

La Nebbiosa



Domenica 22
Ottobre 2023
Parma



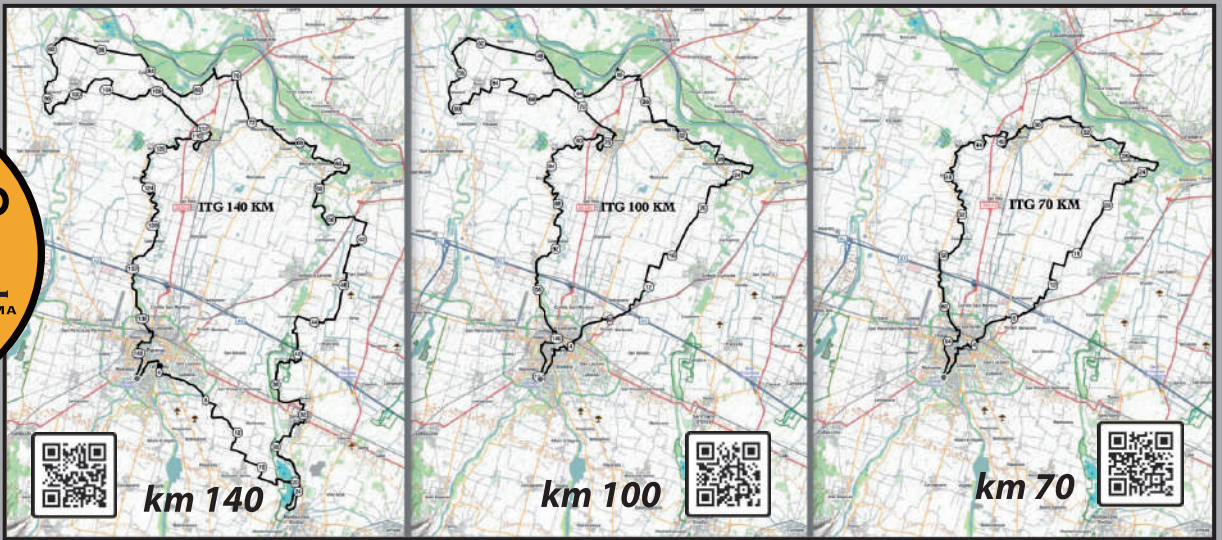
La Nebbiosa

richiama immediatamente la stagione autunnale, la Bassa Parmense con le sue eccellenze e il titolo di "Parma Città Creativa Unesco per la Gastronomia", epicentro della Food Valley italiana con il maggior numero di prodotti tipici tutelati da marchi di qualità in Italia: Prosciutto di Parma Dop, Parmigiano Reggiano Dop, Culatello di Zibello Dop, Fungo di Borgotaro Igp, Coppa di Parma Igp, i vini Colli di Parma Doc e tanti altri ancora.

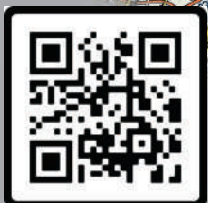
L'obiettivo è quello di creare un itinerario fruibile da tutti in piena sicurezza partendo dal centro cittadino, dedicata ai ciclisti, alle famiglie e ai bambini, per riscoprire il fascino delle due ruote in un itinerario completamente pianeggiante, facile e alla portata di tutti.

Per promuovere la ciclo-gastronomia, raggiungendo ristoranti tipici e locande nella Pianura Parmense tra i più belli e caratteristici paesini nella Bassa, a bordo di una bicicletta...su stradine e viuzze tipiche.

La volontà è quella di mantenere vivo un itinerario ciclo-fruibile che dia l'occasione di poter scoprire le bellezze e le meraviglie della città e della Bassa Parmense, attraverso un percorso permanente che costeggia il torrente Parma e Taro, raggiungere il fiume Po in prossimità di Polesine Parmense per poi fare ritorno verso la città...



- Ristori - Controllo verifica passaggi**
- San Geminiano C
 - R Coenzo C
 - R Gramignazzo C
 - R Soragna C
 - R San Secondo C
 - Masone C
 - R Busseto C



Piantina completa

Percorso LUNGO
CastelRonda - Randonnee km 204
STRADA

Parma, Monticelli Terme, Casaltone, Sorbolo, Coenzo, Mezzani, Colorno, **Gramignazzo**, Roccabianca, Soragna, San Secondo, Fontanellato, Fontevivo, Castellina Castione Marchesi, Roncole Verdi, Busseto, Polesie Parmense, Zibello, Roccabianca, Gramignazzo, San Quirico, Viarolo, Fognano, Parma.

07:30

Percorso MEDIO
km 130

Parma, Monticelli Terme, Casaltone, Sorbolo, Coenzo, Mezzani, Colorno, **Gramignazzo**, Roccabianca, Soragna, San Secondo, San Quirico, Viarolo, Fognano, Parma.

05:30

Percorso CORTO
km 75 STRADA

Parma, Fognano, Viarolo ciclovia del Tarò, **Gramignazzo**, Roccabianca, Soragna, Castellina, San Secondo, Viarolo, Fognano, Parma.

04:30

Regolamento:

E' obbligatorio l'uso del casco durante il percorso

La Nebbiosa si svolge su distanze diverse con partenza libera, si percorreranno strade aperte al traffico, ciclabili e ciclopedonali, quindi i partecipanti dovranno attenersi al codice della strada a propria responsabilità.

