



**ENTE NAZIONALE PER LA PROTEZIONE L'ASSISTENZA DEI SORDI – ONLUS**  
*Ente Morale che opera senza fini di lucro per l'integrazione dei sordi nella società*  
**SEZIONE PROVINCIALE DI COMO Sezione Sport e Tempo Libero**  
(Ente di Promozione Sportiva riconosciuto dal CIP)

**IN COLLABORAZIONE CON:**  
**CONSIGLIO REGIONALE ENS LOMBARDIA**  
**ASD Oratorio San Gabriele Sezione Ciclistica Guanzate**  
**USD Calcio Guanzatese**

**ORGANIZZA**  
**Mercoledì 1 MAGGIO 2013**  
**(VARIAZIONE PROGRAMMA)**  
**LA 8° BICICLETTATA**



**PISTA CICLABILE GUANZATE (Como)**  
**(Circuito ad anello )**

**CON IL PATROCINIO DEL COMUNE DI GUANZATE**



***Vi ASPETTIAMO NUMEROSI !!!***

# **ATTENZIONE !!!**

## **VARIAZIONE PROGRAMMA**

### **PROGRAMMA**

**Ore 09,00:** Ritrovo presso il parcheggio del cimitero di Guanzate  
STRADA PROVINCIALE 23 - VIA ROMA , 37 GUANZATE  
(saranno presenti gli organizzatori)

**Ore 9,30:** Partenza DAL PARCHEGGIO DEL CIMITERO  
si percorrono 2 GIRI dell'Anello Ciclabile di Guanzate -  
Parco Lura, 1 giro km 12.700 - 2 giri km 25,400

**Ore 12,30:** Arrivo parcheggio del Cimitero di Guanzate - Docce presso il  
Centro Sportivo Comunale con la collaborazione dall'U.S. ASD  
Calcio Guanzatese

Pranzo **FLASH** (veloce) libero in "Trattoria Pub Pizzeria" anche  
all'aperto presso il Centro Sportivo Guanzatese in Via  
Roma ,37 Menu libero a META PREZZO convenzionato

**Ore 13,30:** Premiazioni e lotteria presso il Centro sportivo  
Comunale di Guanzate Via Roma, 37

#### **PREMI:**

- Targa al più anziano partecipante
- Targa alla più anziana partecipante
- Targa al più giovane partecipante
- Targa alla squadra più numerosa

Verrà estratto tra tutti i partecipanti una Bicicletta Mountain-  
Bike (offerta dal Consiglio Regionale ENS Lombardia)

**Ore 14.15:** Partenza per il Centro Sportivo "Angelo Moratti

**Ore 15,00** Visita (guidata e presenza intrepete lis) Centro "Angelo  
Moratti" la Pinetina ad Appiano Gentile ( Ritiro della  
squadra INTER !! )

**Ore 16,00:** Fine della manifestazione

*Ore 19,30: CENA presso L' AGRITURISMO al COLLE Via Isolati di Maccio sn Villa Guardia Località Castello di Lurate Caccivio (Ingresso Via Marco Polo), si trova a 5 km da Guanzate*

*Abbiamo ricevuto comunicazione ufficiale dalla FC INTERNAZIONALE che la nostra domanda di visita al Centro Sportivo "Angelo Moratti" la Pinetina ad Appiano Gentile ( Ritiro della squadra INTER !! ) è stata accolta alle seguenti rigide condizioni per la sicurezza:*

*1) ENTRO IL 19 APRILE 2013 (L'ENS di Como deve trasmettere),dobbiamo trasmettere in formato Word (.doc), l'elenco completo (nome-cognome-data di nascita) delle persone che desiderano visitare il Centro Sportivo "Angelo Moratti", ACCESSO AL CENTRO SPORTIVO RISERVATA LIMITATA PER 100 PERSONE*

*2) la visita inizierà alle ore 15:00 e terminerà alle ore 16:00, si raccomanda la massima PUNTUALITA''*

*3) Sarà assicurata la presenza di 2 Interpreti LIS durante la visita guidata al Centro Sportivo "Angelo Moratti"*

*4) Compilare il modulo di partecipazione alla visita guidata in ogni sua parte (Obbligatoria) e trasmettere a: E-Mail [como@ens.it](mailto:como@ens.it) - Fax [031521528](tel:031521528) - ENTRO E IMPROROGABILMENTE IL 15 APRILE 2013, saranno accettate le prime 100 iscrizioni, fara fede la data di arrivo della E-Mail, il Comitato organizzatore si riserva di dare la possibilità di accesso al Centro Sportivo a un Gruppo di ogni Sezione Provinciale ENS della Lombardia*

*Il Presidente E.N.S. di Como  
Renzo Corti*

**ELENCO PARTECIPANTI**  
**VISITA CENTRO SPORTIVO "ANGELO MORATTI"**

	NOME	COGNOME	DATA NASCITA	CITTA'
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				
19				
20				
21				
22				
23				
24				
25				

**IL PRESIDENT**  
**Sezione Provinciale ENS di \_\_\_\_\_**

**Data, \_\_\_\_\_**

**DA TRASMETTERE: E-MAIL [como@ens.it](mailto:como@ens.it) - FAX 031273079 ENTRO  
IMPROROGABILMENTE IL 15 APRILE 2013**

## Foto ricordo 7° Bicilettata 2012 - Sondrio



PARROCCHIA S. AGATA  
BULGAROGRASSO  
PRIMAVERA NEL BOSCO  
S.ANNA 1885

PRATO FIORITO

OLTRE IL LURA 1882

**B.** PESCA SPORTIVA  
CON BAR E RISTORANTE

BSCHETTO DINTORNI LURA

**D.** LA PESCA SPORTIVA  
CON BAR E RISTORANTE

**C.** RESIDENCE CINQFO  
CON LAGHETTO

CAPPELLA S. GIUSEPPE

**A.** PARTENZA



*In caso di pioggia, si parte lo stesso (si consiglia di portare gli indumenti per la pioggia)  
Per i minori di 14 anni è obbligatorio il Casco*

