



Escursione in E-Mtb con Guide dell'Accademia Nazionale di Mountain Bike



PRENOTAZIONE GITA del 13 Giugno 2021

Contattare la Società Canottieri Sirio alla mail iniziative@canottierisirio.it.
Le prenotazioni dovranno essere effettuate entro e non oltre il 06 Giugno 2021

ATTREZZATURA MINIMA INDISPENSABILE **CASCO ASSOLUTAMENTE OBBLIGATORIO.**

- < E-MTB in buono stato, funzionante in tutte le sue parti, batteria carica.
- < Borraccia o camelbak con riserva d'acqua personale
- < Casco, occhiali e guanti
- < Zainetto
- < Mascherina anti Covid

COSA PORTARE

Abbigliamento : "a cipolla" è sempre l'ideale, preferendo a contatto con la pelle tessuti tecnici traspiranti oppure cotone.
Preferibilmente i pantaloncini da bici imbottiti, guanti e un k-way.
Una maglietta di ricambio.

REGOLE PER LA CIRCOLAZIONE

- In gruppo mantenere la distanza di sicurezza (ca. 2 mt), non stare mai "a mezza ruota".
- Nel traffico stradale procedere sempre in fila indiana, stare a destra sul bordo strada, guardare sempre cosa accade davanti.
- Cambio di direzione : tendere il braccio destro per girare a destra e quello sinistro per girare a sinistra. Questo segnale va ripetuto da tutti altrimenti chi sta in coda non riuscirà a vedere il segnale del primo.
- Per segnalare la fermata si alza il braccio in verticale al di sopra della testa.

Per ulteriori informazioni contattare la Guida:
Andrea Garberi - cell 334 5637418

NOLEGGIO E-BIKE e ACCESSORI

RENTAL SPORT, in Corso Vercelli 139 – Ivrea, può fornire su richiesta il noleggio della bicicletta, del casco e di abbigliamento mtb (guanti, pantaloncini tecnici, zainetto), a prezzi concordati con la Società Canottieri Sirio.

Per questa gita consigliamo di utilizzare una mtb elettrica full suspended (forcella e ammortizzatore).

Per info e prenotazioni E-bike contattare :
0125 251154 – 335 6905957



SOCIETA' CANOTTIERI SIRIO

Via Lago Sirio, 52 - 10015 Ivrea (TO)
cell. +39 0125 48913
mail : segreteria@canottierisirio.it



Società Canottieri Sirio

