



I COLLI DI LUNI Ai piedi delle Apuane 24EMTB01

Direttori di escursione:
Vittorio Musso, Gianluca Carrara, Francesco
Mangiavacca, Silvia Strata
domenica 24 Marzo 2024

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

Informazioni Organizzative

Data e ora Ritrovo

Domenica 24 Marzo 2024
Ore 09.30 Luogo: Centro
Sociale di Mollicciara
(Castelnuovo Magra)
Viaggio: **Mezzi Propri**

Apertura iscriz.

01.03.24

Chiusura iscriz.

22.03.24

Posti disponibili **20**

Quote di iscrizione

PER SOCI CAI: 5,00€

NON SOCI: 15,00€

**versamento quota al
ritrovo**

La quota Comprende :

spese organizzative e
attivazione assicurazione
per i non soci

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
idoneo.

Info

Contattare i Direttori di Escursione:

Gianluca Carrara 335 5970233
gianluca.carrarahotmail.com

Silvia Strata 349 3588354
silvia@kinesnc.com

Vittorio Musso 338 2200775
vittoriom041160@libero.it

Francesco Mangiavacca
3391998268
fmangiav@gmail.com



Descrizione Escursione

Partenza dal Centro Sociale di Mollicciara
(Castelnuovo Magra).

Percorso di non impegnative doti tecniche ma di
discreta buona resistenza ciclo/escursionistica.
Il percorso è per più del 90% pedalabile con solo
pochi tratti di "spintage", adatto anche a Ebike.

La lunga salita sarà ripagata da panorami
invidiabile sulle Apuane, Monte Sagro, cave di
Marmo di Carrara, val di Magra, mar Ligure e isole.
Passeremo da antiche mulattiere usate in passato
per gli scambi commerciali tra la Lunigiana e la
Val di Magra, un passaggio suggestivo anche
nelle antiche Miniere abbandonate di Manganese,
potrete sedervi nell'antica seduta scavata nella
roccia, del gabelliere, che riscuoteva la Gabella
(tassa di passaggio), da lì il nome alla località "La
Gabellaccia".

Il rientro tutto in discesa passaggio dal suggestivo
paesino di Vallecchia e dal centro storico di
Castelnuovo Magra, con la sua splendida Torre
dei Vescovi e la sua piazzetta panoramica. Da lì in
pochi minuti e su antica mulattiera si raggiunge il
punto di partenza

Km: 43 (di cui 12 in asfalto)

Dislivello 1350D+

Difficoltà: MC /BC+

La gita è adatta anche ad e-mtb

Informazioni Tecniche

Difficoltà **MC/BC+**

Dislivello MTB **1350 D+**

Distanza **Km 43**

**La gita è adatta anche
ad e-mtb**

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 **ottima
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

VERSAMENTO QUOTA AL RITROVO

**PER ISCRIVERSI E' OBBLIGATORIO COMPILARE IL
SEGUENTE FORM:**

<https://bit.ly/LuniMTB>

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.