*L'organizzazione declina ogni responsabilità per eventuali danni, rischi o incidenti  
a cose o a persone prima, durante e dopo la manifestazione*



## Descrizione percorso:

- A. PARTENZA 327 (M. SLM GUANZATE)**
- B. PESCASPORTIVA CON BAR E RISTORANTE (309 M. SLM. GUANZATE)**
- C. RESIDENCE CINGFO CON LAGHETTO E PISCINA ALTRO PUNTO DI RISTORO (311 M SLM. CADORAGO )**
- D. METÀ DEL PERCORSO TROVATE LA PESCA SPORTIVA CON BAR E RISTORANTE. (338 M SLM)**

Partenza dal cimitero di Guanzate; breve salita fino a raggiungere il bosco, e dopo poche centinaia di metri si svolta a sinistra.

Proseguendo sulla ciclabile si attraversa la provinciale per poi infilarsi di nuovo nel bosco.

Uscendo dal bosco si viaggia per un pezzetto su strada, per poi svoltare a destra e rientrare nel bosco.

All'uscita del bosco si incontra una pesca sportiva con bar e ristorante si prosegue su asfalto attraverso l'abitato di Bulgarograsso, per poi rientrare su uno sterrato che porta alle ditte di Guanzate.

Superate le ditte si attraversa il torrente Lura (per i meno coraggiosi c'è un ponte), e si prosegue ancora su asfalto fino alla rampa sulla destra, che porta di nuovo alla ciclabile per tornare al parcheggio del cimitero.

### DETTAGLI

Distanza 1 Giro :	12.74 km
Dislivello (quota max-min):	41 m
Dislivello (salita):	93 m
Dislivello (discesa):	74 m
Pendenza media:	0.3 %
Pendenza max:	5 %
Densità tracciato	5.8 punti/km



**MODULO Di PARTECIPAZIONE  
ALLA 8° BICICLETTATA  
PISTA CICLABILE GUANZATE (ANELLO)**

Nome e cognome: \_\_\_\_\_

Città: \_\_\_\_\_ Prov. \_\_\_\_\_

Email: \_\_\_\_\_ Fax: \_\_\_\_\_

Numero PARTECIPANTI

Numero adulti: \_\_\_\_\_

Numero bambini fino a 14 anni: \_\_\_\_\_ ( Obbligatorio il Casco)

Il modulo è da restituire compilato entro **Mercoledì 23 Aprile 2013** presso la  
Sezione Provinciale ENS di Como in Piazza Mazzini n. 7/8/9  
Tel/Fax 031/273079 - e-mail [como@ens.it](mailto:como@ens.it)

-----



-

**INDICAZIONI STRADALI**

Da Milano: uscita Lomazzo Nord della A9; alla rotonda,  
terza strada sulla destra in direzione Guanzate.

Dalla Svizzera: uscita Lomazzo Nord della A9; alla rotonda,  
terza strada sulla destra in direzione Guanzate.

Una volta entrati in Guanzate proseguire per il centro della cittadina il ritrovo per tutti i partecipanti avverrà presso il Parcheggio del Cimitero di Guanzate di fronte Centro Sportivo sito in Via Roma, 37

**MODULO Di PRENOTAZIONE AL PRANZO**  
**(Trattoria Pub Pizzeria Nuage Via Roma, 37 )**

Nome cognome: \_\_\_\_\_

Città: \_\_\_\_\_ Prov. \_\_\_\_\_

Email: \_\_\_\_\_ Fax: \_\_\_\_\_

Numero PARTECIPANTI PRANZO

Numero adulti: \_\_\_\_\_

Numero bambini fino a 14 anni: \_\_\_\_\_

**Menù, scelta libera, meta prezzo**

Il modulo è da restituire compilato entro **Mercoledì 24 Aprile 2013** presso la Sezione Provinciale ENS di Como in Piazza Mazzini n. 7/8/9

Tel/Fax 031 273079 - e-mail [como@ens.it](mailto:como@ens.it)

-----



**MODULO Di PRENOTAZIONE ALLA CENA**  
**(In Agriturismo al Colle Via Isolati di Maccio s.n.)**  
**(Villa Guardia - Località Castello di Lurate Caccivio)**

Nome cognome: \_\_\_\_\_

Città: \_\_\_\_\_ Prov. \_\_\_\_\_

Email: \_\_\_\_\_ Fax: \_\_\_\_\_

Numero PARTECIPANTI CENA

Numero adulti: \_\_\_\_\_

Numero bambini fino a 14 anni: \_\_\_\_\_

**Menù fisso Euro 30,00**

**Selezione di salumi nostrani**

**Risotto rucola e pere**

**Scaloppine di manzo al balsamico cn contorno di patate al forno**

**Dolce della casa**

**Vino della casa, acqua, caffè**

Il modulo è da restituire compilato entro **Mercoledì 24 Aprile 2013** presso la Sezione Provinciale ENS di Como in Piazza Mazzini n. 7/8/9

Tel/Fax 031 273079 - e-mail [como@ens.it](mailto:como@ens.it)