



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



Finale Ligure (22EMTB02)

Tra sentieri, borghi storici e discesa al tramonto

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

Direttori di escursione: Italo Belli, Cristian Parmigiani

14-15 Maggio 2022

Informazioni Organizzative

Data e ora Ritrovo

Sabato 14 Maggio 2022
Ore 06:30 bar Alba Pontetaro
Viaggio **Mezzi Propri**
Apertura iscriz. **18 04 22**
Chiusura iscriz. **11 05 22**

Quote di iscrizione

Iscrizione da effettuarsi al più presto. La quota definitiva verrà comunicata alla conferma degli alberghi, che potranno essere diversi

SOCI CAI € da 50 a 80
NON SOCI CAI € da 70 a 100

La quota Comprende :

spese organizzative,
assicurazione, pernottamento e
prima colazione

La quota NON Comprende :

Equipaggiamento Tecnico di base obbligatorio per tutti

MTB in condizioni efficienti (verificare il funzionamento di freni e pneumatici), casco (obbligatorio), antipioggia, antivento, acqua e barrette energetiche, kit di riparazione, mascherina chirurgica e guanti lattice, Gel idroalcolico, luce

INFO

Direttori di Escursione:

Italo Belli 333 2941386
italo.belli@libero.it
Cristian Parmigiani
340 7974298



Descrizione Escursione

Vivere a Finale senza andare in mtb è come vivere a Cortina senza sapere sciare!! Per cui come non pensare a Finale per organizzare una escursione MTB? Finale non è solo sentieri adatti alle bici, ma borghi storici, arrampicata sportiva, trekking e...un presepio nel bosco, panorami sul mare e biker da ogni parte del globo...

Sabato sarà una giornata impegnativa, su e giù per boschi e crinali fino all'Altopiano delle Manie, dove ci cimenteremo sul percorso della famosa 24h dai ST emozionanti e dai panorami mozzafiato. Resteremo sull'Altopiano per la cena e all'imbrunire (ricordate la luce davanti e dietro!!) scenderemo a Finale. La domenica ammireremo i borghi di Verezzi e ridiscenderemo a Finale per i famosi trail Bondi e X-Men.

Modalità di iscrizione

SOCI CAI € da 50 a 80
NON SOCI CAI € da 70 a 100

Comunicare l'iscrizione esclusivamente via email a mtb@caiparma.it cod. **Gita 22EMTB02**
ISCRIZIONE DA EFFETTUARSI AL PIU' PRESTO, IL VERSAMENTO DELLA QUOTA SARA' RICHiesto NON APPENA LE STRUTTURE CI DARANNO CONFERMA DEL PREZZO
PAGAMENTO SOLO CON BONIFICO
IBAN: **IT44D0623012781000036408533**
CAUSALE: **NOME COGNOME (22EMTB02)**

Informazioni Tecniche

Difficoltà Salita/Discesa

BC/BC

Ascesa sabato **1200 m D+**

Distanza **Km 40**

Tempo stimato **ore 6**

Ascesa domenica **700 m D+**

Distanza **Km 20**

Tempo stimato **ore 4**

Pranzo al sacco

Scorta d'acqua consigliata

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

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.