



CLUB ALPINO ITALIANO SEZIONE DI PARMA GRUPPO MOUNTAIN BIKE

EPIC RIDE DELL'ALTA VAL PARMA

ANELLO N.8 DEI PERCORSI MTB
NEL PARCO DEI CENTO LAGHI

Direttore di escursione: P. Rivara. Accompagnatori: G.Carrara, S.Strata

Sabato 27 giugno 2020

Informazioni organizzative

Ritrovo	Piscina di Corniglio
Orario ritrovo	08:45
Orario partenza escursione	09:00
Apertura iscr.	22/06/20
Chiusura iscr.	26/06/20
Posti disponib.	10
Quote Iscrizione	
Soci CAI	€ 5,00
Non soci CAI (*)	€ 10,00
(*) La quota comprende l'assicurazione infortuni	
Informazioni Tecniche	
Difficoltà Salita/Discesa	BC/ BC
Lunghezza	43,6 km
Dislivello salita	1680 metri
Dislivello discesa	1680 metri
Durata prevista	Tutto il giorno
Attrezzatura necessaria	
MTB in buone condizioni e ruote tassellate, casco (obbligatorio), kit di riparazione, acqua.	
Mascherina e gel idroalcolico	

Nel 2019 i Parchi del Ducato hanno realizzato in Alta Val Parma una nuova rete di 8 percorsi MTB a cui il gruppo MTB della sezione di Parma ha fattivamente collaborato. Il percorso che scopriamo oggi è l'anello più lungo della rete e quello che permette di ammirare la parte alta della valle in tutta la sua bellezza e da ogni punto di vista. E' un giro dal grande respiro che richiede tutta la giornata a disposizione per essere vissuto nel migliore dei modi e senza fretta, un giro da fare una volta nella vita (ma forse anche più di una), appunto un EPIC RIDE.

Per la lunghezza e il dislivello previsti il percorso è consigliato solo a persone in buona forma fisica sebbene i ritmi saranno come sempre escursionistici.

Alcuni tratti saranno da fare a piedi ma non ci sono passaggi obbligati che costringano a portare la bici per tale motivo il giro è adatto anche a mtb assistite purché dotate di sufficiente autonomia.

Domenica 28 giugno faremo invece una escursione meno impegnativa partendo da Bosco ma su sentieri molto divertenti collegando fra loro alcuni degli altri 7 anelli della rete.

Descrizione percorso

Dopo la partenza si transiterà dal centro di Corniglio lambendo il castello. Da qui si scenderà a Ponte Romano (purtroppo il ponte è chiuso in attesa di restauro) e risaliremo su strada priva di traffico fino a Roccaferara, caratteristico borgo arroccato su un costone a picco sull'omonimo rio. Superate Case Madone (tipo nucleo abitato isolato) si

raggiunge il Passo del Silara che mette in comunicazione val Parma e Val Baganza. Da qui seguiremo lo spartiacque tra le due vallate fino al Passo del Cirone (tratti a spinta dopo la maestà Fegna) e quindi un tratto ben noto del Sentiero Italia/AVP MTB fino al Tavola (tratti a spinta), a Lagdei (acqua), quindi ai Lagoni (acqua) fino al Passo della Colla (m.1455). Dal passo non scenderemo in Val Cedra ma prenderemo il sentiero n.737 che ci porterà (passeggiando) fino alla cresta che scende dal M.Navert (m.1653 quota massima del giro).che raggiungeremo tramite il sentiero 739 un po' pedalando ma con una ultima erta ripida a spinta. Ripreso fiato e ammirato il panorama dalla vetta appena conquistata potremo iniziare a scendere dapprima per parti aperti e quindi su sentiero fino al Pian del Freddo e quindi proseguire per la lunga dorsale del Navert fino quasi al passo della Sisa da cui si scenderà in val Bratica fino a Grammatica. Sebbene guadagnato l'asfalto il giro torna subito offroad su antiche strade ormai dimenticate fino a Sivizzo e poi di nuovo tra i castagni fino all'ultimo breve scollinamento che ci riporterà alla piscina di Corniglio.

AVVERTENZE COVID: I partecipanti sono tenuti a rispettare le prescrizioni di sicurezza e ad indossare i dispositivi di protezione come evidenziato nell'informativa allegata. Alla partenza dovrà essere consegnata l'allegata autocertificazione

Obbligatorio avere con sé mascherina e gel idroalcolico

Info: Piergiorgio Rivara
3355334854



Modalità di iscrizione

Club Alpino Italiano
Sezione di Parma
Viale Piacenza, 40
Tel. 0521.984901
www.caiparma.it
caiparma@hotmail.com

Iscrizione esclusivamente via mail a mtb@caiparma.it. I non soci devono lasciare Nome, Cognome, Data di Nascita e Cellulare. Pagamento il giorno dell'escursione al direttore di escursione.
Visto il numero ridotto di posti a disposizione daremo priorità ai soci CAI

Avvertenze

Leggere il regolamento delle escursioni e la scala delle difficoltà 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.