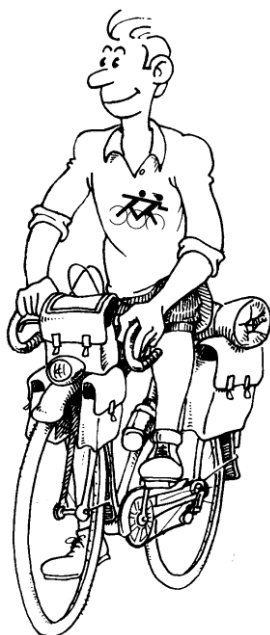


## Corso di Formazione sul Cicloturismo



Corso per apprendere le nozioni di base per praticare il turismo in bicicletta. Il corso è utile sia per chi vuole effettuare una semplice escursione di una giornata, sia per vuole fare un viaggio di diverse settimane. Le materie trattate vanno dalla disamina delle mete e distanze raggiungibili e degli strumenti cartografici disponibili, alla dotazione di base del cicloturista e del suo mezzo e, per finire, a tutto quanto riguarda la bici: scelta del modello, manutenzione e riparazioni di base.

### *Info e Iscrizioni*

c/o TUTTINBICI      Martedì 17.30/19      Venerdì 21/23  
tel. 0522 303247      info@tuttinbici.org

**Claudio**      338 8324759      0522 560838  
claudio.pedroni@tuttinbici.org

Iscrizione al corso      € 10.00

Possono partecipare i soci di TUTTINBICI in regola con il tesseramento per l'anno 2012

**Responsabile corso**

**Claudio Pedroni**

**Sede Corso**

**TUTTINBICI Via Zandonai,15 Reggio Emilia**

### PROGRAMMA

<i>Data</i>	<i>Ore</i>	<i>Argomenti</i>
Giovedì 23 Febbraio	20.30	Introduzione al cicloturismo Mete, distanze, attrezzatura, Fai da te o Tour operator
Giovedì 1 Marzo	20.30	Muoversi in bici: Codice della strada, l'accompagnamento, Mappe, guide e GPS
Giovedì 8 Marzo	20.30	Meccanica bici e accessori
Giovedì 15 Marzo	20.30	Alimentazione e salute in bicicletta
Giovedì 22 Marzo	20.30	La manutenzione e la riparazione della bici Esercitazione manuale
Domenica (data da concordare)		Uscita didattica in bici