



**Club Alpino Italiano
Sezione "Ligure" Genova
Gruppo Ciclo escursionismo**

**16121- Genova, Galleria Mazzini, 7/3-
Tel. +39 010592122**



Gita Sociale Sezionale

Sabato 6 novembre 2021

Foliage nella Foresta di Rezzo (IM)

Parco Naturale delle Alpi Liguri



Ritrovo e partenza: ore 09.00, parcheggio pubblico presso la Frazione di Muzio del Comune di Pieve di Teco (IM).

<https://goo.gl/maps/g56UpfHCvQa1rUkZA>

Lunghezza (km): 41 km circa (di cui solo 15 km circa di asfalto)

Dislivello salita totale (m): 1.000 circa

Difficoltà: MC/MC con qualche tratto BC (impegno fisico medio-alto)

Ciclabilità: 100%

Tempi di percorrenza: 6 ore circa

Numero massimo partecipanti: 20+2 Accompagnatori

DdG: ASC Rita Safiullina (tel. 3391965820

mail rita.ufa11@gmail.com)

ASC Lorenzo Ghiggini (tel. 3487913475

mail L.Ghiggini@softjam.it)

Introduzione e note tecniche: Il bosco di Rezzo è molto conosciuto grazie alla sua estensione e alla maestosità degli alberi che lo compongono, principalmente fagete, conifere e castagni. Situato tra i 900 e 1400 metri di altitudine, si trova all'interno del Parco Naturale delle Alpi Liguri ed in questo periodo si può ammirare in un tripudio di colori.

Si raggiunge la frazione Lavina e ci si addentra nella foresta percorrendo una strada forestale che nella prima parte costeggia il torrente la Giara, tra laghetti e ponti di pietra costruiti per la maggior parte tra il XV ed il XVII secolo.

Il nostro giro passerà anche su un tratto della Via Marenca, millenario percorso di comunicazione tra le coste liguri e le valli del Monregalese, per lo spostamento di persone e merci.

Quasi alla fine del giro incontreremo il Santuario della Madonna Bambina, da dove un single-track ci condurrà sino al comune di Rezzo (IM) per un eventuale breve ristoro e poi rientro alle macchine con un altro divertente single-track.

Occorre:

- Tessera C.A.I. con bollino in corso di validità
- MTB in perfette condizioni, kit manutenzione, due camere d'aria di riserva
- Casco (obbligatoriamente indossato) e protezioni
- Abbigliamento adeguato alla stagione
- Pranzo al sacco con autosufficienza idrica

Norme COVID-19:

Presentarsi alla partenza della gita con l'autocertificazione Covid già compilata e firmata. Modelli scaricabili sul sito del CAI.

Obbligo di mantenere la distanza di sicurezza e di indossare la mascherina nelle soste come da linee guida dell'emergenza Covid19 del C.A.I.

Adesioni: devono essere confermate al Direttore della gita entro giovedì **4 novembre 2021**

I non soci che desiderano partecipare alla gita sociale sono tenuti a stipulare l'assicurazione giornaliera obbligatoria presso la sede.

in caso di mal tempo la gita sarà rinviata in data da definire

Avvertenze:

Si ricorda che la frequentazione dell'ambiente montano comporta rischi. I partecipanti:

- devono essere consapevoli che nello svolgimento delle attività in montagna è sempre presente un rischio;
- si impegnano a rispettare il Codice di Autoregolamentazione, le linee guida del C.A.I. e le disposizioni impartite dal Direttore di escursione.