



CLUB ALPINO ITALIANO

Sezione di Rovigo



Iscrizioni in sede: mercoledì 18:30/19:30 – venerdì 21:30/22:30

Gruppo “CAI Bike Rovigo”

Val di Non Bike, Cavareno TN

Escursione in MTB

Sabato 25 Luglio 2020

La val di Non ci offre un circuito da MTB dedicato a tutti, professionisti perché annualmente si corre la gara ed escursionisti per i panorami da mozzafiato e gli sterrati tra campagne e montagne. **APPUNTAMENTO PER IL BRIEFING IL 22 LUGLIO ORE 20.45. NUMERO MASSIMO DI PARTECIPANTI 10 + 2 ACCOMPAGNATORI.**

I partecipanti dovranno compilare la seguente AUTOCERTIFICAZIONE riguardante i protocolli Covid da consegnare alla partenza.



Si parte da Cavareno presso il Centro Sportivo Altanaunia Tennis Halle, si arriva a Ruffrè per salire al Passo della Mendola e dopo qualche tratto impegnativo alla malga Romeno a 1773mt, Si procede verso l'abitato di Don attraverso malghe e pascoli, altri 10km alternati a discese, strappi e pianura si arriva alla pineta di Cavareno. **ORARIO DI RITROVO A CAVARENO ORE 08.45.**



BC/BC



4h soste escluse



<https://www.mtbcult.it/news/valdinonbike-2019-percorso-inedito/>



Dislivello: +1.450mt
Distanza: 45Km



Abbigliamento consigliato: da bici consono alla stagione, casco obbligatorio, scarpe idonee alla bici. GPS con traccia facoltativo.



Ritrovo ore **05.50** parcheggio adiacente a piazzale Cervi c/o ex INPDAP (accesso viale della pace), Rovigo.
Partenza puntuale ore **6.00**
Arrivo località Cavareno (TN)



Soci 3€
Non soci: 11,50€



Carotta E.3281391895
Sattin G.3478666802
Ceretta M.3497639415



Iscrizioni entro mercoledì 22 Luglio 2020 in sede CAI Rovigo E-mail: info@cairovigo.it o con la Chat del Cai Bike

PERCORSO STRADALE

Con mezzi propri. Ci si accorda preventivamente attraverso la chat del gruppo CAI BIKE per formare gli equipaggi completi di MTB. I percorsi stradali sono due, tramite la Valsugana con 3h10 e 221km o tramite la A22 uscita Rovereto TN 2h50 e 233km, a scelta dei singoli equipaggi. Centro Sportivo Altanaunia Via Roen 24 Cavareno TN

DESCRIZIONE

Relativamente al percorso, occorre essere sempre in buona forma fisica, gamba buona e fiato pure per affrontare gli scambi pianura-salite e discese. Non ci sono particolari difficoltà tecniche né single track. Speriamo ci sia una malga aperta delle tante per pistopparci prima di fiondarci al tanto sospirato traguardo.

APPROFONDIMENTI

<https://www.mtbcult.it/news/valdinonbike-2019-percorso-inedito>

AVVERTENZE PER LE ESCURSIONI SOCIALI:

La pratica della montagna comporta dei rischi ineliminabili, chi decide di intraprendere un'escursione deve essere consapevole di esporsi, seppur in modo minimo, ad una percentuale di rischio. Ogni partecipante deve essere responsabilmente consapevole che le personali capacità psicofisiche devono essere adeguate all'impegno richiesto per l'attività sociale a cui intende partecipare. I Referenti dell'escursione possono in ogni momento, per la sicurezza e l'incolumità del gruppo, in considerazione delle condizioni atmosferiche, delle capacità tecniche dei partecipanti o di valutazioni locali sulle condizioni del percorso:

- a) Adeguare o modificare il percorso programmato o, eventualmente disporre la rinuncia;
- b) Escludere dalla partecipazione all'escursione quanti non ritenuti idonei, per capacità o carenze di equipaggiamento.

I partecipanti hanno il dovere di tenere una condotta diligente e collaborativa attenendosi alle disposizioni dei Referenti e del Regolamento di partecipazione all'attività escursionistica sociale. In caso di inosservanza saranno, di fatto, esclusi dall'attività sociale con conseguente esonero di responsabilità degli Accompagnatori e della Sezione CAI di Rovigo.

I minori devono essere accompagnati da un adulto che ne abbia la responsabilità. Il Regolamento sezionale delle escursioni è consultabile alla pagina Escursionismo del sito www.cairovigo.it