



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

In Alta Val Parma col Geologo
(22EMTB09)



Direttori di escursione: Marcello Cantarelli, Piergiorgio Rivara

Domenica 4 settembre 2022

Informazioni Organizzative

Data e ora Ritrovo
Domenica 4 settembre 2022
Ore 08,45 Bosco di Corniglio,
parcheggi del campo
sportivo/parco giochi

Viaggio Mezzi Propri
Apertura iscriz. 27/08/22
Chiusura iscriz. 3/09/22
Posti disponibili 20

Quote di iscrizione

SOCI CAI Euro 5
NON SOCI CAI Euro 15
(Assicurazione infortuni)
*Quota da pagare in contanti in
loco il giorno dell'escursione.*

Equipaggiamento Tecnico di base obbligatorio per tutti

MTB in condizioni efficienti
(verificare il funzionamento di
freni e pneumatici), casco
(obbligatorio), antipioggia,
antivento, acqua e barrette
energetiche, kit di riparazione.

INFO

Direttori di Escursione:
Marcello Cantarelli
marcellocantarelli@gmail.com,
3384406874

Modalità di Iscrizione

Iscrizione esclusivamente via
email a mtb@caiparma.it, cod.
gita 22EMTB09
I non soci devono fornire
Cognome, Nome, data di
nascita e cellulare.



Descrizione Escursione

L'Alta Val Parma è un territorio ricco
d'importanti peculiarità ambientali, in
particolare la geologia e la
geomorfologia.
Molto conosciute sono le forme glaciali:
laghi, morene e valli glaciali; Meno note
ma altrettanto significative sono le forme
"carsiche" che sul monte Tavola e sul
Navert rappresentano un *unicum*
nell'Appennino parmense. La nostra
cicloescursione ci porterà a scoprire
queste forme del paesaggio aiutati
dall'occhio esperto della nostra guida
nonché geologo Marcello che per
l'occasione ci accompagnerà in bicicletta.
Il percorso molto panoramico è un anello
antiorario che, partendo dal campo
sportivo di Bosco di Corniglio, ci condurrà
al monte Navert passando dal monte
Tavola e dai Lagoni. Sono previsti alcuni
tratti a spinta in salita e discese divertenti
ma non banali che richiedono una buona
tecnica di conduzione (BC) della MTB.
Consigliate bici full suspended e
protezioni.

Informazioni Tecniche

Difficoltà (Salita/Discesa)
MC/BC
Ascesa 1200 m
Distanza Km 25
Tempo stimato ore 5,5
(pause comprese)
Pranzo al sacco

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

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
scomnesso o poco irregolare
(tratturi, carraie, ecc...) o su
sentieri con fondo compatto e
scorrevole;
BC: (per cicloescursionisti di **buone
capacità tecniche**) percorso su
sterrate molto scomnesse o su
mulattiere e sentieri dal fondo
piuttosto scomnesso ma
abbastanza scorrevole oppure
compatto ma irregolare, con
qualche ostacolo naturale (per es.
gradini di roccia o radici);
OC: (per cicloescursionisti di
ottime capacità tecniche) come
sopra ma su sentieri dal fondo
molto scomnesso e/o molto
irregolare, con presenza
significative di ostacoli.
* indica tratti ad elevata pendenza

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.