

## Tesseramenti e assicurazione

Possono partecipare alle gite le persone in regola con il tesseramento 2010 presso il Volvera Bike o il C.A.I.

La tessera CAI, rinnovata per l'anno in corso, è comprensiva di assicurazione per le uscite in calendario.

La quota associativa Volvera Bike per il 2010 è di 10,00 € più 15,00 € per la polizza assicurativa RCT connessa all'attività ciclistica (validità annuale e massimale di 250.000,00€).

## Estratto del Regolamento-Doveri dei partecipanti

L'uso del casco è obbligatorio: esso deve essere mantenuto correttamente posizionato e allacciato per l'intera durata della gita, con la sola esclusione delle pause.

Le decisioni degli organizzatori e in particolare dei capigita devono essere scrupolosamente rispettate, sia prima che durante l'escursione. Sono assolutamente da escludere le iniziative personali: chi si discosta dal gruppo di propria iniziativa, non segue le indicazioni dei capigita, non osserva le presenti disposizioni se ne assume la piena responsabilità.

Tutti i partecipanti sono obbligati a prestare soccorso e comunque a collaborare con i capigita in caso di loro richiesta o necessità.

È fatto obbligo a tutti i partecipanti di rispettare le norme di autoregolamentazione, con particolare riguardo all'uso del casco, al rispetto dell'ambiente e delle altre persone che si incontrano sul percorso.

Ogni partecipante è responsabile della propria salute, del proprio mezzo e della relativa conduzione e dovrà preventivamente segnalare al capogita eventuali problemi o difficoltà.

**E' obbligatorio iscriversi alle escursioni entro il giovedì sera presso il CAI o il V.B.**

## Volvera Bike

Responsabile gruppo MTB:

RACCA Fausto

Tel. 347-1685914

Per informazioni:

ASTI Alberto

Tel. 338-7753031

## C.A.I. sez. Orbassano

Segreteria:

Orbassano – Via Di Nanni, 20/B

Tel. 331 9056588 (giovedì ore 21:00-22:30)

Responsabili gruppo MTB:

MAROCCO Piercarlo

Tel. 335-7589545

CAFIERO Giuseppe

Tel. 338-8646511



**AXA ASSICURAZIONI E INVESTIMENTI**

**Sub Agenzia Volvera**

di G. Allasia

via XXIV maggio, 36

Tel. 011-9850671



sez. Orbassano

## Cicloescursionismo Calendario 2010



[www.sciclubvolverabike.it](http://www.sciclubvolverabike.it)  
[www.caiorbassano.it](http://www.caiorbassano.it)

## 10/3 mer. Calendario '10

Presentazione calendario stagione 2010.

Ritrovo: Via Di Nanni, 20/B, Orbassano.

Ore 21:00

## 20/3 sab. Allenamento

Allenamento nei dintorni.

|                   |                         |
|-------------------|-------------------------|
| Dislivello: m -   | Distanza: km 30         |
| Difficoltà: TC/TC | Ritrovo: Volvera, 14:30 |

## 27/3 sab. Allenamento

Allenamento nei dintorni.

|                   |                         |
|-------------------|-------------------------|
| Dislivello: m -   | Distanza: km 30         |
| Difficoltà: MC/MC | Ritrovo: Volvera, 14:30 |

## 10/4 sab. Allenamento

Allenamento nei dintorni.

|                   |                          |
|-------------------|--------------------------|
| Dislivello:       | Distanza: km 30          |
| Difficoltà: MC/MC | Ritrovo: Orbassano 14:30 |

## 18/4 dom. Pra L'Abbà

Salita al Monte Freidur e alla Rocca Sbarua alla ricerca di nuove varianti al classico itinerario.

|                   |                        |
|-------------------|------------------------|
| Dislivello: m 900 | Distanza: km 35        |
| Difficoltà: BC/BC | Ritrovo: Cumiana, 9:00 |

## 2/5 dom. Bric Arpiol

Gita panoramica che richiede un buon allenamento perché la discesa è bellissima ma tecnica e impegnativa (m. 1791).

|                   |                        |
|-------------------|------------------------|
| Dislivello: m 900 | Distanza: km 30        |
| Difficoltà:       | Ritrovo: Paesana, 9:00 |

|       |  |
|-------|--|
| MC/OC |  |
|-------|--|

## 16/5 dom. Serra d'Ivrea

Raduno intersezionale CAI MTB a cura delle sezioni del Torinese.

|                   |                      |
|-------------------|----------------------|
| Dislivello: m 900 | Distanza: km 40      |
| Difficoltà: MC/BC | Ritrovo: da definire |

## 23/5 dom. Alpe le Combe

Visita della spettacolare ed imponente incisione a "V" nella roccia scavata dal rio Prebec e conosciuta con il nome di Gran Gorgia (m. 1812).

|                    |                          |
|--------------------|--------------------------|
| Dislivello: m 1500 | Distanza: km 32          |
| Difficoltà: BC/BC  | Ritrovo: Chianocco, 9:00 |

## 4/6 ven. Notturna

Appuntamento irrinunciabile con la classica merenda presso borgata la Tora (m. 1000).

|                   |                             |
|-------------------|-----------------------------|
| Dislivello: m 500 | Distanza: km 20             |
| Difficoltà: MC/MC | Ritrovo: Pontepietra, 20:00 |

## 13/6 dom. Punta Vergia

Escursione impegnativa per il dislivello e il tratto a spinta. Si svolge in un luogo molto selvaggio della val Pellice (m. 2327).

|                    |                              |
|--------------------|------------------------------|
| Dislivello: m 1800 | Distanza: km 37              |
| Difficoltà: BC/OC  | Ritrovo: Torre Pellice, 9:00 |

## 26-27/6 Valle Pesio

Monte Pigna e Passo del Duca. Panorami sulle valli Pesio, Ellero e sull'arco alpino ligure; attraversamento di uno dei più grandi sistemi carsici d'alta quota che genera paesaggi lunari.

Quota massima m. 2000.

## I giorno

|                   |                 |
|-------------------|-----------------|
| Dislivello: m1300 | Distanza: km 27 |
| Difficoltà: BC/OC | Ritrovo: Vigna  |

## II giorno

|                    |                 |
|--------------------|-----------------|
| Dislivello: m 1600 | Distanza: km 30 |
| Difficoltà: BC/OC  | Ritrovo: Vigna  |

## 11/7 dom. Laghi e Colle Palasina

Ormai una classica per i frequentatori della valle d'Ayas, mantiene tutte le aspettative per i magnifici ambienti alpini visitati (m. 2268).

|                    |                        |
|--------------------|------------------------|
| Dislivello: m 1400 | Distanza: km 37        |
| Difficoltà: MC/BC  | Ritrovo: Brusson, 9:00 |

## 28/8 sab. Roby & Paolo Day

Val chisone, al Dente della Vecchia. Messa in suffragio di due amici.

|                   |                          |
|-------------------|--------------------------|
| Dislivello: m 850 | Distanza: km 20          |
| Difficoltà: MC/MC | Ritrovo: Balboutet, 8:30 |

Altre escursioni potranno essere organizzate durante la stagione, ne sarà data tempestiva comunicazione ai soci, alla segreteria e al presidente.

Da Aprile a Luglio ulteriori uscite **tutte le domeniche**, per informazioni telefonare il sabato a:

Gianantonio Fiora tel. 0119002003 orario negozio Paolo Magliano tel. 3498569598