FIAB • Amici della Bicicletta VERONA

SPECIALE MTB

ESORDIO IN MTB

Una giornata sui sentieri tra le Torricelle, Avesa, Quinzano e Montecchio

Domenica 11 marzo

Percorso molto panoramico tra i boschi e sulle colline intorno a Verona, un classico per gli appassionati della MTB.

Il tracciato presenta varie difficoltà tecniche, alcune salite su sterrato roccioso e discese insidiose.

L'uscita è adatta anche ai non esperti che vogliono provare l'ebbrezza della MTB. Ci sarà tutto il tempo durante l'uscita di sperimentare insieme come si affrontano le salite e le discese con i nostri potenti mezzi.

Dislivello 500 metri circa

CASCO OBBLIGATORIO

Difficoltà: ▲▲

Percorso (30 km):
Partiremo alle 9 dalla sede in via Spagna, affideremo fiduciosi il nostro pranzo al sacco al socio volenteroso e affronteremo le Torricelle passando da via Marsala e San Mattia fino al "canon".
Pedaleremo lungo la dorsale per Montecchio dove in un grande prato faremo la pausa pranzo. Proseguiremo verso Quinzano restando sempre in quota fino ad arrivare al Monte Crocetta sopra Avesa. Da lì affronteremo la discesa con molta cautela.
Pedalando, spingerendo o arrancando arriveremo alla Fontana del Leon.
Tutto con la massima tranquillità ed allegria.
Rientro previsto a metà pomeriggio

Pranzo:
Il pranzo è al sacco con trasporto fino al luogo di ristoro a cura di un socio volenteroso. Si accettano leccornie di qualsiasi tipo per una lunga e gustosa pausa pranzo

Partenza: ore 9 dalla sede - via Spagna 6 Verona

Aperta a tutti

Gli organizzatori

Leonardo Lunardi 3494045177
Roberta De Bortoli robertadebortoli@tiscali.it

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 24 Maggio
MTB Orienteering Orientarsi nei fuori strada, tra boschi e filari di vigne... C'è chi lo fa per sport!
Roberta De Bortoli con la collaborazione di Orient-Express

Domenica 15 aprile
Santa Viola: alle porte della Lessinia
Giancarlo Reggiani

Domenica 13 maggio
Sul Tracciato della Divinus Bike - Tra Val d'Alpone e Val Tramigna nelle terre del Soave
Guido Facipieri e Corrado Olivieri – AdB San Bonifacio

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