

4° RADUNO CICLOESCURSIONISTICO MTB CAI DONGO

DOMENICA 30.08.2015

1) La manifestazione si articola su 2 percorsi, con 3 possibili scelte:

- **MTB-Hard Track** di km 27, percorso misto, con una prima parte asfaltata con qualche pendenza più impegnativa, che si snoda sulle vecchie strade di collegamento tra i comuni della valle, passando sulla strada carrozzabile dei monti che sale a larghi tornanti immersa nei boschi di castagno, per proseguire gli ultimi 10 chilometri sulla strada sterrata che continua a salire passando tra le radure per uscire dal bosco e alzarsi verso il valico del Giovo e sulla vecchia strada militare fino al rifugio S.Jorio.
- **MTB-Easy Track** di km 12, percorso prevalentemente sterrato con pendenze meno marcate, la partenza è a metà del percorso lungo, in località Bocchetta di Germasino, dove c'è anche la cappelletta votiva degli alpini.
- **Podistica** di 12 km. Percorso identico alla Easy Track dedicato a chi preferisce la corsa o la camminata ai pedali.

Dal rifugio, e dopo il meritato pranzo, a piedi si può in breve tempo salire sul versante italiano del valico dove sorge la cappelletta dedicata a San Jorio. La vista scorre a 360° da una parte verso l'Alto Lario da cui siamo saliti, verso la Valtellina e i monti Legnone e Legnoncino. Dalla parte opposta invece la vista spazia sul lago di Lugano, Locarno e l'alto lago Maggiore e su tutto il gruppo del Mischabel, Wiessmies e Fletschhorn.

2) E' aperta a tutti i cicloturisti e amatori.

Vige il "CODICE DI AUTOREGOLAMENTAZIONE DEL CICLOESCURSIONISTA" proposto dalla Commissione LPV per il ciclo escursionismo in mtb del Club Alpino Italiano.

3) Il raduno si svolgerà con **qualsiasi condizione meteo**.

4) **SICUREZZA:** Per i bikers è' obbligatorio l'uso del casco

5) **QUOTA DI ISCRIZIONE:**

- Euro 15,00 per tutti i tesserati CAI con regolare bollino di validazione dell'anno corrente 2015;
- Euro 25,00 per tutti gli altri partecipanti.

6) **RITROVO:** Dalle ore 8.00 alle 8.30 presso la Piazza Matteri di Dongo (CO) per il ritiro pettorale e pacco manifestazione, anche per i partecipanti allo Easy Track e Podistica!!!

7) **PARTENZA:**

- alle ore 9.00 per il percorso lungo dalla Piazza Matteri in Dongo **MTB-Hard Track-**
- alle ore 9.30 per il percorso corto in loc. Bocchetta di Germasino **MTB-Easy Track-**
- alle ore 9.35 per la podistica in loc. Bocchetta di Germasino

8) **ARRIVO:** Al rifugio S.Jorio a quota 1980 metri s.l.m. sul territorio comunale di Gravedona ed Uniti.

9) **TEMPO MASSIMO:** Ore 14:30. A chi non raggiungerà l'arrivo entro il tempo limite previsto verrà eseguito il ritiro pettorale.

10) **RISTORI:** Sono previsti punti di ristoro e rinfresco lungo tutto il percorso (loc. Baltrigo e loc. Ardalla) e un pranzo completo per tutti i partecipanti all'arrivo, a cura dello staff degli amici del Rifugio S.Jorio, che offrono la possibilità di rifocillarsi (a 15 €) anche agli accompagnatori troppo pigri per pedalare!!!

11) **PREMI:** La corsa non è competitiva, saranno presi i rilevamenti cronometrici di tutti i partecipanti divisi per i percorsi effettuati, che verranno pubblicati e resi scaricabili assieme alle foto della manifestazione sul sito del CAI Dongo (www.caidongo.it) nei giorni successivi all'evento; inoltre verranno sorteggiati numerosi premi fra tutti i partecipanti.

12) INFORMAZIONI E ISCRIZIONI: sul sito web www.caidongo.it

Compilare il modulo di iscrizione e inviarlo unitamente alla copia dell'avvenuto versamento della quota di adesione all'indirizzo internet info@caidongo.it

Oppure consegnare il tutto direttamente alla sede Sezionale del CAI in via G.E. Falck,,11 - 22014 Dongo (CO) il venerdì sera dalle 20.45 alle 22.00.

Le coordinate bancarie sono:

Intestazione: C.A.I.Sezione di Dongo

Causale: Raduno MTB

| | |
|-----------------|-----------------------------------|
| IBAN: | IT66 1056 9651 2600 0001 4021 X36 |
| Filiale: | 044 DONGO |
| BIC/SWIFT: | POS0IT2102W |
| BIC/SWIFT SEDE: | POS0IT22 |

13) TERMINE ISCRIZIONI: le iscrizioni dovranno pervenire entro il termine massimo di **Giovedì 20 Agosto**. Non saranno tenute in considerazione le iscrizioni successive a tale data.

14) LA QUOTA COMPRENDE:

- Iscrizione al 4° raduno cicloescursionistico MTB CAI Dongo;
- Pacco manifestazione comprensivo di prodotti tipici, e gadget;
- Servizio trasporto indumenti non custoditi al traguardo;
- Ristori lungo tutto il percorso;
- Pranzo completo al traguardo (pasta, pane salumi o formaggi, dolce e acqua di fonte);
- Assicurazione;
- Foto ricordo e rilevamento cronometrico scaricabile dal sito;

15) NORME GENERALI

Tutto il percorso sarà segnalato da frecce direzionali che saranno apposte già dal mese antecedente la manifestazione.

I partecipanti sono tenuti al rigoroso rispetto del codice della strada.

L'organizzazione declina ogni responsabilità per eventuali incidenti che dovessero verificarsi prima, durante o dopo la manifestazione.

Per quanto non contemplato nel presente regolamento si fa riferimento a quanto previsto dal "CODICE DI AUTOREGOLAMENTAZIONE DEL CICLOESCURSIONISTA" proposto dalla Commissione LPV per il ciclo escursionismo in mtb del Club Alpino Italiano.

CLUB APINO ITALIANO
SEZIONE DI DONGO

P.IVA 02451900134
Via G.E. Falck, 11
22014 DONGO (CO)
Tel. e Fax 0344.81074
E-mail: info@caidongo.it
http: www.caidongo.it

