



FIAB • Amici della Bicicletta
per una città possibile - onlus

SPECIALE MTB **Paesi di pietra ai confini della Valpolicella**

10 maggio 2008

PERCORSO CORTO

Note : itinerario semplice, che si svolge in un piacevole ambiente poco toccato dal turismo di massa, fra affascinanti contrade, edificate con le tipiche lastre di pietra, fra bei prati e boschi di latifoglie; lo sguardo può spaziare fra ampi panorami verso il Corno d'Aquilio, la Val d'Adige ed il Monte Baldo.

Note tecniche : itinerario breve e poco faticoso, adatto all'inizio di stagione, su fondo quasi completamente ciclabile

CASCO OBBLIGATORIO

MARCO PACINI cell 340 333 18 27

ROBERTA DE BORTOLI
robertadebortoli@tiscali.it

Amici della Bicicletta di Verona

Via Spagna 6 - 37123 Verona
(Quartiere San Zeno - zona Orti di Spagna)
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

Difficoltà: ▲▲

Percorso Lungo 27+14+4+28= 73 km 5:30/6 ore
dislivello 1.000 m
Corto 16 km 2:30/3 ore disliv 500 m

LUNGO ROBERTA + chi ha fiato:
partenza da Porta Palio alle 8:30, si pedala per le solite strade fino a S.Pietro in Cariano, a Fumane e poi su per la valle dei molini fino a Molina (590 m), 27 km; ricongiungimento con gli altri ed inizio del giro CORTO fino a Breonio (835 m), 14 km; separazione del gruppo (alcuni dovranno andare a prendere la macchina a Molina) e strada asfaltata fino a Ca' Busella (800 m) 4 km; pranzo e ritorno a Verona 28 km.

CORTO MARCO + gli altri:
partenza da porta Palio alle 9:45 con trasferimento in macchina fino a Molina (590 m); poi in sella per la carrozzabile fino a Gorgusello (766 m) e per la carrareccia ed i sentieri fino a G. Giovanni in Loffa (1055 m); discesa per Semalo e Paradiso fino a Breonio (835 m) 14 km; chi vuole/deve scende a Molina per prendere le macchine, gli altri in bici a Ca' Busella (800 m)

Pranzo: in un rustico con semplice, genuina e buona cucina veronese

Quota di iscrizione: 20,00 Euro pranzo compreso

Iscrizioni in sede dal giorno 28 aprile al 7 maggio

Riservata ai soci

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 17 Maggio - ▲▲▲▲▲
MTB nelle terre dell'Est
Guido Facipieri e Corrado Olivieri

Domenica 15 Giugno - ▲▲▲▲▲
MTB in alta Lessinia
Stefano Cailotto ed Emanuela Pirlo

Sabato 21 Giugno - ▲▲
La fame vien pedalando e noi finiam mangiando
Elisa Manfrin e Lorenzo Rossi

Domenica 6 Luglio - ▲▲▲▲▲
Monte Baldo sud
Massimo De Bortoli e Antonio Battellini

Domenica 5 Ottobre - ▲▲▲▲▲
Il Percorso del Pellegrino
Stefano Cailotto ed Emanuela Pirlo

Domenica 12 Ottobre - ▲▲▲▲▲
MonteSole - Bicipiù - Verona
Roberta De Bortoli

14-15-16 Novembre - ▲▲▲▲
I dolci colli Asolani
Guido Dosso e Roberta De Bortoli