



Club Alpino Italiano

Parco Naturale Regionale dell'Aveto

Comune di Borzonasca

C.C.E. - Gruppo
CICLOESCURSIONISMO
MTB

18-19 ottobre 2008
1° raduno nazionale C.A.I.
di cicloescursionismo
in mountain bike

Parco dell'Aveto
Borzonasca (GE)

[Programma](#), [Come arrivare](#), [Iscrizioni](#), [Logistica](#), [Escursione](#), [Contatti](#)

Si prega di consultare periodicamente la pagina per eventuali integrazioni e correzioni

Il Gruppo Cicloescursionismo, organo consultivo della CCE, con la collaborazione della Commissione Interregionale LPV per il Cicloescursionismo in mountain bike e l'Ente Parco dell'Aveto, organizza il primo raduno nazionale CAI di cicloescursionismo

PRESENTAZIONE

Il Cicloescursionismo non è attività "nuova": già una ventina di anni fa alcune Sezioni CAI hanno aperto le porte a questa disciplina, cui se ne sono aggiunte nel tempo molte altre in tutta Italia: nel 2008 si contano circa 140 Sezioni che in varia forma propongono escursioni di cicloescursionismo nei loro programmi ufficiali. Tra le Sezioni dell'area Ligure-Piemontese-Valdostana il fenomeno ha assunto livelli numerici e di consapevolezza tali che, soprattutto dal 2000, si è fatta pressante la richiesta di ufficializzazione e riconoscimento dell'attività in ambito CAI. Gli stimoli e le proposte di un gruppo di lavoro apposito, che ha dato voce alle Sezioni "praticanti" l'attività, hanno portato all'approvazione da parte dei Delegati LPV della costituzione della Commissione interregionale per il cicloescursionismo in mountain bike. Anche a livello centrale si è presa coscienza della realtà mountain bike ed è stato costituito in seno alla CCE (Commissione Centrale Escursionismo) il Gruppo Cicloescursionismo, con rappresentanti di 8 diverse regioni, con il compito di definire ed approfondire gli aspetti principali della tematica, soprattutto in merito all'inserimento della mtb all'interno della storia e della cultura CAI, per una pratica della mtb non invasiva, ambientalmente ecocompatibile, rispettosa delle altre frequentazioni. Il raduno nazionale non è solo un'opportunità di incontro tra le sezioni praticanti, per uno scambio di esperienze; è soprattutto uno strumento per dimostrare ai soci appassionati di mountain bike che il CAI è attento alla disciplina, che di quei soci è in grado di recepirne le istanze e di inserirle all'interno del proprio modo di intendere la montagna. Un'ottima occasione per il CAI per divulgare la propria posizione sull'uso della mtb: una posizione che si differenzia da impostazioni di tipo tecnicistico, esclusivamente agonistiche, non consapevoli delle delicate dinamiche complessive del mondo delle montagne; per dimostrare che il Club Alpino Italiano non ignora l'argomento e non rinuncia alle proprie prerogative e competenze in campo escursionistico, indipendentemente dallo strumento impiegato. Il programma, articolato su due giorni, prevede nel pomeriggio di sabato un convegno e una tavola rotonda:

"LA MONTAGNA IN PUNTA DI PEDALI", il Cicloescursionismo come attività del Club Alpino Italiano

mentre la domenica è interamente dedicata ad una ciclo-escursione nel Parco dell'Aveto, guidata dagli AC/LPV (Accompagnatori di Cicloescursionismo).

PROGRAMMA

Sabato 18 ottobre

convegno

"La montagna in punta di pedali: il cicloescursionismo come attività del Club Alpino Italiano"

ore 14,30: ritrovo presso il Teatro comunale di Borzonasca (GE) e inizio lavori saluti dei responsabili CAI, del Sindaco di Borzonasca Ivo Pattaro e del Presidente del Parco dell'Aveto Giuseppino Maschio

relazioni:

Marco Lavezzo - Chieri (TO)

"La montagna in punta di pedali: il cicloescursionismo come attività del Club Alpino Italiano"

Roberto Bergese - Moncalieri (To)

"Ambiente montano e mtb: quale equilibrio possibile?"

