romanilor. Ziua in care se sarbatoreste soarele, litoralul, marea si voia buna. 1 mai este ziua in care tot romanul merge la mare.

Anul acesta, lasa masina acasa. Iti propunem o alternativa eco si sanatoasa: cu bicicleta la mare!

Lucian Mindruta, alaturi de **GeoBateSaua**, te invita la un weekend in forta, pe doua roti: Bucuresti – Constanta. Evenimentul este organizat de **Asociatia BATE SAUA SA PRICEAPA IAPA**, **Echipa PR** si **CarpatBike**, sustinut de **MBIKE**.

De ce mergem cu bicicleta la mare?

Pentru ca vrem miscare, mai putina poluare si distractie mare. **cu bicicleta la mare** este o initiativa menita sa promoveze mersul cu bicicleta ca stil de viata, sport si activitate recreativa. Nu este o competitie, ci un tur al celor care iubesc mersul pe bicicleta si doresc sa promoveze alaturi de noi biciclismul.

Pentru cine este turul?

Pentru oricine se simte pregatit sa mearga pe bicicleta cca 275 km pe parcursul a doua zile. Nu va temeti, ritmul de mers este mediu (viteza medie 22 km/hr), dificultatea traseului medie (pe sosea), se fac multe opriri pe drum si suntem intotdeauna insotiti de masini, in cazul in care vrem sa luam o pauza. Asistenta tehnica, provizii gen apa si alimentatie vor fi oferite pe intreg traseul.

Care este traseul?

Bucuresti – Amara – Constanta

Sambata, 1 mai: Bucuresti – Amara

Duminica, 2 mai: Amara – Slobozia – Constanta



Plecarea se face sambata dimineata la ora 09.00, din fata Parcului Circului din Bucuresti.

1. **Adunare:** Parcul Circului (intrarea dinspre Sos. Stefan cel Mare) / platoul din fata intrarii la circ.
2. **Intervalul orar pentru adunare:** 08.00 - 08.30
3. **Intervalul 08.30 - 09.00:** Prezentare regulament, distribuire tricouri, apa, batoane energizante, echiparea masinilor de inotire cu cele necesare, predarea rucsacilor si / sau corturilor din partea participantilor catre masinile de inotire
4. **Intervalul 09.00 - 09.30:** filmari, interviuri etc.
5. **Plecare:** 09.30

Traseu prin Bucuresti: traversam parcul spre Bd. Lacul Tei - Str. Doamna Ghica - Sos. Colentina - Voluntari ...

Deplasarea prin Bucuresti se va face pe prima banda auto, pe carosabil.

Ce echipament este necesar?

O bicicleta buna cu un set de cauciucuri de sosea, faruri fata si spate, si casca de ciclist sunt elemente de echipament obligatorii. Pentru confort sporit si o performanta mai buna, va recomandam pantaloni speciali si echipament de bicicleta, incaltari sport comode si o pelerina de ploaie / jacheta impermeabila in caz de vreme rea.

Unde poposim peste noapte?

Vom poposi sambata seara la Hotel Parc de 3* in Amara pentru a ne odihni inainte de a porni din nou la drum a doua zi.

Intoarcerea la Bucuresti duminica?

Este recomandat ca fiecare participant sa isi asigure singur / singura intoarcerea, in conditiile in care organizatorii **nu pot garanta** un numar fix de autocare cu spatii de stocare a bicicletelor pentru retur catre Bucuresti duminica seara.

Care este taxa de participare?

Tariful de inscriere la tura este de 15 lei per participant, pentru a acoperi costuri legate de organizare. Tariful se achita in numerar in ziua plecarii.

Esti nerabdator sa participi?

Vino si tu cu bicicleta la mare! Inscribe-te in tura pana pe 29 aprilie la www.cubicicletalamare.ro .
Urmareste-ne pe Facebook si twitter.com/cubicicletalamare



Suporteri principali:

Veloteca, CarpatBike, TUSNAD, MBike, Echipa PR, UNDP/GEF SGP

Sponsori:

CORRATEC

IDEAL

LARKOTI Fitness Club

GARMIN

SHIMANO

SOIA SNACKS & RedCat

POWERBAR

ROCK MACHINE

ZAKUDO

Parteneri:

Ciclism.ro, FBR, fasport.ro,

Vă mulțumim pentru atenție!

George CULDA / 0722 736694, 021 315 9811

– Presedinte Asociatia « BATE SAUA SA PRICEAPA IAPA »

- Vice-Presedinte FEDERATIA BICICLISTILOR DIN ROMANIA

www.batesaua.ro , www.velorutia.ro , www.velorutia.ro/blog

www.hartavelo.ro , www.velomap.ro , www.biciclisti.ro