



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 - 6ª ESCURSIONE MTB

Rocca Colonnalta - Eremo di Soffiano

Intersezionale col Gruppo WBike / CAI di Macerata

DATA ESCURSIONE: Domenica 22 Maggio 2011

ORA PARTENZA: ore 7.15 (auto propria)

RITROVO: ore 7.00 Ascoli Piceno, Porta Cartara

IMPEGNO LUNGHEZZA COMPLESSIVA 17 km.

FISICO: DISLIVELLO COMPLESSIVO 750 m.

DIFFICOLTA' TECNICA: BC/BC (con brevi tratti "OC"; vedi informazioni)

DURATA: 3 h circa (soste escluse)

ACCOMPAGNATORI: Domenico Vallesi
Nicola Santini

Presentazione

Questa volta saremo insieme agli amici maceratesi del gruppo WBike, del socio CAI Massimo Meloni, incontrati ed apprezzati anche in occasione del 3° Raduno Nazionale MTB-CAI tenutosi ad Ascoli lo scorso Ottobre. Affronteremo insieme un itinerario breve nel chilometraggio ma, considerando sia gli aspetti culturali/paesaggistici, che quelli tecnico/sportivi, tutt'altro che banale ed a tratti sorprendente.

Avremo occasione di godere della natura pressoché intatta di questo comprensorio ai piedi dei Monti Sibillini e di visitare due autentiche piccole perle: il castello di [Roccacolonnalta](#) e l'[Eremo di Soffiano](#). Varrà, in questo caso più del solito, il consiglio di portare con noi una fotocamera efficiente, in grado di accogliere le immagini dei moltissimi scorci che cattureranno gli sguardi e l'attenzione (occhio alle batterie dunque e allo spazio libero nelle schede di memoria!). Al termine dell'escursione, per chi vorrà, sarà possibile

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

pranzare insieme presso l'Agriturismo "il Jolly" (Loc. Case Rosse - Sarnano - tel. 0733/657571). La quota preventivata per il pranzo sarà di circa 20€; adesioni e versamento della quota medesima avverranno prima della partenza (in modo tale da avvisare tempestivamente la struttura).

Descrizione Itinerario

Ci raggrupperemo a Porta Cartara ed alle ore 7.15 si partirà, in tempo utile, alla volta di Sarnano (si raccomanda puntualità). Troveremo gli amici di WBike ad aspettarci già presso il parcheggio dei giardini pubblici (orario previsto 08.30). Insieme a loro proseguiremo per altri 3Km circa, sulla strada SP78, oltrepassando Sarnano in direzione Macerata; lasceremo le auto inforcando le bici nei pressi dell'azienda "Laminox" (prima del distributore di metano. Orario previsto: 09.00).

In sella abbandoneremo la SP78 nei pressi di Gabella Nuova (il senso di percorrenza è antiorario); da questo punto in poi, brevi raccordi asfaltati (comunque su viabilità secondaria e panoramica) si alterneranno a strade bianche e sentieri. Incontreremo zone circoscritte di difficoltà rilevante; come il ripido tratturo di circa 1Km che sale a Roccacolonnalta (contrassegnato dall'abetino sulla mappa) e la discesa molto tecnica da affrontarsi di ritorno dall'Eremo di Soffiano (contrassegnata dal piano inclinato con ciottoli).

La parte finale della salita all'eremo dovrà essere affrontata necessariamente a piedi, abbandonando temporaneamente le bici; anche per questa ragione ci divideremo quasi certamente in due gruppi, in modo da presidiare i mezzi meccanici e da non affollare in maniera inappropriata il luogo.

Lungo il percorso sarà possibile rifornirsi di acqua in due punti, entrambi dislocati nella seconda metà; sarà dunque importante non partire con le borracce completamente vuote (il servizio meteo prevede temperature intorno ai 25 °C max).

Torneremo al punto di partenza chiudendo l'anello; dopo aver percorso circa 17 Km.

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

Iscrizioni e indicazioni comportamentali

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

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

All'escursione in MTB, come per le altre iniziative escursionistiche sezionali, possono partecipare, oltre ai soci CAI, anche i non soci che effettuano la domanda di partecipazione che dovrà essere presentata in sezione entro il venerdì precedente l'escursione, termine tassativo oltre il quale non si potranno accettare prenotazioni.

La sede CAI di Ascoli Piceno si trova in via Cellini ed è aperta al pubblico il mercoledì ed il venerdì, dalle ore 19,00 alle ore 20,00.

La classificazione delle difficoltà fa riferimento alla Scala codificata dalla Commissione Cicloescursionismo MTB del Convegno Ligure-Piemontese-Valdostano del Club Alpino Italiano. I termini ai due lati della barra "/" indicano rispettivamente la difficoltà in salita e quella in discesa. Nel nostro caso:

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.

