



Club Alpino Italiano
Sezione di Parma
Viale Piacenza 40
43126 Parma
www.caiparma.it
caiparma@hotmail.com

Club Alpino Italiano sezione di Parma GRUPPO MOUNTAIN BIKE

Bikers al Castello



Direttori di escursione: Silvia Strata, Belli Italo,
Rivara Piergiorgio, Zallocco Michele

09 Giu 2021



Informazioni Organizzative

Data e ora Ritrovo

Mercoledì 09 Giu 2021
Ore 19:00 Posteggio
dell'Agriturismo Lamoretti, Str.
della Nave, 6 Langhirano

Orario partenza 19:15
Viaggio **MezziPropri**
Apertura iscriz. **27.05.21**
Chiusura iscriz. **07.06.21**
Posti disponibili **20**

Quote di iscrizione

SOCI CAI Euro 5
NON SOCI CAI Euro 10
Quota da pagare in contanti in loco il giorno dell'escursione
(La quota non soci comprende assicurazione infortuni, soccorso alpino e la quota di contributo spese della sezione)

Equipaggiamento Tecnico di base obbligatorio per tutti

MTB in condizioni efficienti (verificare il funzionamento di freni e pneumatici), casco (obbligatorio), antipioggia, antiventto, acqua e barrette energetiche, kit di riparazione, mascherina chirurgica e guanti lattice. Gel idroalcolico

INFO

Escursione adatta a E-mtb
Contattare i Direttori di Escursione:
silvia strata
silvia@kinesnc.com

Informazioni Tecniche

Difficoltà Salita/Discesa
MC/MC

Ascesa **400 m D+**
Distanza **Km 15**
Tempo stimato **ore 2**
Cena in Agriturismo

In base alle condizioni meteorologiche gli organizzatori si riservano di variare i percorsi ed il programma della gita, anche in fase di svolgimento.

Descrizione Escursione

Il Castello che fu teatro della storia d'amore tra Pier Maria Rossi e Bianca Pellegrini farà da sfondo al nostro giro per le colline circostanti. Giusto il tempo per creare quel "buco" nello stomaco che riempiamo nella sosta finale con piccolo buffet in Agriturismo. Chi aderisce anche a quest'ultimo "sforzo" è pregato di specificarlo nella mail di iscrizione. Piatto di salume euro 8-Formaggio euro 4-Torta euro 3,5-Vino a bicchiere euro 3-4 - Acqua, Coca e Fanta in alternativa (NO BIRRA, è una cantina)

Avvertenze COVID: i partecipanti sono tenuti a rispettare le prescrizioni di sicurezza e ad indossare i dispositivi di protezione come evidenziato. Responsabile COVID: Silvia Strata

Scala delle difficoltà tecniche

TC: (turistico) percorso su strade sterrate dal fondo compatto e scorrevole, di tipo carrozzabile;
MC: (per cicloescursionisti di **media capacità tecnica**) percorso su sterrate con fondo poco sconnesso o poco irregolare (tratturi, carrarecce...) o su sentieri con fondo compatto e scorrevole;
BC: (per cicloescursionisti di **buona capacità tecnica**) percorso su sterrate molto sconnesse o su mulattiere e sentieri dal fondo piuttosto sconnesso ma abbastanza scorrevole oppure compatto ma irregolare, con qualche ostacolo naturale (per es. gradini di roccia o radici);
OC: (per cicloescursionisti di **ottima capacità tecnica**) come sopra ma su sentieri dal fondo molto sconnesso e/o molto irregolare, con presenza significativa di ostacoli.
+ indica tratti ad elevata pendenza

<https://www.cai.it/wpcontent/uploads/2020/06/PROTOCOLLO-per-Partecipanti.pdf>

Modalità di iscrizione

Leggere il regolamento delle cicloescursioni su www.caiparma.it. Il cicloescursionismo è una attività intrinsecamente pericolosa, i partecipanti con l'iscrizione dichiarano di esserne consapevoli e di accettare il regolamento.

Comunicare l'iscrizione esclusivamente via email a mtb@caiparma.it cod. Gita 20EMTB15. Per i non soci specificare nella mail Nome, Cognome, Indirizzo, Data di nascita, Codice fiscale, e-mail e telefono