



Club Alpino Italiano
Sezione di Ascoli Piceno
Via Serafino Cellini, 10
63100 Ascoli Piceno (AP)
tel. 0736 45158



www.caiascoli.it - www.slowbikeap.it

SLOW BIKE 2011 - 9ª ESCURSIONE MTB **Intersezionale con sezione di Amandola (FM)** **Le meraviglie dei Monti Sibillini**

DATA ESCURSIONE: 19 Giugno 2011

ORA PARTENZA: ore 7,30 Porta Cartara

RITROVO: ore 7,20 Porta Cartara

IMPEGNO LUNGHEZZA COMPLESSIVA 28 km.

FISICO: DISLIVELLO COMPLESSIVO 700 m.

**DIFFICOLTA'
TECNICA:** MC/BC+ (vedi informazioni)

DURATA: 4,0 h circa

ACCOMPAGNATORI Domenico Vallesi

DI RIFERIMENTO M. Bollettini

CAI ASCOLI P.:

Premessa

Continuano le sempre belle esperienze di condivisione con le altre sezioni che si dedicano al cicloescursionismo. Stavolta, ci attenderanno i carissimi amici Franco Tossici e Stefano Papetti d Amandola, la cui competenza e cortesia sono una certezza assoluta; se poi aggiungiamo la cornice del Parco Nazionale dei Monti Sibillini e la scoperta di nuovi tracciati..beh, non resta che partire!!

Descrizione Itinerario

La descrizione sintetica dell'itinerario ci è stata fornita dagli amici di Amandola; per chi è meno allenato, c'è la possibilità di fare un percorso breve, di circa 12 km intorno alla cittadina, con un dislivello contenuto entro i 200m, previsto misto tra asfalto e strade bianche.

Per ulteriori informazioni e per effettuare prenotazioni potete rivolgervi presso la sede del CAI ogni mercoledì e venerdì dalle ore 19 alle 20, telefonare allo stesso orario allo 0736 45158 oppure consultare il ns. sito www.slowbikeap.it



Club Alpino Italiano
Sezione di Ascoli Piceno
Via Serafino Cellini, 10
63100 Ascoli Piceno (AP)
tel. 0736 45158



www.caiascoli.it - www.slowbikeap.it

Il percorso principale, partirà dallo Stradio Comunale di Amandola alle 8,30 e seguirà per Montefortino, Tinnea; da qui per la salita per Sossasso, poi Incino, fin verso Colle Regnone. La salita sarà poi su asfalto a sx verso Isola San Biagio, per poi proseguire su strada bianca e sterrata salendo fino al casale sotto i Guardiani della Sibilla 1.100 mt slm. Da qui inizierà la discesa costante su fuori strada con punti tecnici, ma sempre larghi, fino a Rubbiano; si attraverserà la frazione per poi prendere un altro tratto di sterrato con alcune parti più tecniche, su fondo roccioso e melmoso per alcuni brevi tratti. Si riprenderà, quindi, l'asfalto in discesa fino ad uscire all'incrocio con la strada per l'Ambro, si ripercorrerà in parte la strada di andata e poi, in loc San Giacomo, si attraverserà la Statale per un ultimo tratto sterrato in "saliscendi" fino a ritornare allo stadio punto di partenza.

Ci sarà la possibilità di usufruire di lavaggio bici e docce calde g.c. dal Comune di Amandola all'interno dello stadio

Al termine delle operazioni (ore 13,00/13,30) ritrovo al Ristorante/Pizzeria "La Rimessa" in Piazza Risorgimento di Amandola per uno "stuzzichino" composto da:

- Antipasto
- Tagliatelle ai funghi porcini
- Pennette al pomodoro
- Insalata mista
- Semifreddo
-
- Caffè
- Vino
- Acqua

Costo € 13,00

Prenotazione obbligatoria entro venerdì, contestuale all'iscrizione!!!

Per ulteriori informazioni e per effettuare prenotazioni potete rivolgervi presso la sede del CAI ogni mercoledì e venerdì dalle ore 19 alle 20, telefonare allo stesso orario allo 0736 45158 oppure consultare il ns. sito www.slowbikeap.it



Club Alpino Italiano
Sezione di Ascoli Piceno
Via Serafino Cellini, 10
63100 Ascoli Piceno (AP)
tel. 0736 45158



www.caiascoli.it - www.slowbikeap.it

INFORMAZIONI

Il costo d'iscrizione è di € 3,00 per i soci e di € 8,50 per i non soci CAI. La quota d'iscrizione per i non soci comprende l'assicurazione CAI relativa alla giornata interessata.

Per partecipare all'escursione in MTB è necessario compilare, in qualità di soci CAI, la domanda d'iscrizione al Gruppo Ciclo Escursionismo CAI "SLOW BIKE", ed occorre, sia per i soci che per i non soci, prendere conoscenza del Regolamento del Gruppo Ciclo Escursionismo e del Regolamento Escursioni. I documenti possono essere scaricati da www.slowbikeap.it o richiesti presso la sezione.

All'escursione organizzata, come per le altre iniziative escursionistiche sezionali, possono partecipare oltre ai soci CAI anche i non soci che effettueranno la domanda di partecipazione obbligatoria, da presentarsi in sede entro il venerdì precedente, termine tassativo oltre il quale non si potranno accettare prenotazioni.

La sede CAI di via Cellini è aperta il mercoledì e venerdì dalle 19,00 alle 20,00.

Le difficoltà MC/MC+ fanno riferimento alla "Scala delle difficoltà" espressa dalla Commissione Cicloescursionismo MTB del Convegno Ligure Piemontese Valdostano del Club Alpino Italiano. La doppia sigla MC / BC indica rispettivamente la difficoltà in salita ed in discesa.

MC: (per cicloescursionisti di media capacità tecnica) percorso su strade sterrate con fondo poco sconnesso o poco irregolare (tratturi, carrarecce...) o su sentieri con fondo compatto e scorrevole.

BC: (per cicloescursionisti di buona capacità tecnica): percorso su sterrate, mulattiere o sentieri dal fondo molto sconnesso ma scorrevole oppure compatto ma irregolare, con qualche ostacolo naturale (es: gradini di roccia o radici)

Raccomandiamo : di adottare un abbigliamento tecnico idoneo alle condizioni climatiche ed ambientali in cui ci si troverà, di portare con se sufficienti scorte d'acqua e

Per ulteriori informazioni e per effettuare prenotazioni potete rivolgervi presso la sede del CAI ogni mercoledì e venerdì dalle ore 19 alle 20, telefonare allo stesso orario allo 0736 45158 oppure consultare il ns. sito www.slowbikeap.it



Club Alpino Italiano
Sezione di Ascoli Piceno
Via Serafino Cellini, 10
63100 Ascoli Piceno (AP)
tel. 0736 45158



www.caiascoli.it - www.slowbikeap.it

qualche barretta energetica. Consigliamo l'utilizzo di guanti da mtb ed occhiali protettivi: è obbligatorio l'uso del casco da mtb che deve essere indossato correttamente per tutta la durata dell'escursione. E' indispensabile la preventiva messa a punto della bici.

Per qualsiasi chiarimento o richiesta di informazioni, potete scriverci su segreteria@slowbikeap.it, saremo lieti di rispondervi.



Per ulteriori informazioni e per effettuare prenotazioni potete rivolgervi presso la sede del CAI ogni mercoledì e venerdì dalle ore 19 alle 20, telefonare allo stesso orario allo 0736 45158 oppure consultare il ns. sito www.slowbikeap.it