

## ETICA E CODICE DI AUTOREGOLAMENTAZIONE

Il cicloescursionista deve avere un comportamento tale da non nuocere a se stesso, agli altri ed all'ambiente.

I percorsi vengono scelti in funzione di tracciati e/o condizioni ambientali che consentono il passaggio della MTB senza arrecare danno al patrimonio naturalistico; si deve evitare di uscire dal tracciato e l'utilizzo di tecniche di guida dannose, quali ad esempio la derapata.

Il mezzo in uso deve essere in condizioni meccaniche efficienti e corredato del kit di riparazione di emergenza; l'abbigliamento, l'attrezzatura e l'equipaggiamento devono essere adeguati alle condizioni meteo ed al percorso da affrontare.

Il casco è obbligatorio e deve sempre essere indossato ed allacciato.

La velocità di conduzione deve essere commisurata alle capacità personali, alla visibilità ed alle condizioni del percorso, in modo da non creare pericolo per sé e per gli altri.

Occorre sempre dare la precedenza agli escursionisti a piedi, che devono essere garbatamente avvisati a distanza, a voce o con dispositivo acustico.

La scelta dei percorsi deve tenere conto delle personali capacità fisiche, tecniche ed atletiche.

Regolamento e informazioni su: [www.cicloescursioni.com](http://www.cicloescursioni.com)

### TIPOLOGIE DI CICLOESCURSIONI

	<b>Cicloturistico.</b> Strade e piste ciclabili, tratti sterrati. Bassa velocità di conduzione
	<b>Cicloescursionistico FACILE.</b> Difficoltà prevalente MC, possibili tratti BC. Bassa velocità di conduzione
	<b>Cicloescursionistico MEDIO.</b> Difficoltà prevalente MC e BC; possibili tratti OC e tratti di salite ripide da farsi a spinta.
	<b>Cicloescursionistico IMPEGNATIVO.</b> Difficoltà prevalente BC e OC; sentieri ripidi da fare a spinta. Sono necessari allenamento e buone capacità tecniche. Si consiglia la verifica d'idoneità con visita medico-sportiva.

Le cicloescursioni contrassegnate con BERIV sono riservate ai soci a cui sono riservate particolari condizioni. E' ammessa la partecipazione di NON SOCI; info ed iscrizioni direttamente con la guida.

Programma, mete e percorsi potranno subire variazioni in relazione alla situazione meteo ed alle condizioni di percorribilità dei sentieri.

Alcune escursioni potranno essere annullate qualora non si raggiunga il numero minimo di iscritti prefissato.



Via Francigena e non solo; Firenze-Orvieto. In discesa da Radicofani.

### SCALA DELLE DIFFICOLTA' (estratto dal manuale CAI)

<b>TC</b>	<b>Turistico.</b> Percorso su strade sterrate dal fondo compatto e scorrevole, di tipo carrozzabile.
<b>MC</b>	<b>Per cicloescursionisti di media capacità tecnica.</b> Sterrate con fondo poco sconnesso o poco irregolare (tratturi, carrarecce...) o sentieri con fondo compatto e scorrevole.
<b>BC</b>	<b>Per cicloescursionisti di buone capacità tecniche.</b> Sterrate molto sconnesse o mulattiere e sentieri dal fondo sconnesso ma abbastanza scorrevole o compatto ma irregolare, con qualche ostacolo naturale, per es. gradini di roccia o radici.
<b>OC</b>	<b>Per cicloescursionisti di ottime capacità tecniche.</b> Come sopra ma su sentieri dal fondo molto sconnesso e/o molto irregolare, con presenza significativa di ostacoli.

Le locandine con le descrizioni dettagliate e tutte le informazioni su quote e modalità di iscrizione saranno disponibili in tempo utile all'indirizzo [www.cicloescursioni.com](http://www.cicloescursioni.com)

Per le cicloescursioni BERIV i soci devono fare riferimento alla sede:



**ASD Beriv Multisport** - Via P.G. Terrachini, 44  
 Tel. 0522 550091 - [beriv@beriv.it](mailto:beriv@beriv.it)

Per iscrizioni ed informazioni consultare il sito [www.cicloescursionioni.com](http://www.cicloescursionioni.com) o contattare la guida, preferibilmente con e-mail.



**Claudio Torreggiani**  
 Guida Ambientale Escursionistica  
 Regione Emilia Romagna RE69  
 Associato e assicurato AIGAE ER463  
 (+39) 370 306 3829 - 324 823 4444  
[claudio.cicloescursioni@gmail.com](mailto:claudio.cicloescursioni@gmail.com)



Santa Maria al Monte - Ischia - Vacanza Terme + MTB + TREK

# CICLOESCURSIONISMO MTB 2018

**36 giorni di pedale per tutti i gusti**

*Cicloescursionismo significa utilizzare la MTB per frequentare e conoscere l'ambiente naturale su percorsi e sentieri condivisi con altri escursionisti/fruitori.*

*Scopo delle escursioni è di trascorrere una giornata in compagnia, conoscendo luoghi e curiosità, in sicurezza e nel pieno rispetto per l'ambiente e per gli altri fruitori.*

**In collaborazione con:**





Il Mare d'Inverno – Ormai in prossimità di Sestri Levante.

