



CAI GRUPPO MTB "MOUNTAIN BIKE" Sezione di SACILE E PORDENONE

www.caisacile.org

www.cai.pordenone.it

30-31 Ottobre e 1 Novembre 2010

"TRANSPARCO"

Parco Nazionale delle Foreste Casentinesi

Il Parco Nazionale delle Foreste Casentinesi copre un'area di circa 36.000, equamente divisa fra l'Emilia Romagna e la Toscana.

Si estende lungo la dorsale appenninica tosco-romagnola, scendendo ripidamente lungo le vallate parallele del versante romagnolo e in maniera più graduale nel versante toscano, che si presenta con pendii più dolci, fino all'ampio fondovalle formato dall'Arno.

Il Parco eccelle, dal punto di vista naturalistico, come una delle aree forestali più pregiate d'Europa, il cui cuore è costituito dalle Foreste Demaniali Casentinesi, al cui interno si trova la Riserva Naturale Integrale di Sasso Fratino, istituita nel 1959. È anche un territorio con centri abitati ricchi di storia e di testimonianze artistiche e architettoniche, che si offrono al visitatore in una meravigliosa cornice naturale, ricca di flora e di fauna, tra cui spicca la più importante popolazione di lupo dell'Appennino settentrionale, nonché l'eccezionale presenza di cinque specie di ungulati: cinghiale, capriolo, daino, cervo e muflone.

Il parco ha al suo interno due luoghi straordinariamente importanti e affascinanti dal punto di vista spirituale e storico: l'Eremo di Camaldoli, fondato nel 1012 da San Romualdo, che scelse questo luogo splendido circondato da folte selve di abeti come luogo di ritiro e meditazione, riconoscendo alla cura del bosco un'importanza tale da divenire parte della regola dell'ordine; il Santuario della Verna, costruito sulla montagna che San Francesco ricevette in dono nel 1213 per farne un luogo di eremitaggio, che domina impressionanti strapiombi e balze rocciose da un lato e, dall'altro, è protetto dalla secolare selva di abeti e faggi conservata intatta per quasi otto secoli dai francescani. La presenza di queste comunità arricchisce indubbiamente il parco, rendendolo unico nel panorama nazionale e testimoniando fisicamente come può l'uomo vivere in armonia con la natura.

Nota importante: avremo al seguito un pulmino, che oltre a garantirci un supporto tecnico e logistico lungo il percorso, ci trasporterà i bagagli personali che troveremo al nostro arrivo presso la struttura (rifugio cai o alberghetto).

Lunghezza del percorso - 80 Km (circa) frazionati da Sabato 30 pomeriggio e Lunedì 1 Novembre mattino.

Dislivello – 3900 m circa sia in salita che in discesa.

PROGRAMMA :

Sabato 30 Ottobre

Ritrovo ore 7.00 al parcheggio grande dell'ospedale di Pordenone in via Montereale. Sistemazione mountain-bike e **partenza ore 7.15** per Campigna (FC) via Romea – Ravenna – Forlì Campigna. Totale 320 km circa. Orario previsto di **arrivo ore 13.00**.

A Campigna breve spuntino, preparazione MTB, ritrovo con il nostro accompagnatore Angiolino Piantini (www.mountainbike.toscana.it), Istruttore S.I.M.B. (Scuola Italiana Mountain Bike) che ci guiderà per i tre giorni della Transparco.

Inizio Escursione – Ore 14.00 da Campigna.

Fine Escursione - Ore 16.30 circa, sistemazione a Badia Prataglia presso un alberghetto.

Domenica 31 Ottobre

Inizio Escursione – Ore 9.00.

Fine Escursione - Ore 16.00 circa, sistemazione a Poppi presso un alberghetto.

Lunedì 1 Novembre

Inizio Escursione – Ore 9.00.

Fine Escursione - Ore 15.00 a Campigna (luogo di partenza di Sabato).

Partenza per rientro a Pordenone – Ore 16.00.

Arrivo previsto a Pordenone – Ore 21.00.

Numero partecipanti ammessi: minimo 6 massimo 14.

Quota di partecipazione: 280 euro con 6 partecipanti, 190 euro con 14 partecipanti.

La quota comprende i due pernottamenti, il compenso alla Guida e il trasporto bagagli.

La quota **NON** comprende il costi di trasferimento in auto Pordenone-Campigna e ritorno (carburante e autostrada).

Coordinatore – Gabriele Remondi tel. 333.3992106 (CAI PN).

Prenotarsi in sede CAI a Pordenone versando una caparra di 100,00 euro entro Giovedì 7 Ottobre.

Difficoltà: MC (per cicloescursionisti di media capacità tecnica) percorso su sterrate con fondo poco sconnesso o poco irregolare (tratturi, carrarecce...) o su sentieri con fondo compatto e scorrevole.

È obbligatorio l'uso del Casco

Equipaggiamento: Casco, MTB possibilmente ammortizzata, più camere d'aria di scorta e attrezzi per sostituzione.

Prima di partire controllate l'efficienza della vostra bici.

