

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

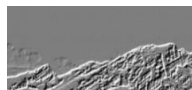
**Club Alpino Italiano**  
**Sezione di Parma**  
GRUPPO MOUNTAIN BIKE



## Tra Trento, trail e trincee 23EMTB10

Ai piedi della Paganella, Terlago e la valle dei Laghi

Direttori di escursione: **Matteo Balocchi, Elisa Zanichelli**



MOUNTAIN BIKE



PARMA



### Informazioni Organizzative

#### Data e ora ritrovo

Domenica 1 Ottobre, ore 6,15  
Parcheggio METRO via  
Mantova (largo Cacciari)  
**Orario partenza 6.30**  
**Viaggio con mezzi propri.**

#### Ritrovo in loco:

Terlago (TN) parcheggio Lago,  
via al Lago h. 9.00  
**Partenza escursione h.9.30**

Apertura iscriz.	<b>10.09.23</b>
Chiusura iscriz.	<b>28.09.23</b>
Posti disponibili	<b>15</b>

### Quote di iscrizione

<b>Soci CAI</b>	<b>€ 5,00</b>
<b>Non soci CAI</b>	<b>€ 15,00</b>

**La quota Comprende :**  
contributo alle spese della  
sezione e (per i non soci)  
assicurazione infortuni  
(polizza disponibile su  
www.cai.it)

### Equipaggiamento tecnico di base obbligatorio per tutti

MTB in condizioni efficienti  
(verificare il funzionamento  
di freni e pneumatici), casco  
(obbligatorio), antipioggia e  
antivento, acqua e barrette  
energetiche, kit di  
riparazione.

### Info

**Direttori di Escursione:**  
**Matteo Balocchi**  
338 2364135  
**Elisa Zanichelli**  
339 1538667  
e.zanichelli73@gmail.com

**Domenica 1 ottobre 2023**



### Descrizione Escursione

L'escursione che presentiamo offre tre aspetti interessanti. Il primo è l'ambiente in cui si svolge: pedaleremo all'ombra di foreste ad alto fusto ai piedi della Paganella, nel suo versante più selvaggio, ad un passo ma nascosti dalla val d'Adige. Non mancheranno la visita e la sosta ai meravigliosi laghi di Lamar.

Il secondo aspetto è quello legato ai sentieri che percorreremo: la zona di Terlago è un dedalo di divertenti sentieri e trails, ottimamente segnalati e mantenuti dalle associazioni locali.

L'ultimo aspetto è quello storico: nella seconda parte della gita infatti saliremo al Sorasass, montagna che sovrasta la città di Trento sulla quale, negli anni antecedenti la prima guerra mondiale, l'impero austro-ungarico aveva costruito una serie di postazioni difensive a guardia della città che prendevano il nome di "Fortezza Trento". Ci prenderemo il tempo per visitare le postazioni in caverna ed ammirare il panorama a picco sul capoluogo trentino.

I sentieri che percorreremo in discesa saranno di difficoltà **BC**, è quindi richiesta una adeguata capacità di guida.  
La gita è aperta alle e-bike.

**L'itinerario proposto è complesso nell'orientamento per la presenza di molti bivi. Sarà richiesto ai partecipanti il rispetto scrupoloso dei comportamenti di conduzione a gruppo unito.**

### Informazioni Tecniche

Difficoltà tecnica:

**MC/BC scala CAI** (vedi sotto)

Difficoltà fisica:

Dislivello: **m. 1300**

Distanza: **Km 30**

Il direttore di escursione si riserva la facoltà di variare il programma della gita anche in fase di svolgimento per garantire la massima sicurezza possibile per il gruppo.

### 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

### Modalità di iscrizione

Iscrizioni al link: <http://bit.ly/PaganellaMTB>  
Pagamento da saldare ai direttori di escursione il giorno dell'escursione.

**Si prega di preparare la cifra esatta.**

**E-bike ammesse**

Leggere il regolamento delle cicloescursioni su [www.caiparma.it](http://www.caiparma.it). Il cicloescursionismo è una attività intrinsecamente pericolosa, i partecipanti con l'iscrizione dichiarano di esserne consapevoli e di accettare il regolamento.