



BIKE&TREK 23EMTB08

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

Sabato 22 domenica 23 Luglio 2023

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

Informazioni Organizzative

Data e ora Ritrovo

Sabato 22 Luglio 2023

Ore 6:30

Luogo: PR- Parcheggio BAR A1
Brusson in prossimità del Lago

Ore 9.30

Viaggio: **Mezzi Propri**

Apertura iscriz. **01.07.23**

Chiusura iscriz. **16.07.23**

Posti disponibili **20**

Quote di iscrizione

SOLO PER SOCI CAI 65,00€

La quota Comprende :

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

Equipaggiamento Tecnico di base obbligatorio per tutti

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

Per il trek:

guscio, pile, cuffia, guanti, antivent
o, scarpe adatte suola vibram,
protezione solare, occhiali da
sole.

POSSIBILTA' trasporto-zaino con
equipaggiamento da trekking
(costo da dividere fra i
partecipanti che lo richiedono)

Info

Contattare i Direttori di Escursione:

Gianluca Carrara 335 5970233
gianluca.carrarahotmail.com

Andrea Vanini 3356457367
ironmanandrea60@gmail.com

Silvia Strata 349 3588354
silvia@kinesnc.com

Vittorio musso
338 2200775



Descrizione Escursione

Sabato:

partiremo da Brusson, all'inizio della splendida Val d'Ayas. Saliremo, decisi, fino al Col de Joux (1640m) Seguiremo le indicazioni per il Ru Courtdaud e, con percorso in leggera salita, percorreremo le 14, spettacolari gallerie (portate una luce!) intervallate da scorci panoramici sulla vallata e sulle principali vette del monte Rosa! Un tratto non pedalabile in salita da affrontare a spinta (70 D+) ci porterà fra boschi, prati ed alpeggi fino ad incrociare (2060 m) lo sterrato che, con buon fondo, ma con qualche tratto di salita impegnativo, ci condurrà al Rif. Gran Tournalin (2600m): di fronte a noi le imponenti cime di oltre 3000 metri.

30Km 1400D+ difficoltà BC/BC

Pernottamento in Rifugio.

Domenica:

di buon mattino, in assetto da trekking, saliremo una delle vette di oltre 3000metri:
Becca Trearè (3.032m)
o Petit Tournalin (3.207m).

5/7 km 600/800 D+ EE

Tornati al Rifugio, recupereremo l'assetto da bikers e le rispettive MTB e inizieremo una lunghissima discesa che ci condurrà, anche su divertenti ST, fino a st. Jacques.

Da qui, su sterrati e sentieri che costeggiano il fondo valle ed il fiume, scenderemo fino a Brusson percorrendo quasi tutta la splendida Val d'Ayas caratterizzata da alcuni fra i più bei villaggi in stile Walser della Valle d'Aosta

30 km 1200D- BC

La gita è adatta anche ad e-mtb
(se disponibili al tratto a spinta con gradini)

Informazioni Tecniche

Primo giorno

Difficoltà Salita

MTB **BC**

Dislivello MTB **D+ 1400**

Distanza **Km 30**

Altitudine Max. **2600m**

Secondo giorno

Difficoltà salita trekking: **EE**

5/7 km 600/800 D+

Difficoltà discesa MTB: **BC**

Dislivello MTB **D- 1200**

Distanza: **km 30**

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.
+ indica tratti ad elevata pendenza

ISCRIZIONI

SOLO COMPILANDO IL FORM SOTTOSTANTE:

bit.ly/BikeAndTrek

I Direttori di escursione confermeranno la vostra partecipazione alla gita con le relative istruzioni per il saldo della quota che dovrà essere effettuato tramite bonifico con causale:

23EMTB08 Bike&Trek nome+cognome del partecipante

LA GITA E' RISERVATA AI SOCI CAI

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.