I tratti di categoria "OC", sia in salita che in discesa sono limitati a poche centinaia di metri e potranno essere agevolmente percorsi a piedi o secondo quanto indicato dagli accompagnatori.

Si raccomanda di indossare abbigliamento tecnico idoneo al tipo di attività ed all'ambiente in cui ci si troverà, di portare con se sufficienti scorte di acqua, qualche barretta energetica e la dotazione minima per ovviare a piccoli inconvenienti meccanici .

È obbligatorio l'uso del casco che va indossato e tenuto allacciato per tutta la durata dell'escursione. E' indispensabile, infine, una preventiva verifica e messa a punto della bici.

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

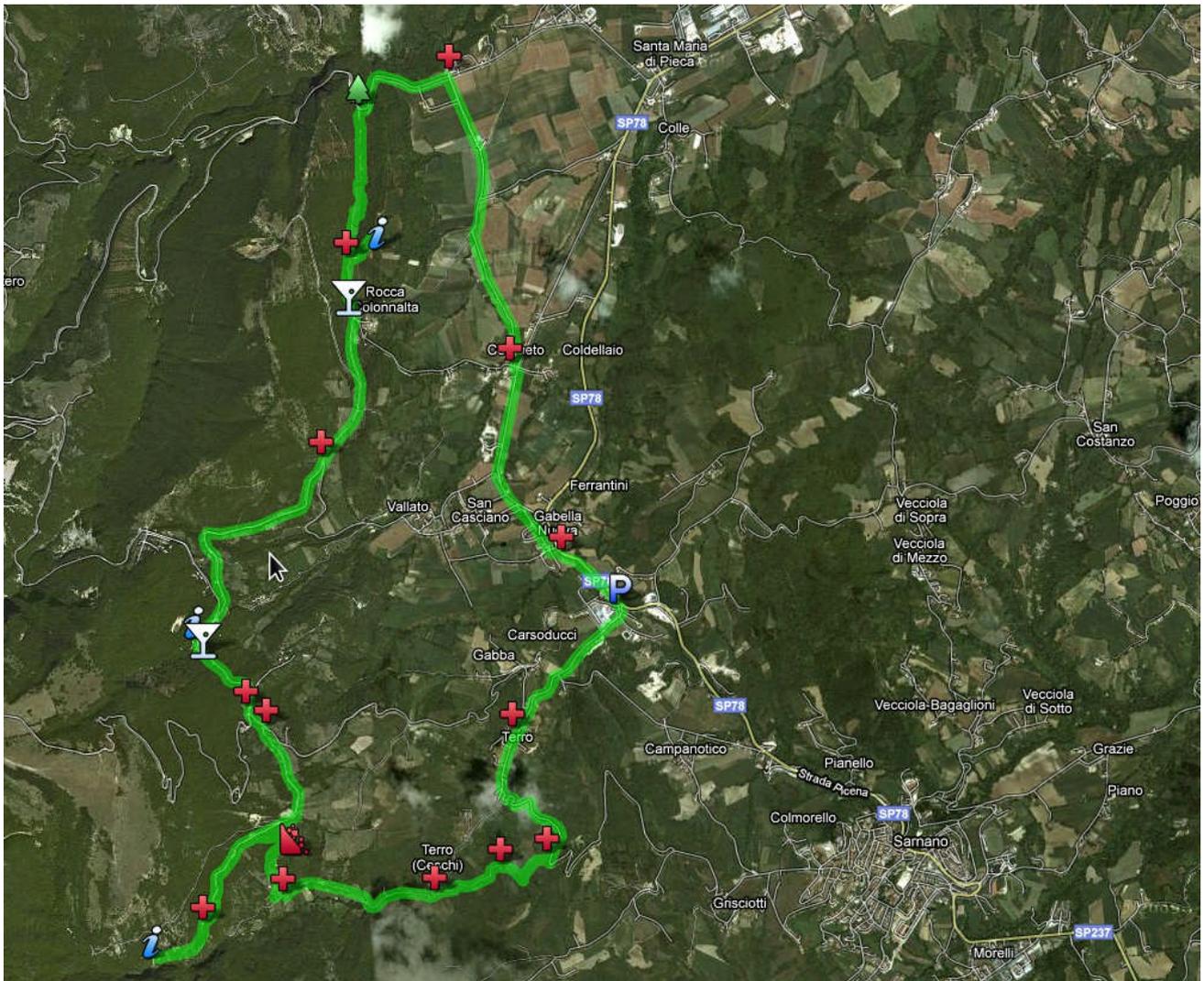


Club Alpino Italiano
Sezione di Ascoli Piceno
Via Serafino Cellini, 10
63100 Ascoli Piceno (AP)
tel. 0736 45158



www.caiascoli.it - www.slowbikeap.it

Mapa del percorso:



Profilo altimetrico del percorso:



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



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