



1 SETTEMBRE 2018

In "cima" al nostro Appennino

Ligonchio, Sillano e Rio Re



*L'estate sta finendo,
e il caldo se ne va...
noi stiamo pedalando,
che gioia che ci dà...*

La fine dell'estate è il momento migliore per una cicloescursione sulle cime del "nostro" Appennino.

Aria limpida e ampi panorami, ombrose strade forestali che fanno prendere quota "quasi" senza fatica, tecnici sentieri

con immancabili "portage" e divertenti discese su single trail. Per "condire" i vari ingredienti, non mancheranno i "sapori" offerti grazie dal gestore del Rifugio Rio Re che ci accoglierà con tante buone cose da mangiare.

Classica escursione per tutte le stagioni che si svolge su fondi sempre ben pedalabili anche se bagnati con un paio di sorprese: il sentiero che da Case Nuove di Vaglie arriva ad Ospitaletto e la salita/discesa dal Monte Sillano sfruttando tracce poco conosciute. Per chi vorrà faticare un po' meno ci sarà un più agevole percorso che scende a Rio Re dal Passo della Comunella. Per tutti una piacevole sosta al rifugio dove potremo anche concederci il piacere di un buon bicchiere di vino dato che il rientro sarà totalmente in discesa.



INFORMAZIONI

L'escursione si svolge su strade e sentieri dal fondo in gran parte selciato; dato il periodo dovrebbero essere in buone condizioni ma occorre considerare che il temporale è una eventualità sempre possibile: kit anti-pioggia e protezione dal freddo sono necessari; si consiglia abbigliamento di ricambio. L'escursione è nel complesso di difficoltà ed impegno fisico medio e verrà condotta a bassa velocità; la parte più impegnativa è costituita dalla salita/discesa del Monte Sillano (20-30' a spinta e discesa OC) con tratti stretti, ripidi ed in parte non ciclabili a causa del fondo accidentato. Per chi vorrà sarà possibile lasciare la bici sotto alla cima limitando a soli 15' il portage ed effettuare la discesa del tratto più difficile a piedi.

AVVERTENZE

MTB in **buone condizioni** con copertoni ben scolpiti e Kit di riparazione per le principali evenienze (foratura, lacerazioni copertone, rottura catena, forcellino e fili del cambio ecc.). Abbigliamento adeguato alla stagione ed alla quota (max. 1000 mt circa), con giacca anti-pioggia e scarpe adatte a camminare con suola scolpita. Borraccia e barrette/snack. **IL CASCO E' OBBLIGATORIO; occhiali consigliati.**

La partecipazione comporta la conoscenza e l'accettazione del presente programma e del Regolamento Sezionale disponibile sul sito www.caireggioemilia.it. Alla partenza verrà fatto firmare il modulo presenza/consenso informato.

PROGRAMMA

Sabato 1 Settembre 2018	
Descrizione	Ligonchio, Vaglie, Ospitaletto, Passo di Pradarena, Passo della Comunella, M.te Sillano, Rio Re, Ligonchio
Caratteristiche	A: 23km +1100 BC/BC+ 30' a spinta; tratti OC in discesa; Q.max 1875m B: 18km +800 MC+/MC+ ; Q.max 1620m
Ritrovo RE	ore 7:00 – Piazzale del Deportato – Reggio E. (viaggio in car sharing)
Partenza	ore 9:00 – Ligonchio; prossimità del bar "Il Faro" (rientro previsto ore 16:30 circa) Sosta pranzo/merenda al Rifugio Rio Re.

Escursione riservata ai soci CAI; contributo di partecipazione: 2,00 €/gg.

E' ammessa la partecipazione di NON SOCI con quota di partecipazione: 5,00 €/gg.

(partecipazione a titolo promozionale; prenotazione obbligatoria con dati anagrafici tre giorni prima dell'escursione).

Per iscrizioni: <https://rioreligonchio.eventbrite.it/>

Per iscrizioni ed informazioni è possibile contattare il capo gita, preferibilmente con e-mail:

Roberto Ponti

335 78 37 883

pontiroberto2@gmail.com



CAI - SEZIONE DI REGGIO EMILIA

Viale dei Mille 32, Reggio Emilia - Tel. 0522 436684 - attivitaesezionali@caireggioemilia.it - www.caireggioemilia.it
Orari di apertura: mercoledì dalle 19.00 alle 22.00; giovedì e venerdì dalle 18.00 alle 19.30; sabato chiuso

