



**CASTAGNABIKE Monte Marenzo Dom 15 ott.2023**

**PEDALARE PER CONOSCERE**

**Domenica 15 Ottobre 2023**

**Partenza : da FRUTTETO CHIOSO Mezzago ore 8,00 o Monte Marenzo ore 10,00**

**Destinazione : Parco Penne Nere Monte Marenzo**

**piccoli A e medi B C in auto con bici al seguito ( qualche C allenata/o può partire da Mezzago)**

**grandi D ed E in MTB insieme a tutti i genitori sufficientemente allenati ( facoltativo per il gruppo D dei GRANDI, possono scegliere di partire da MonteMarenzo e fare percorso Argen)**

**Valutazione : percorso a/r da Mezzago ORO , percorso solo Monte Marenzo medi BC Argento**

**Percorso Piccoli A bronzo ( i piccoli A che sono in grado possono percorrere il percorso**

**Argento , rispetto allo scorso anno i percorsi sono stati modificati e richiedono impegno.**

**Per i Grandi DE che seguiranno in bici anche i gruppi ABC ORO++ (6p), obbligatorio per chi vuole conseguire o conservare il brevetto . Per tutti i Bikers obbligatorio CASCO , guanti ,**

**bomboletta riparaforature e camera scorta , pettorale e maglia ( per chi l'ha ricevuta )**

**Percorso in auto : Mezzago , Brivio , Cisano Bergamasco , San Gregorio e prima di entrare in Monte Marenzo paese , vedrete a Dx un parcheggio , ma svolterete subito a Sx per**

**parcheggiare sul lato del Parco Penne Nere .**

**Programma : PICCOLI A , raggiungere il Parco in bici ( per loro potrebbe essere appagante anche andare semplicemente a piedi ) è già un tragitto difficile sulla strada cementata/solcata**

**devono essere aiutati dai genitori ; poi potranno tranquillamente pedalare nell'area che**

**abbiamo riservato ;sosta per ricerca castagne , all'arrivo dei GRANDI DE, partiranno per un**

**percorso solo sterrato da MTB , molto suggestivo e panoramico , seguiti dai Grandi . I medi BC partiranno per il loro percorso Argento al ritorno dei piccoli A . Nel frattempo i genitori**

**prepareranno le castagne che avremo acquistato in loco , ( con parte della quota ) e poi**

**pranzeremo a sacco ( abbiamo tavoli , panche al coperto, acqua ,servizi e tutto il bosco a nostra disposizione , e chi vuole può raccogliere le castagne da portare a casa ) .**

**PREMIAZIONI : ORO,ORO + (5p) ORO++ (6p) per grandi DE(C), ARGENTO medi BC ( o piccoli A in grado ), BRONZO piccoli A ( si premia il percorso fatto )**

**I GRANDI torneranno in MTB , su un percorso alternativo a quello del tratto su asfalto**

**Cisano-MonteMarenzo fatto all'andata, che evita del 90% il percorso troppo veloce se**

**ripetuto al ritorno . Il percorso alternativo è più sterrato e più divertente e adatto alle MTB.**

**NOTE IMPORTANTI : Possono partecipare tutti gli iscritti Palestra, Junior Multisport ed i loro familiari tesserati/assicurati DF ( in allegato scheda solo Tesseramento e Mod 2T )**

**Tutti devono versare una quota di 5€ ,con la quale pagheremo l'acquisto delle castagne, il “noleggio” del parco e delle sue strutture ( bellissima nuova struttura al coperto ! ) e la**

**possibilità di raccogliere le castagne e di cuocere in loco quelle acquistate .**

**Scrivere ad Alessia entro Mart 10 Ottobre [dinamicifelici.mezzago@gmail.com](mailto:dinamicifelici.mezzago@gmail.com) i nomi dei partecipanti e luogo di partenza ( Mezzago o Montemarenzo ), e versarle le quote**

**Castagnabike 5€ , ed i tesseramenti/assicurazioni annuali dei familiari ( quota 20€ ) che ancora non sono assicurati.**

**IMPORTANTE : a chi NON partecipa , chiedo di AVVISARE SUBITO via e mail [tifa4954@gmail.com](mailto:tifa4954@gmail.com) e [dinamicifelici.mezzago@gmail.com](mailto:dinamicifelici.mezzago@gmail.com) , GRAZIE !**