



S. Benedetto del Tronto e le sue colline



Escursione	Date	Sabato 01 maggio + domenica 16 maggio 2021
	Impegno fisico	Escursioni propedeutiche <i>Percorsi con dislivello contenuto su strade con fondo asfaltato o brecciato, con l'obiettivo di riprendere un po' di allenamento nella pedalata e nella postura in sella, nonché di ripassare alcune nozioni di base nella tecnica ciclistica, dopo il lungo periodo di confinamento domestico, partendo con la bicicletta direttamente dalla nostra città.</i>
	Livelli di difficoltà tecnica	<i>TC (turistico):</i> percorso su strade sterrate dal fondo compatto e scorrevole, di tipo carrozzabile. <i>MC (per cicloescursionisti di media capacità tecnica):</i> percorso su sterrate con fondo poco sconnesso o poco irregolare (tratturi, carrarecce...) o su sentieri con fondo compatto e scorrevole. <i>La doppia sigla si riferisce alla "Scala delle difficoltà" del percorso (secondo quanto indicato dal Gruppo di Lavoro CCE Cicloescursionismo CAI) e indica, rispettivamente, la difficoltà in salita/discesa.</i>
Orari	Direzione	Marzia Palestini / Paolo Schiavi (tel. 347 4090872 – marzia.palestini@gmail.com)
	Ritrovo	Sab. 01 maggio → Ore 09:00 – Sede Cai di SBT Via Firenze 3 – Grottammare (zona Ischia) Dom. 16 maggio → Ore 09:00 – S. Benedetto Tr. Piazza Sacra Famiglia (zona Ragnola)
	Durata	Ore 4,00 soste escluse
	Iscrizione	Entro venerdì precedenti: ➤ Venerdì 30 aprile ➤ Venerdì 14 maggio recandosi alla sede CAI (venerdì pomeriggio 19:00-20:00) oppure contattando gli accompagnatori via SMS, Telegram, e-mail.
Costo	<ul style="list-style-type: none"> • Gratuita per i soci CAI. • Solo per i NON Soci la quota di partecipazione all'escursione è di € 12,00 per coprire le spese assicurative 	



Descrizioni itinerari

1° itinerario (1° maggio):

Dalla sede CAI a Grottammare percorreremo il lungomare fino alla foce del Tesino, poi piegando verso ovest percorreremo il lato sud della Val Tesino, attraversando numerosi vivai, fino al mattatoio. Da qui saliremo a Sansavino di Ripatransone e raggiungeremo Acquaviva Picena.

Da qui scenderemo su strada brecciata sul versante nord della Valle del Ragnola, terminando il nostro giro a San Benedetto del Tronto (zona Ragnola).

Dislivello: 500 m circa

Lunghezza: 40 km circa

2° itinerario (16 maggio):

Dalla piazza Sacra Famiglia di San Benedetto del Tronto (zona Ragnola), saliremo per strada asfaltata a Monte Renzo, Montepandone e Acquaviva Picena.

Discesa su strada brecciata dal cimitero di Acquaviva lungo il lato sud della valle del Ragnola per rientrare allo stesso punto di partenza.

Dislivello: 500 m circa

Lunghezza: 40 km circa

Modalità di partecipazione

In osservanza alle disposizioni anti-contagio COVID-19 gli interessati dovranno:

Leggere scrupolosamente ed attenersi a quanto contenuto in **note operative partecipanti e autocertificazione** (documenti allegati).

Inviare richiesta preventiva di partecipazione via email (marzia.palestini@gmail.com), SMS, Telegram, indicando dati anagrafici con data di nascita, recapiti e sezione di appartenenza. **La conferma di avvenuta iscrizione avverrà da parte degli organizzatori sempre per iscritto.**

I partecipanti confermati dovranno obbligatoriamente avere con sé **gel disinfettante e mascherina** da utilizzare secondo le citate note operative - che esplicitano anche i criteri fondamentali per l'ammissione all'escursione e le regole di svolgimento della stessa.