Gianluca del Conte - Chieti

"C.A.I. e mtb: come la periferia ha vinto la volata sul centro"

Paolo Cresta - Direttore Parco dell'Aveto

"Cicloescursionismo montano: una risorsa per il Parco"



Interventi a sorpresa di **Alessandro Ricci** con "Borracce di poesia"

ore 16.30: pausa caffè

ore 17.00: Tavola rotonda dedicata allo scambio di esperienze delle sezioni C.A.I. partecipanti- Moderatore **Nanni Villani**

ore 18.30: proiezione video a cura della Commissione LPV cicloescursionismo in mtb

ore 19.30: cena presso locale convenzionato

Modulo di adesione al convegno [.doc](#) [.pdf](#)

Domenica 19 ottobre

ore 9.30: ritrovo per escursione in mtb in località Lago di Giacopiane (1020 m slm)

NEWS - Itinerario ad anello con rientro nel pomeriggio: lunghezza indicativa: **32 km**; dislivello **900 m circa**; diff. MC/MC

Il percorso prevede un tratto di circa **2 km di falsopiano tecnico (difficoltà OC)** con tratti non ciclabili. Possibilità di evitarli su percorso alternativo di strada sterrata. Lungo il percorso verrà offerta da parte del Parco una merenda a base di prodotti locali in una tipica malga appenninica.

Traccia percorso per GPS formato .gdb

Il Parco dell'Aveto organizza, in concomitanza con l'escursione in mtb, una **camminata** per i partecipanti senza bici, condotta dalle **Guide del Parco**.

COME ARRIVARE

Per chi arriva in autostrada, uscire dalla A12 (Genova/Livorno) al casello di Lavagna. Prendere a destra per Carasco, poi seguire la S.P. 586 per Borzonasca (15 km circa dal casello). In paese seguire le indicazioni per l'area parcheggio.

Per chi arriva con treno+bici, scendere alla stazione di Lavagna e seguire le indicazioni per Carasco, quindi Borzonasca.

ISCRIZIONI

Modulo iscrizione gruppi [.doc](#) [.pdf](#)

Modulo iscrizione singolo [.doc](#) [.pdf](#)

Autorizzazione per minori [.doc](#) [.pdf](#)

Il modulo di iscrizione per gruppi deve essere utilizzato dalle Sezioni CAI, Società, Club o gruppi organizzati, con un minimo di due partecipanti. Il singolo partecipante anche se iscritto al CAI o ad altra società/club/gruppo, deve utilizzare il modulo di iscrizione per singolo partecipante.

Il modulo di iscrizione debitamente compilato deve essere trasmesso entro e non oltre le ore 10 di venerdì 17 ottobre all'indirizzo info@mtbc.ai. Successivamente telefonare al numero 3474021590 comunicando sezione e numero dei partecipanti o nominativo del singolo.

Ulteriore copia del modulo deve essere consegnata, con eventuali correzioni, al banco di registrazione dei partecipanti **dalle ore 8,45 alle ore 9,45** posto nel luogo di partenza della escursione con le relative/a quote/a di partecipazione.

In caso di gruppi alla registrazione si deve presentare solo il referente del gruppo.

Quota di partecipazione: 5,00 euro.

I minori, per la partecipazione all'escursione, oltre alla iscrizione devono presentare il modulo "Autorizzazione per i minori di 18 anni", compilato e firmato da un genitore, oltre a indicare in nominativo di chi accompagnerà in minore durante tutta la gita.

Grazie per la gentile collaborazione.

INFORMAZIONI LOGISTICHE

CENA SABATO 18 AL TERMINE DEL CONVEGNO

Chi volesse partecipare alle cena con menu tipico presso il ristorante "Zia Maria" in località Levaggi di Borzonasca, deve prenotarsi entro e non oltre mercoledì 15 ottobre tramite email a info@mtbc.ai.

Il prezzo concordato per la cena è di 23 euro, tutto compreso. **LA PRENOTAZIONE È OBBLIGATORIA**

Viste le limitate possibilità di parcheggio nella zona verrà organizzata una compattazione dei partecipanti sulle auto al termine del convegno.

Per raggiungere il ristorante da Borzonasca tornare indietro sulla provinciale in direzione di Carasco fino al bivio a destra per Levaggi.

