



Club Alpino Italiano

SEZIONE DI PALLANZA



SENTIERI A PEDALI – LA MONTAGNA IN MTB

CALENDARIO DI USCITE SEZIONALI A TEMA PER AVVICINARSI AL CICLOESCURSIONISMO

La sezione del Club Alpino Italiano di Pallanza in collaborazione con l'Alpinismo Giovanile e il Gruppo MTB CAI Est Monterosa, propone la prima uscita a tema del programma di Cicloescursionismo adatto ai ragazzi tra gli 10 e i 14 anni.

SABATO 11 MAGGIO 2019 – 9,30 Campo sportivo Piedimulera (VB)

Prima uscita tecnica con passaggio lungo ciclovie del Toce sino al Bike park della Collina di Villadossola (VB)

Conduce AC Giuseppe Cangialosi - tema: verifica meccanica MTB – tecnica di guida



Per la partecipazione alle uscite è necessaria la regolare iscrizione al CAI (rinnovo 2019). E' indispensabile una MTB in buone condizioni meccaniche. Le bici verranno verificate nella prima giornata. L'attrezzatura base prevede casco omologato (obbligatorio), abbigliamento ciclistico (pantaloncini protettivi, maglia tecnica, scarpe adeguate, guantini da bici, occhiali protettivi), borraccia, zainetto (contenente un ricambio maglietta, giacca leggera impermeabile, barrette o cibo energetico, camera d'aria di ricambio). Ulteriori indicazioni verranno date qualche giorno prima in base alle previsioni meteo.

Alle gite saranno presenti Accompagnatori di Cicloescursionismo e di Alpinismo Giovanile CAI

Per informazioni: AC Giuseppe Cangialosi – mob 329 8617820 – mtbcaiemr@gmail.com