Sono ammessi i ciclisti di ambo i sessi che siano in possesso del certificato medico sportivo o tesserati con un ente di promozione sportiva, e minori con nulla-osta dei genitori

È permesso l'uso di tutti i tipi di biciclette.

Ogni concorrente prenda atto ad ogni effetto che la ciclostorica richiede un discreto impegno fisico e tecnico.

Con l'iscrizione il partecipante dichiara implicitamente, sotto la propria responsabilità, di essere in possesso di tali requisiti.

Con l'invio dell'iscrizione il concorrente dichiara di conoscere ed accettare integralmente le presenti norme, dichiara inoltre espressamente di esonerare gli organizzatori da ogni responsabilità, sia civile che penale, per danni a persone e/o cose da lui causati o a lui derivate.

Per quanto qui non completato vale il regolamento nazionale **ACSI**
(www.parma.acsi.it/nebbiosa)

Partenze:

Tracciato Gravel / MTB ore 7,30 / 8,00

Tracciato bici corsa ore 8,15 / 9,00

Pedalata ciclostorica ore 8,30 / 9,00

Percorso Gravel



3 percorsi

km 140 - km 100 - km 70

info: www.intothegravelblog.wordpress.com
Manifestazione gemellata con Into The Gravel!

Programma:

Ritrovo presso il Circolo Filippelli in via Sacco - Parma
Inizio manifestazione con partenze a gruppi per tipologia di biciclette.
Percorsi dalle ore 8,00 in direzione Parco Ducale

Ristori:

Percorso corto e lungo a
Coenzo - Gramignazzo ex fornace - Soragna - Busseto

Percorso corto e lungo per buono caffè
Coenzo - Soragna - Busseto



All'arrivo Anolino Party e gelato del Chiriguito,
presso Circolo Filippelli



ANOLINO PARTY

Iscrizioni:

Quota di partecipazione: 8€ con buono caffè.

Buono pasto per Anolino Party e gelato: 12€

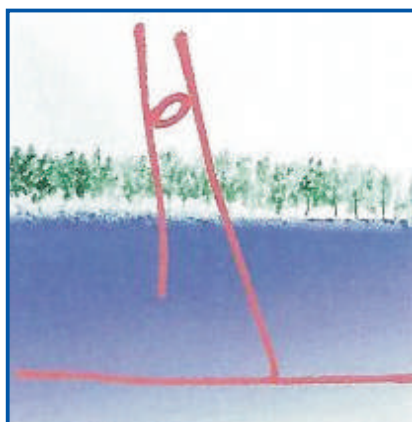
Ciclo Gravel: 5€

Sarà possibile iscriversi la mattina prima della partenza.

Iscrizioni on line sul sito www.filippellibike.it/nebbiosa.html

Oppure di persona presso la sede AUDAX Parma - via E. Orlando 3,
tutti i martedì dalle 17,00 alle 19,30 e i venerdì dalle 21,00 alle 23,00
info: giorgio 345 9028807 - e-mail: info@lanebbiosa.it

in collaborazione con:
Associazione "LA FORNACE"



GRAMIGNAZZO - PR



ORTOPEDIA
SCITA SERGIO snc

di Scita Andrea & Sandro

PLANTARI SU MISURA DA ESAME COMPUTERIZZATO
CALZATURE ORTOPEDICHE SU MISURA - BUSTI



Via La Spezia, 75 - Tel. 0521 951500 - Parma



FOODLAB

THE ITALIAN SALMON PHILOSOPHY

FUMARA®

Eccellenze di mare

Strada Provinciale, 97
43016 Polesine - Zibello (Pr)

**CAMPAGNA
AMICA**



RENATA TEBALDI
FONDAZIONE MUSEO

Gioielleria - Orologeria



VALENTI

Parma

Via Bixio 63 - ☎ 0521.283343

Via Farini 10 - ☎ 0521.284447

Via Cavour 15 - ☎ 0521.239826



**COLDIRETTI
PARMA**

screenpoint

www.screenpoint.it

GRAFICA

Via Verona, 12/A - Tel. 0521.773351 - Parma



LA FAMIJA PRAMZANA



ITAS
MUTUA

CAMIN E CORCHIA PARMA

Insieme si può!

Agenzia Mutualistica Parma

Galleria Bassa dei Magnani, 3

Tel. 0521.238686 - Parma



GELATERIA
YOGURTERIA



P.zza Meli Lupi, 4 - SORAGNA - PR



Viale P. Giovanni XIII, 14

Tel. 0521.620033

Noceto - Parma



Via Minozzi, 2/A - Tel. 0521 772571 - Parma



DELSANTE
PARMA

BICICLETTE

B.go San Giuseppe, 8/A - Parma



BOVE TERESA RITA

Bar - Tabaccheria

COENZO

COMPLER¹⁵

Via F. Corini, 24 - Parma

SARTI ELETTRODOMESTICI

Via Rapallo, 3/A - Tel. 0521 983396 - Parma



P.zza della Terramare, 7/A - Vicofertile - Pr

Con il patrocinio



Comune di Parma



Comune di Sissa Trecasali



Comune di Busseto



Comune di Colorno



Comune di Polesine e Zibello



Comune di San Secondo Parmense



Comune di Sorbolo-Mezzani



Comune di Fontanellato



Comune di Roccabianca

Organizzazione:



Cral
Barilla
Ciclismo dal 1969



www.filippellibike.it - info@lanebbiosa.it