



GITA MTB O E-MTB – CANCORÌ

Scopriamo l'anfiteatro del Nara (Valle di Blenio)

Gita facile aperta a tutti

Data	Sabato 24 agosto 2019
Descrizione attività:	gita in MTB o e-MTB – Proveremo il percorso 383 e parte del 384 di Svizzera Mobile
Ritrovo-partenza:	Ritrovo posteggio campo sportivo di Dongio ore 9.15 Partenza ore 9.30
Percorso:	Dongio-Comprovasco-Torre-Largario-Cancorì (pranzo)-Alpe del Guado-Corzoneso-Dongio
Difficoltà fisica:	Giro completo Ca. 30 km con 1000 metri di dislivello Discesa a dipendenza delle capacità, possibilità su asfalto o parte di single trail.
Pranzo:	Ristorante La Pernice a Cancorì (arrivo prima seggiovia).
Equipaggiamento:	Zainetto con ricambi, casco, guanti, borraccia, mantellina, ev. carica batteria e-bike.
Conferme ed info:	conferma presenza a elena@mtbike.ch entro mercoledì 21 agosto (per prenotazione pranzo) direttamente dalla nostra APP, MTBIKESPIN, sotto la rubrica "corsi" digitando "sabato" e confermando la presenza!

La gita avrà luogo solo con bel tempo, in caso di tempo incerto chiamare lo 079 240 38 79 dalle ore 7.30 di sabato mattina.

Con la sua partecipazione il socio (o il partecipante non socio) conferma di essere cosciente del genere di attività svolta e dei rischi che essa comporta, dichiara di essere in buona salute e conferma di disporre di un'adeguata copertura assicurativa contro gli infortuni, sollevando l'associazione e i singoli soci da ogni responsabilità.

Livello tecnico:

1 – facile: Percorsi su strade asfaltate e sterrate dal fondo compatto e scorrevole, di tipo carrozzabile - **2 – medio:** Percorsi su sterrate con fondo poco sconnesso o poco irregolare (mulattiere e carraie) o su sentieri con fondo compatto - **3 – difficile:** Percorsi su sterrate molto sconnesse o su mulattiere e sentieri dal fondo piuttosto sconnesso

Livello fisico: **1 – facile:** Percorsi con dislivello fino a 500 metri ca. - **2 – medio:** Percorsi con dislivello superiore da 500 ai 1000 metri ca. - **3 – difficile:** Percorsi con dislivello superiore ai 1000 metri ca.