

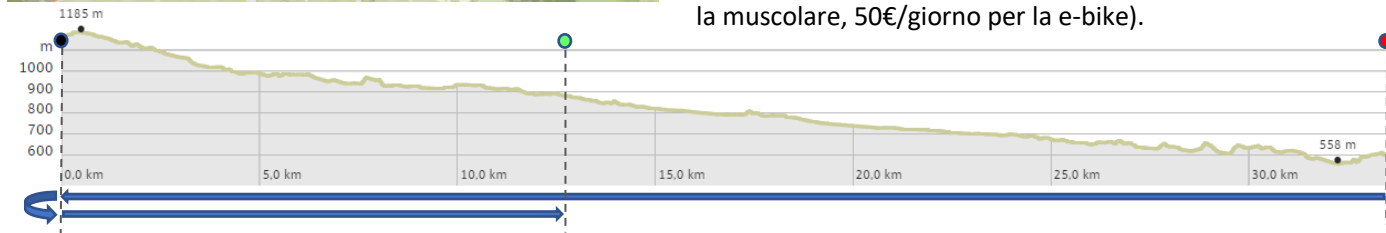
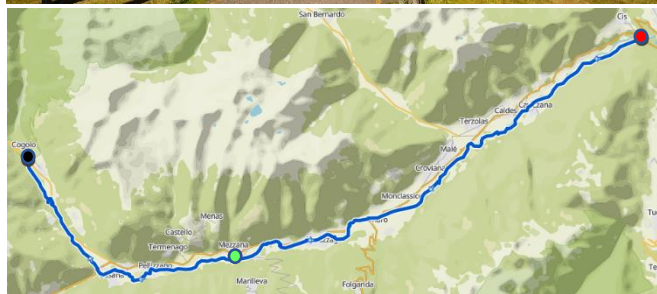


Sezione di Crema



Ciclabile della Val di Sole Mostizzolo – Cogolo - Mezzana (Tn) 06.05.2023

Tipo gita	Disl. Tot. mt	Salita ore	Discesa ore	Difficoltà
Cicloescursionismo	800	4,5	1	TC (percorso misto ciclabile)
Quota Max	Percorso km	Durata gg	Abbigliamento	Viaggio
1185	46	1	Da ciclo escursione adeguato alla stagione, guanti e occhiali protettivi, antivento/pioggia	Auto propria



Ritrovo a Crema, Piazzale Croce Rossa, il 06.05.23 alle ore **5:45** e partenza alle 6:00. Durata del viaggio 3h circa per 230 km (lo stesso per il ritorno, traffico permettendo).

Lasciamo le auto a Mostizzolo e percorreremo la ciclabile della Val di Sole pedalando nel verde con il torrente Noce sempre al nostro fianco.

Il percorso si svolge interamente su sede dedicata a parte alcuni attraversamenti della statale durante i quali si presterà la massima attenzione al traffico locale.

Il percorso è prevalentemente in salita con saltuari saliscendi e tratto più impervio finale. Giunti a Cogolo (termine ciclabile) ritorneremo a Mezzana; da lì, il rientro alle macchine si svolgerà con l'ausilio di mezzi pubblici locali (trenino da Mezzana a Mostizzolo).

L'escursione durerà circa 5,5h escluse le soste.

Si consiglia il noleggio biciclette in loco (circa 26€/giorno per la muscolare, 50€/giorno per la e-bike).

Le iscrizioni si ricevono esclusivamente in sede entro il 28 Aprile 2023

Coordinatori logistici: Giorgio Portesani e Riccardo Maria Seresini

Responsabili regole Covid: Giorgio Portesani e Riccardo Maria Seresini

Disposizioni anti-Covid secondo norme vigenti



Sezione di Crema



SCHEDA TECNICA

Sarà richiesta la massima attenzione:

- agli attraversamenti in superficie di strade caratterizzate da intenso traffico di mezzi a motore. Il gruppo ripartirà dopo che l'ultimo partecipante ha attraversato la strada;
- nei tratti più scorrevoli mantenendo un'adeguata distanza da chi ci precede;
- non ostacolare la marcia di altri fruitori del percorso, soprattutto se a piedi.

Attrezzatura

- **MTB / Gravel / CityBike in ottimo stato.**
- **Obbligatori: casco (indossato ed allacciato durante tutta l'attività), camera d'aria di scorta, luci anteriore e posteriore, campanello.**
- Consigliati: Kit primo soccorso, kit manutenzione bici e antiforatura.

SCHEDA INFORMATIVA

I partecipanti dopo aver preso visione del programma gita, e dopo essersi resi conto delle eventuali difficoltà del percorso, delle eventuali difficoltà tecniche e pericoli oggettivi (evidenziati in questa informativa), sono obbligati ad esprimersi favorevolmente o negativamente sulla propria autonomia di partecipazione.

I partecipanti dichiarano altresì di assumersi liberamente il rischio sportivo connesso, prendono atto che l'organizzazione da parte della sezione e dei suoi coordinatori di gita volontari è annessa agli aspetti puramente logistici, non prevede l'insorgere di alcun rapporto di accompagnamento, inoltre sono tenuti a presentarsi con 15' di anticipo sul luogo della partenza.

Pertanto la partecipazione all'escursione richiede di avere capacità personali commisurate alle caratteristiche e difficoltà del percorso, essere dotati di idoneo equipaggiamento, godere di buona salute e attenersi alle disposizioni del coordinatore logistico.

Ciascuno deve contare sulle proprie capacità fisiche e tecniche non essendo prevista la presenza di accompagnatori (AE-C) e quindi di nessun tipo di affidamento.

I coordinatori logistici curano e sovrintendono solo gli aspetti organizzativi dell'escursione.

La gita può essere variata in toto o in parte ad insindacabile giudizio del coordinatore di gita. Il coordinatore di gita ha facoltà di escludere dalla gita i partecipanti che si presentassero privi della necessaria attrezzatura riportata nella presente informativa.

Non sono ammessi alla gita coloro i quali non siano regolarmente iscritti in sede.

Tutti coloro che intendono partecipare ad una gita sociale (escluso programma: Alpinismo giovanile e Sci alpino) devono iscriversi entro e non oltre: **il venerdì precedente all'uscita. Non si accettano prenotazioni telefoniche.**

Il costo dell'iscrizione per l'assicurazione è fissato per i non soci in Euro 11,55 per le gite di un giorno.

L'iscrizione (per soci e non soci) è subordinata al versamento della caparra per il noleggio delle biciclette.

L'iscrizione alla gita comprende la copertura assicurativa in caso di morte o invalidità permanente e copre i costi del Soccorso Alpino.