



Noleggio bici



Breakfast per ciclisti



Pedalata vista mare



Trasporto all'agriturismo



Relax in collina



Giochi per i bambini



Cena nel vecchio frantoio

1. Ore 9: noleggio bici. A Sanremo, Arma di Taggia o San Lorenzo al Mare. 2. Ore 10: colazione robusta nel **ristorante Il Vascello** (o cena: specialità carne alla brace), a Santo Stefano al Mare. 3. Ore 11: passeggiata in bicicletta e piccole **deviazioni fronte spiaggia**. 4. Ore 15: si affidano le bici al furgoncino che le porta in campagna, per il pranzo o la notte in agriturismo. 5. Ore 16: riposo nell'**azienda agricola Uliveto Saglietto**, a Poggi d'Imperia. **Appartamenti** da 680 € a settimana. 6. Ore 17: per i bambini, sosta nel parco con piscina dell'**Agriturismo Zemin**, a Taggia. 7. Ore 20: cena alla **Fontana dell'Olmo**, a Drego, dove si dorme in malghe ristrutturate.



ster Bike fa capo alla gelateria **Mistral**, una delle migliori della Riviera (36 gusti, provare la crema di riso), child friendly con mini seggiole e mini tavoli color pastello. Bici e golf? A 3 chilometri da Arma il nuovo **Castellaro Golf Resort** ha camere e appartamenti, piscina e centro benessere, navetta per la spiaggia e bici a noleggio. La pista attraversa campi coltivati, uliveti, vigne e sfiora una chiesetta romanica. A 3 chilometri da Arma ecco l'antico borgo marinaro di **Riva Ligure**. Nella piazza del paese, proprio di fronte alla Chiesa di San Maurizio, due giovani hanno aperto il ristorante **La Piazzetta**, a pochi passi dalla spiaggia e dall'approdo dei pescatori. Nel carruggio principale, **Cà de Matagè** affitta quattro camere doppie che si chiamano Scirocco, Maestrale, Libeccio e Grecale.

Santo Stefano al Mare è a un chilometro. Anche qui vale la pena di lasciare la pista per entrare nel borgo marinaro, godersi il petit déjeuner sulla terrazza de **Il Vascello**, ristorante sull'acqua con parcheggio per le bici e quotidiani a disposizione dei clienti. Aperto dalle 8 alle 24, prepara pizza nel forno a legna anche a pranzo, e la sera carne e pesce alla brace. Nello stabilimento vicino noleggiavano ombrelloni e lettini da 15 euro, e propongono animazione con giochi in spiaggia per i bambini. Stessi proprietari, ma ambiente più ricercato all'**Olivapazza**, ristorante in un frantoio secolare di **Cipressa**, paesino medievale a picco sulla Marina degli Aregai, famoso perché lungo la sua tortuosa strada

passa la Milano-Sanremo. Fra torchi e pressa per le olive, i tavoli sono apparecchiati con bicchieri di vetro soffiato e tovaglie di pizzo. Il piatto forte dello chef? Ravioli bianchi e neri con calamaretti e scampi.

Sono stati i tedeschi a scoprire e lanciare Cipressa, e qualcuno è rimasto a viverci. Come Claudia Rohleder, che affitta due piccoli appartamenti freschi di restauro con scorcio sul mare (cell. 338.19.40.068, da 50 €). A Santo Stefano molti locali hanno il dehors panoramico sul verde, ma il più rinomato per i ravioli di pesce con ragu di astice è **La Riserva**, nel cuore del borgo. Il paese sfuma nel porto turistico Marina degli Aregai. Una grande vela color écru con tavoli e sedie in vimini color sabbia annuncia **The One Beach**, stabilimento trendy e ben frequentato, aperto come ristorante solo la sera (altrimenti snack veloci e gelati artigianali), che organizza feste con musica dal vivo sulla spiaggia. La pista ciclabile corre accanto alla **Residenza Turistico Alberghiera Aregai Marina**, sul porto: ha uno stabilimento balneare gratuito per gli ospiti delle suite con terrazzo, a pagamento (due lettini e un ombrellone 18 € al giorno) per chi affitta gli appartamenti con l'angolo cottura. Pranzi e cene serviti in spiaggia solo su richiesta, anche per chi non soggiorna nel complesso. Altri servizi sono le bici a noleggio e il centro benessere Aregai Beauty (tel. 0184.48.92.37, cell. 393.19.48.391, orari: 9-13, 15-19, mer.-dom. solo su appuntamento), che propone trattamenti ad hoc per i ciclisti: pedicure

1. La pista ciclabile. 2. Sosta a **Riva Ligure**. 3. Ristorante **Ai Torchi**, a Bussana di Sanremo.
4. L'**Uliveto Saglietto**: ospitalità a Poggi d'Imperia.