



gruppo SlowBike slowbikeap.it
Club Alpino Italiano - sezione di Ascoli Piceno
Via Serafino Cellini, 10 - 63100 Ascoli Piceno (AP)
tel / fax. 0736 45158 - caiascoli.it



DATA: 5 luglio 2015 (domenica)		REGIONE: Marche
ESCURSIONE TC	ORGANIZZAZIONE: CAI Amandola (FM)	
	DENOMINAZIONE: Girovagare sui Monti Sibillini	
	IMPEGNO FISICO: lunghezza 30 km. / dislivello 800 m.	
	DIFFICOLTA' TECNICA: MC/MC+	Le difficoltà MC/MC si riferiscono alla "Scala delle difficoltà" espressa dal Gruppo di Lavoro Cicloescursionismo della CCE. La doppia sigla MC/MC indica rispettivamente la difficoltà in salita ed in discesa. 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. Il simbolo + indica brevi tratti più ripidi peraltro superabili bici in spalla (portage) o condotta a piedi.
	DIREZIONE: Referente CAI AP: D. Vallesi AE-C 3482620224	
ORARI	RITROVO CAI AP: ore 7.45 porta Cartara Ascoli Piceno	
	PARTENZA CAI AP: ore 8.00 con auto proprie	
	RITROVO SUL POSTO: ore 8.45 Amandola – P.zza Risorgimento	
	INIZIO ESCURSIONE: ore 9.00	
	DURATA: 5 ore circa (soste escluse)	

DESCRIZIONE SINTETICA:
Ritrovo in P.za Risorgimento di Amandola e partenza per l'escursione: si inizia in direzione Montefortino e dopo aver superato il cimitero di Amandola, si prosegue a dx per Garulla, Vidoni, Garulla Inf., Garulla Sup., fino a raggiungere il rifugio città di Amandola. Inizia ora la discesa su carrareccia verso Balzo Rosso, seguita da un breve tratto in salita ripida per poi percorrere un sentiero panoramico in falsopiano fino a Casalicchio, dove si svolta a sx per raggiungere l'attacco della seconda discesa. Si giunge quindi ad Abbadia San Salvatore e si affronta una leggera salita per poi iniziare una nuova discesa fino all'altezza della Chiesa di San Michele dove si prende a dx in salita su strada bianca carrozzabile in direzione Casa Coletta; si affronta ora l'ultimo tratto in discesa che ci porta al punto di partenza.

NOTE:
Si raccomanda di indossare abbigliamento tecnico idoneo al tipo di attività ed all'ambiente in cui ci si troverà e di avere con se sufficienti scorte di acqua e cibo (barrette, frutta secca, ecc. ovvero "viveri da corsa"). E' necessario portare nello zaino la dotazione minima per ovviare a piccoli inconvenienti meccanici (camera d'aria, pompa, chiave multi uso ecc). E' indispensabile la preventiva verifica meccanica e messa a punto della bici.

ISCRIZIONI:
Modalità e costi: soci CAI €3; non soci: promo 3 escursioni 2015 al costo CADAUNA di €8,50, per le successive il costo sarà di €12 per ogni singola iniziativa (quota comprensiva di assicurazione obbligatoria). I non soci che intendono partecipare con la sezione di Ascoli Piceno, devono obbligatoriamente recarsi in sede CAI in via Cellini il venerdì antecedente l'escursione, dalle 19 alle 20 e perfezionare l'iscrizione. Per i non soci di altre sezioni CAI, occorre provvedere secondo orari e modalità dalle rispettive sezioni stabiliti. Per partecipare alle iniziative SlowBike, occorre consultare il Regolamento Escursioni, disponibile in sede o su www.slowbikeap.it.

NB: È obbligatorio l'uso del casco che va indossato e tenuto allacciato per tutta la durata dell'escursione.

Per ulteriori informazioni e per effettuare prenotazioni potete rivolgervi alla sede 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



gruppo SlowBike slowbikeap.it
Club Alpino Italiano - sezione di Ascoli Piceno
Via Serafino Cellini, 10 - 63100 Ascoli Piceno (AP)
tel / fax. 0736 45158 - caiascoli.it



LUOGO
SIMBOLO:
AMANDOLA (FM)



Per ulteriori informazioni e per effettuare prenotazioni potete rivolgervi alla sede 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