



SPECIALE MTB SUI PERCORSI DELLA DIVINUS BIKE

Domenica 13 maggio

Spendido tracciato che ci porterà ad esplorare le tre valli che circondano Monteforte. Panorami mozzafiato che ripagano ampiamente la fatica fatta per conquistarli.

Si raccomanda di controllare la bici che sia in buono stato e di avere almeno una camera d'aria di scorta.

CASCO OBBLIGATORIO



Gli organizzatori

Guido Facipieri 348 2687893

Difficoltà: ▲▲▲▲

Percorso (44 km):

Percorso collinare con tratti di brevi saliscendi a rampe più lunghe, prevalentemente sterrato e abbastanza largo. Dal Monte Mirabello, quota 500 mt circa, godremo di una vista a 360° sulle 3 valli sottostanti, Val d'Alpone, Tramigna e Illasi

Note tecniche: Percorso impegnativo

Dislivello: 850 mt circa

Pranzo: Al sacco o in trattoria

Partenza: ore 8,30 Monteforte d'Alpone - piazza fronte Chiesa

Come arrivare:

Da Verona in autostrada uscita Soave della A4 e seguire le frecce per Monteforte

Da Verona per la SS11, alla rotonda del Casello di Soave seguire le indicazioni per Monteforte.

(Il parcheggio è dietro la Chiesa passata la strettoria)

Riservata ai soci

Via Spagna 6 - 37123 Verona
(Quartiere San Zeno - zona Orti di Spagna)
Telefono 045 8004443 - fax 045 8026803

E-mail sede@amicidellabicicletta.it

Sito web AdB Verona: www.amicidellabicicletta.it

Orari di apertura:

lunedì, mercoledì, venerdì e sabato dalle 16.00 alle 19.00
venerdì anche alla sera dalle 21.00 alle 23.00

LE SPECIALI MTB (MOUNTAIN BIKE) sono gite per gli appassionati del fuori strada, richiedono allenamento e specifica attrezzatura.

IL CASCO E' OBBLIGATORIO

La MTB deve essere in perfetta efficienza, assicurarsi di avere:

**pneumatici in buono stato
gomme gonfie
cambio funzionante
freni a posto
camera d'aria di scorta
attrezzi per le piccole riparazioni**

Gli AdB durante le gite possono darvi una mano in caso di foratura, non possono invece rimediare alle inevitabili conseguenze di una cattiva manutenzione del mezzo. Con la bicicletta in buono stato vi divertite voi e rispettate gli altri partecipanti evitando di far subire a loro i vostri contrattempi.

Ogni partecipante si informa preventivamente sul programma e sul tipo percorso (chilometri, dislivelli e difficoltà). Chi vuole partecipare deve valutare bene se è effettivamente in grado di partecipare e se la sua bicicletta è adeguata.

Siamo un'associazione, non un'agenzia turistica. Gli accompagnatori sono tutti volontari, non retribuiti e non qualificati, che fanno del loro meglio per organizzare le cicloescursioni. Desiderano anche loro divertirsi come gli altri. I partecipanti collaborano, osservano le regole e il programma, si arrangiano con la bici e, se possono, danno volentieri una mano a chi è in difficoltà. Accettano con un sorriso eventuali contrattempi!

Ciascuno è responsabile di se stesso. L'associazione non può assumersi responsabilità per eventuali incidenti, furti o danni a cose o persone che si verificassero prima, durante e dopo le gite. Le gite AdB si rivolgono a tutte le fasce di età, ma per problemi assicurativi e di responsabilità, i giovani minorenni possono partecipare solo se accompagnati da un adulto.

Tipologia Gite Mountain Bike

Le gite in mountain bike sono prevalentemente su sterrato salvo i trasferimenti su strade asfaltate



terreno facile, percorso entro i 20 km con dislivelli entro i 300 m



terreno facile e/o medio, percorso entro i 30 km e/o con 500 m di dislivello



terreno facile e/o medio possibili brevi tratti impegnativi, percorso entro i 50 km e/o fino a 900 m di dislivello



terreno medio e/o impegnativo, percorso entro i 50 km e/o fino a 900 m di dislivello con qualche tratto tecnico e/o pendenze significative



terreno prevalentemente impegnativo, percorso oltre i 50 km e/o 900 metri di dislivello con possibili difficoltà tecniche e/o pendenze significative

I prossimi appuntamenti Speciale MTB

Sabato 30 giugno

Pedalando sotto le stelle

Elisa Manfrin e Raffaello Coltri

Sabato 21 luglio

Altopiano di Asiago in MTB

Santino Bonetti – AdB Caprino

Sabato e domenica 6 – 7 ottobre

Autunno sui sentieri di confine: tra colori ed emozioni

Roberta De Bortoli

Domenica 14 ottobre

Sulle colline della Valpolicella occidentale

Sandro Troiani