



ITINERARIO DELL'ACQUALUNGA

Pieve del Cairo - Frascarolo - Tortorolo

22 Giugno 2024

Frascarolo (PV), ore 09:00

PROGRAMMA (con Guida Ambientale Escursionistica e Guida Turistica)

Ore 09:00 ritrovo presso il parcheggio della Pesa di Frascarolo, incontro con la Guida e ritiro bici.

Alle 09:30 inizieremo la nostra cicloescursione visitando esternamente il castello del paese, per poi dirigerci verso il castello di Tortorolo e passando per la **Riserva Naturale Garzaia dell'Acqualunga**, sito di nidificazione degli aironi. Raggiunto il piccolo borgo di Tortorolo, potremo osservare esternamente il suo bel castello.

Da Tortorolo proseguiremo per raggiungere la **Tenuta San Marzano Mercurina**, produttrice di riso e all'interno delle cui proprietà si trova una splendida "garzaia", **oasi naturale** di bosco umido planiziale, dove nidificano diverse specie di aironi, che visiteremo.

Alle 13:00 qui pranzereemo con un risotto di alta qualità.

Dopo la visita dell'oasi naturale, proseguiremo per raggiungere Pieve del Cairo del quale attraverseremo il piccolo centro storico e visiteremo esternamente il castello.

Da Pieve continueremo per strade bianche che attraversano la campagna coltivata sino all'ex Abbazia di Acqualunga, nel medioevo monastero cistercense, di cui rimane la chiesa monastica.

Proseguiremo ancora per strade bianche sino a chiudere il percorso a Frascarolo, intorno alle **ore 18:00**.



Tenuta San Marzano Mercurina

Il cuore della Lomellina custodisce questa antica tenuta, la cui struttura originaria risale al '700, e comprende la Cascina San Marzano e ciò che resta della più antica Cascina Mercurina. Due antiche e affascinanti cascine confinanti, poste al centro di 189 ettari di terreni agricoli a vocazione risicola e 54 ettari di un preziosissimo bosco umido di antichi ontani, dove nidificano varie specie di aironi. Una natura incontaminata di biodiversità che deve assolutamente essere salvaguardata. La Fondazione DAREFRUTTO è impegnata a riunificare le due aree, dando vita alla Tenuta San Marzano Mercurina. Il complesso e l'intera area saranno ripensati per accogliere e offrire servizi utili per la riscoperta del territorio, della sua cultura e delle sue tradizioni. Un luogo dove compiere un percorso conoscitivo della biodiversità, della natura e delle tecniche agricole e dei suoi prodotti. Uno spazio che per le sue peculiarità diventa una vetrina internazionale.



L'itinerario in numeri

Sviluppo: 32 Km
Pendenza: pianeggiante
Fondo: sterrato 20 Km, asfalto 12 Km
Categoria: adatto a mountain bike
Difficoltà: MC (ciclisti di livello medio-basso)
Località di partenza: Frascarolo (PV)
Ora di ritrovo: 09:00
Ora di fine evento: 18:00
Quota individuale: 45 € (30 € senza noleggio bici, per chi ne fosse provvisto)

ISCRIZIONE

L'iscrizione va effettuata online, compilando il modulo presente sul sito www.avmtrekking.com. La quota di partecipazione è di 45 € a testa (per i bimbi da 8 a 12 anni, 15 €) e comprende il servizio di accompagnamento di una Guida Ambientale Escursionistica (15 €), la risottata (10 €), il noleggio e trasporto bici (15 €), tessera Fondazione Darefrutto (5 €). Assicurazione infortuni facoltativa da richiedere al momento dell'iscrizione (AVM non si assume la responsabilità per eventuali furti o danni a cose che si verificassero prima, durante e dopo la cicloescursione). Numero minimo di partecipanti: 10

È opportuno assicurarsi che:

La eventuale bici di proprietà del partecipante deve essere in perfetta efficienza, in particolare riguardo alla efficienza del cambio, dei freni e delle ruote. Inoltre è importante che: i pneumatici siano in buono stato, le gomme gonfie, si abbia una camera d'aria di scorta, gli attrezzi per le piccole riparazioni, la pompa per gonfiare le gomme, abbigliamento da biker, scarpa leggera da trekking, zainetto, giacca windstop). È consigliato l'uso del casco. Portare una borraccia e qualche barretta energetica. La gita si rivolge a tutte le fasce di età, dagli 8 anni in su. Iscrivendosi alle uscite i partecipanti accettano e si impegnano ad osservare le norme del presente regolamento.