**18**  
Febbraio  
**BERIV**

**Il mare d'inverno – La Via Aurelia Traversata Carrodano - Sestri Levante**  
Quota non soci: 15€ - mezzi propri

---

50km +1500m Ritrovo: 6:15 – Beriv  
MC+/BC Partenza: 8:45 - Carrodano

**11**  
Marzo  
**BERIV**

**Collina Reggiana - Mezza giornata**  
Percorso deciso in base alle condizioni  
Partecipazione libera con iscrizione

---

PP 8:00 Beriv e Corradini – 8:45 Puianello  
Rientro: 13:00 circa

**15**  
Aprile  
**CICLO**

**Il Panaro da S. Cesario a Marano A Vignola tra i ciliegi in fiore**  
Quota: 10€ - mezzi propri

---

60km – Ritrovo: 7:30 Cicli Corradini  
TC/MC Partenza: 8:30 Spilamberto-MO

**21 - 25**  
Aprile  
**BERIV**

**Ischia – Terme + MTB + TREK Vacanza attiva MTB + programma escursionistico slow per non bikers**

---

3 cicloescursioni (30km, 800m al gg c.a.)  
4 notti in albergo + trasporto MTB  
Info ed iscrizioni presso la sede Beriv.

**28 Aprile**  
**1 Maggio**  
**Vacanza MTB**

**4 gg tra Torino, Rivoli ed Avigliana Basilica di Superga, Parco del Valentino e Sacra di San Michele**  
Iscrizioni e quota da definirsi

---

3 gg di mezza pensione e 4 cicloescursioni di medio impegno fisico e tecnico.  
Viaggio e spostamenti con mezzi propri.

**13 Maggio**  
**BERIV**

**Parco Storico di Monte Sole Da Marzabotto a Monte Sole**  
Quota non soci: 15€

---

30km +1000m Ritrovo: 7:30 Beriv  
MC+/BC Partenza: 8:45 Lama di Reno, Marzabotto (BO)

**29**  
Maggio  
**Nott.na BERIV**

**Le colline di Reggio con la Luna**  
Percorso deciso in base alle condizioni  
Partecipazione libera con iscrizione

---

PP 18:45 Beriv e Corradini;  
19:45 località pedecollinare da definirsi  
Cena/buffet a metà giro  
Rientro alle 24:00 circa

**2 e 3**  
Giugno  
**2 gg MTB**

**Serra di Ivrea e Lago di Viverone Su e giù dalla Morena**  
Iscrizioni e quota da definirsi

---

2 cicloescursioni di media difficoltà in luoghi di valore storico ed ambientale  
1 pernottamento – viaggio con mezzi propri

**10 Giugno**  
**BERIV**

**Le Foreste della Val d'Ozola Presa Alta, Bargetana e Rio Re**  
Quota non soci: 15€

---

32km +1150 Ritrovo: 6:45 Beriv  
MC+/BC Partenza: 8:30 Ligonchio

**13 - 15**  
Luglio  
**3 gg BERIV**

**I Trail della Val di Sole I Forti del Tonale; Forcella del Montozzo; Le Malghe di Pejo**  
Quota non soci: 15 €/gg

---

40km +1500m /gg c.a.  
Convenzione con Hotel; mezzi propri.  
Info ed iscrizioni presso la sede Beriv.

**11 – 18**  
Agosto  
**Vacanza MTB**

**DOLOMITINBICI 2018 7 gg in Val di Fassa (TN)**  
Iscrizioni e quota da definirsi

---

Vacanza attiva con 7 gg di mezza pensione  
Cicloescursioni con risalite meccaniche  
Mezzi propri per viaggio e spostamenti

**26-29**  
Agosto  
**Viaggio MTB**

**La Strada delle Cento Miglia Da Parma a Luni – bici + treno**  
Iscrizioni e quota da definirsi

---

4 gg di viaggio in autonomia (bike pack)  
3 pernotti – rientro in treno  
30km +1100m /gg circa

**29**  
Settembre  
**BERIV**

**Appennino Romagnolo Pietrapazza e Zuccherodante**  
Quota non soci: 15 €

---

45km +1550m Ritrovo: 6:15 Beriv  
MC/BC+ PP: 8:45 S.Piero (FC)

**1-4**  
Novembre  
**Viaggio MTB**

**Via Francigena e non solo Firenze – Orvieto**  
Iscrizioni e quota da definirsi

---

4 gg di cicloescursioni di medio impegno fisico e tecnico.  
3 pernotti con mezzo al seguito



Dolomitinbici – La panoramica discesa da Fuciade (Passo di San Pellegrino).