

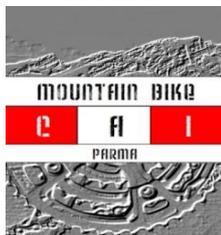
Club Alpino Italiano
Sezione di Parma
Viale Piacenza 40
43126 Parma
www.caiparma.it
caiparma@hotmail.com

Club Alpino Italiano sezione di Parma GRUPPO MOUNTAIN BIKE



Val di Sole (23EMTB07)

Direttori di escursione: Andrea Vanini, Gianluca Carrara, Silvia Strata



Sabato 24 e domenica 25 Giugno 2023

Informazioni Tecniche

Primo giorno

Difficoltà Salita/Discesa
MTB **BC/BC tratti OC**

Dislivello MTB **D+ 1800**
Distanza **Km 30**
Altitudine Max. 2260

Secondo giorno

Difficoltà Salita/Discesa
MTB **BC/BC tratti OC**

Dislivello MTB **D+ 1800**
Distanza: **km 40**

**IN CONSIDERAZIONE DELLE
DISTANZE, DISLIVELLI E
DIFFICOLTÀ È RICHIESTA UNA
BUONA PREPARAZIONE
ATLETICA ED UN LIVELLO
TECNICO MEDIO-ALTO.**

**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 sconnesso o poco irregolare (tratturi, carrarecce...) o su sentieri con fondo compatto e scorrevole;
BC: (per cicloescursionisti di **buone capacità tecniche**) 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 **ottime capacità tecniche**) come sopra ma su sentieri dal fondo molto sconnesso e/o molto irregolare, con presenza significativa di ostacoli.

Informazioni Organizzative

Luogo, data e ora Ritrovo

Sabato 24 Giugno 2023

Ore **6.00**

Park Metro via Mantova Parma oppure

Ore **09.00** Parcheggio della chiesa di dimaro (gratuito). dimaro direzione Carciato, 50 mt prima della chiesa a sx (palestra artificiale di roccia)

Per qualsiasi esigenza diversa contattare il Dir. di Escursione

Viaggio **Mezzi Propri**
Apertura iscriz. **29.05.23**
Chiusura iscriz. **16.06.23**
Posti disponibili **20**



Descrizione Escursione

La gita si svolgerà nel Gruppo del Brenta Settentrionale all'interno del Parco Adamello-Brenta

Sarà un giro «Epico» per paesaggi, lunghezza e dislivello!

Sabato: partiremo dall'abitato di Dimaro (al centro della Val di Sole) e saliremo lungo il torrente Meledrio fino a Malga «Mondifrà» per poi proseguire fino a raggiungere il rifugio Graffer dove pernosteremo (quota 2260)
30 km 1800D+ circa difficoltà BC/BC con tratti OC

Domenica: di primo mattino raggiungeremo il Passo Grostè dove ammireremo, dal punto più alto del nostro tracciato, uno spettacolare paesaggio su Brenta, Adamello e Presanella. Inizieremo a scendere su sentiero tecnico con tratti a piedi fino a raggiungere la Val Flavona e poi il suggestivo e famoso Lago di Tovel. Su strada asfaltata raggiungeremo l'abitato di Tuenno da dove saliremo al Monte Peller fino alla vista del Rifugio. Senza raggiungerlo inizieremo a scendere verso il Rifugio Merol e, attraverso la valle Petturina, raggiungeremo Malè.

Imboccata la pista ciclabile, faremo ritorno a Dimaro
40km 1800D+circa difficoltà BC/BC con tratti OC

La gita è consigliata a bikers esperti, allenati fisicamente, con abitudine al trasporto di zaino pesante e con esperienza ad attività prolungata (7-8 ore).

Le difficoltà in salita saranno dovute a tratti con notevoli pendenze pur su fondi buoni.

In discesa ci saranno passaggi tecnici che richiedono abilità di guida esperta, fondi ghiaiosi e pietrosi, e tratti da fare obbligatoriamente a piedi.

Quote di iscrizione

Iscrizione da effettuarsi al più presto (per conferma al Rifugio)!!

SOLO SOCI CAI: € 86

La quota Comprende:

spese organizzative e pernottamento in mezza pensione (bevande escluse) in rifugio

Equipaggiamento

MTB in condizioni efficienti (verificare il funzionamento di freni e pneumatici), casco (obbligatorio), guanti, kit di riparazione. Abbigliamento da

Info

Direttori di Escursione:

Andrea Vanini 3356457367
ironmanandrea60@gmail.com
Gianluca Carrara 335 5970233
gianluca.carrara@hotmail.com

Silvia Strata 349 3588354
silvia@kinesnc.com

ISCRIZIONI

SOLO COMPILANDO IL FORM SOTTOSTANTE

Chiusura iscrizioni .06.2023

I Direttori di escursione confermeranno la vostra partecipazione alla gita con relative istruzioni per il saldo della quota

FORM per iscrizione:
<http://bit.ly/ValDiSoleMTB>

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