Prima della partenza i partecipanti medesimi dovranno consegnare il Modello di Autocertificazione all'Accompagnatore Responsabile per l'attuazione delle misure anti-contagio.

NOTE TECNICHE

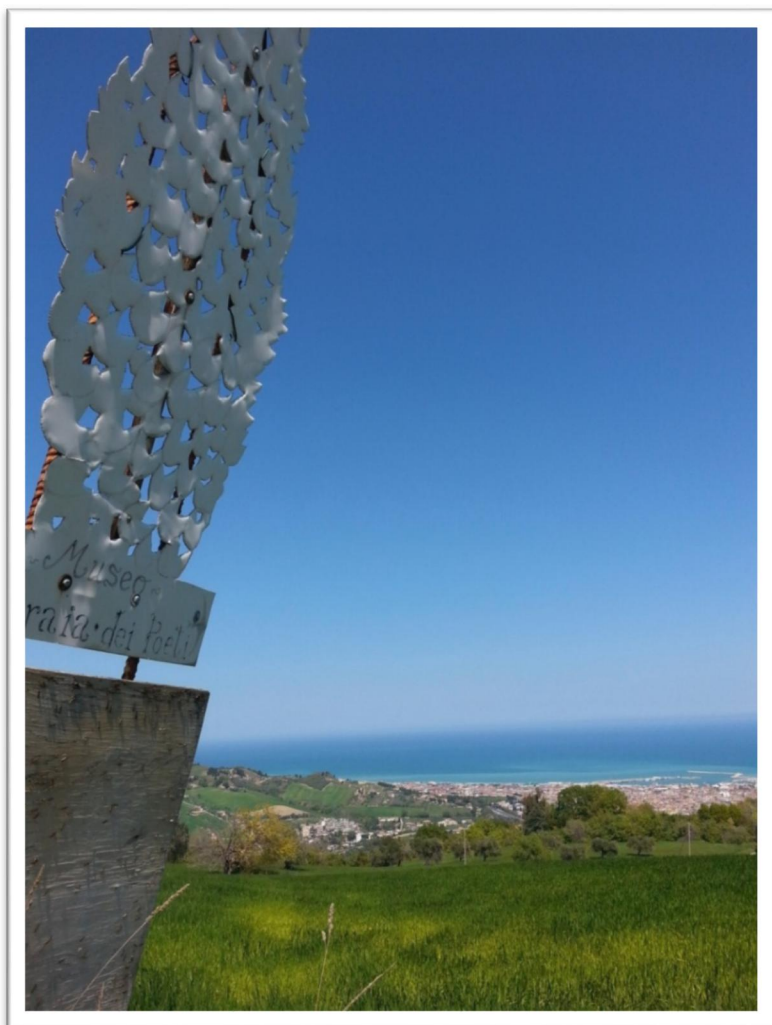
- a) Gli accompagnatori si riservano di modificare il percorso in base alle condizioni del tracciato e dei partecipanti.
- b) **E' obbligatorio l'uso dei guanti e del casco che deve essere mantenuto correttamente posizionato e allacciato per l'intera durata dell'escursione**, con la sola esclusione delle pause.
- c) Si raccomanda di indossare abbigliamento tecnico idoneo al tipo di attività, alle previsioni meteo ed all'ambiente in cui ci si troverà e di avere con sé sufficienti scorte di acqua e cibo. È necessario disporre della dotazione minima per ovviare a piccoli inconvenienti meccanici (camera d'aria, pompa, chiave multi uso, ecc).
- d) È indispensabile una preventiva verifica meccanica e messa a punto della bici.



Club Alpino
Italiano

2021

Programma annuale sezione
S. BENEDETTO DEL TRONTO



L'attività escursionistica è un'attività che presenta dei rischi e chi la pratica se ne assume la piena responsabilità; le Scuole e le Commissioni del CAI adottano tutte le misure precauzionali affinché nei vari ambienti si operi con il maggior grado di sicurezza possibile, ma comunque il rischio è sempre presente e mai azzerabile