Possibilità di pernottamento presso:

Rifugio "A.Devoto" - Loc. P.so del Bocco (Mezzanego), 17 km da Borzonasca.

Tel. 0185 342065 - www.rifugiodelbocco.it

Posti letto: 44

Tariffe convenzionata per il raduno (al raggiungimento di 40 persone)

B&B: 18 euro con sacco lenzuolo personale; 20,50 euro con sacco lenzuolo fornito

Prezzi: B&B € 25,00 - 1/2 pensione € 38,00 - pensione completa € 55,00

Ostello Belpiano - Loc. Belpiano (Borzonasca)

Tel. 0185 340591 / 340025 / 393 8948485

2 ostelli per un totale di 86 posti letto

Prezzi: Pensione completa: € 30,00 - Mezza pensione: € 22,00 - Pernotto/autogestione: € 12,00

+ € 4,00 al m cubo per il riscaldamento

Affittacamere "La Quiete" - Borzonasca

Tel. 0185 350058 / 347 8293744

Posti letto: 6

Prezzi: € 25,00 a notte a persona - Cucina disponibile per uso cliente

Locanda "La Taverna del Nonno" - Loc. Vallepiana (Borzonasca)

Tel. 0185 342567 / 342600

Posti letto: 2 camere

Prezzi: B&B € 20,00 a persona - Mezza pensione € 32,00 - Pensione completa € 44,00; sempre escluse bevande

B&B "Shantihouse" - Loc. Zanoni Alto (Borzonasca)

Tel. 0185 342671 - 328 3816434 - 320 4317564

Prezzi: € 15,00 a persona a notte con uso cucina

Affittacamere "Cà de Roccu" - Loc. Levaggi

Tel. 0185/340739 - 348 3720285

L'ESCURSIONE - Domenica 19

Dal Lago di Giacopiane attraversiamo la diga immettendoci a destra sul sentiero dell'acquedotto (1030 m, segnavia: rombo rosso). Dopo un breve tratto di sentiero pianeggiante si attraversa un rio e si risale su una sterrata sconessa raggiungendo, in prosimità di Malga Perlezz, la sterrata principale.

Guadagnati circa 200 m di quota, a un grande tornante si svolta a destra (1350 m circa) attraversando, sempre su ampia sterrata, in una bella faggeta (due tornanti in discesa) e immettendosi quindi sulla sterrata del M. Aiona. Seguiamo ancora in salita quest'ultima strada, transitiamo davanti allo spettacolare affioramento roccioso della Pietra Borghese e raggiungiamo la zona del Rif. M. Aiona (1500 m).

Poco prima del rifugio una sterrata di recente ricostruzione stacca verso sinistra e in breve raggiunge il Passo della Spingarda (1551 m), dove chi vuole può fare pausa.

Per un breve anello tecnico, dal passo imbocchiamo l'Alta Via dei Monti Liguri verso destra, prima nella foresta poi su terreno aperto, superando un tratto non ciclabile (grossi massi nel prato) fino al Passo del Cantomoro (1622 m). Una divertente discesa nel bosco, parte su sentiero parte su terreno libero, raggiunge in pochi minuti (bello scorcio sul M. Penna) il Passo dell'Incisa (1466 m) da cui scendiamo ancora pochi metri fino a una strada forestale, chiusa da una sbarra, sulla nostra sinistra. La strada attraversa una magnifica abetaia e, con andamento pianeggiante, raggiunge un panoramico ponte in pietra (loc. Re di Coppe, 1379 m).

Poche centinaia di metri oltre si individua a sinistra la larga mulattiera che, con percorso ciclabile ma pendenza sostenuta, rimonta fino al Passo della Spingarda.

Il rientro avviene per la via dell'andata, fino al ristoro di Malga Perlezz.

In caso di condizioni meteorologiche non idonee la gita verrà effettuata su un percorso in Val Graveglia.

GITA IN MTB SABATO MATTINA

La Sezione di Chiavari organizza per il sabato mattina il [Giro del Capenardo](#). Per informazioni e iscrizioni: mtb@caichiavari.it

CONTATTI

Informazioni: info@mtbcai.it

