



SCUOLA DI ESCURSIONISMO
E CICLOESCURSIONISMO
G. FALLINI-CAI PARMA



IL PROMONTORIO DEL CAPRIONE 26EMTB01

Direttori di escursione: Gianluca Carrara, Silvia Strata

aiuto direttore di escursione: Vittorio Musso

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

Informazioni Organizzative

Data e ora Ritrovo

Sabato 28 Marzo

Ore 8,45

Luogo: Bocca di Magra

Viaggio: **Mezzi Propri**

Apertura iscriz. **09.03.26**

Chiusura iscriz. **25.03.26**

Posti disponibili **15**

Quote di iscrizione

PER SOCI CAI: 5€

NON SOCI CAI: 15€

La quota Comprende:

spese organizzative e
attivazione assicurazione per i
non soci

**Versamento quota al
ritrovo**

Equipaggiamento Tecnico di base obbligatorio per tutti

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

Info

Contattare i Direttori di Escursione:

Gianluca Carrara
335 5970233
gianluca.carrara@hotmail.com
Silvia Strata
349588354
silvia@kinesnc.com

ISCRIZIONI

VERSAMENTO QUOTA AL RITROVO

**Per iscriversi è OBBLIGATORIO contattare i DE e
compilare il form :**

<https://bit.ly/Montemarcello26>

Informazioni Tecniche

Difficoltà **MC/BC**
Dislivello **+1100**
Distanza **Km 30**
Piccoli tratti a spinta

**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



Descrizione Escursione

Gita «rodada» ma con spunti inediti nel territorio del Parco di Montemarcello e i suoi presidi bellici risalenti alla Seconda Guerra Mondiale per la difesa di Levante del porto militare e Arsenale della Marina Militare di La Spezia
Visiteremo Bunker e postazioni militari per la difesa dal mare e dal cielo, il tutto percorrendo i caratteristici sentieri della costa ligure, con i suoi panorami mozzafiato sul Golfo dei Poeti e della vallata del Magra.

La Batteria Chiodo e il paesino di Montemarcello, saranno gli apripista di questa gita.

Panorami, muretti a secco, un po' di croccante Ligure, ogni tanto un passaggio a piedi, tratti di rilassante flow ci accompagneranno per tutta la gita, prima e dopo la classica sosta "focaccia" 😊

La gita è adatta anche alle e-bike

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.