



Club Alpino Italiano
Sezione di Modena
Fondata nel 1875
Gruppo Giovani



Domenica 23 marzo

Monellodromo Casalgrande

Prima uscita gruppo giovani CAI

Se vuoi provare la mountain bike o vuoi migliorare la tua tecnica in un ambiente stimolante e sicuro, questa uscita è perfetta per te! Il **Monellodromo di Casalgrande** è un'area dedicata agli appassionati di MTB, con una rete di sentieri adatta a tutti i livelli, dai principianti agli esperti. Situato tra boschi e colline, nella zona di Casalgrande, questo luogo offre il mix ideale di percorsi scorrevoli e tratti più tecnici, perfetti per mettersi alla prova.

Durante la giornata, avrai modo di **imparare a guidare la mountain bike**, lavorando su sentieri facili con qualche passaggio tecnico sia in salita che in discesa. Poi proveremo qualche discesa più emozionante, come la famosa "**Discarica**", un tracciato che metterà alla prova equilibrio e controllo, sempre in totale sicurezza.

Direttori ciclo-escursione: Gualdi Filippo, Dawid Brzuchacz

Difficoltà: MC

Attrezzatura: Scarpe basse da montagna, Zainetto con acqua e generi di conforto e abbigliamento adeguato: pantaloncini da bici imbottiti e maglietta, bici **Mountain Bike** in ordine con **camere d'aria di riserva e Casco.**

Dislivello: circa +800/-800 m. - **tempi di percorrenza 5 ore escluso soste (25 km)**

Pranzo: al Sacco e barrette (per evitare il calo di zuccheri)

Termine iscrizioni: venerdì 21 marzo ore 18,00

Ritrovo e partenza: ore 7:20 in sede a Modena e partenza ore 7:30

Quota partecipazione gita: euro 7.00 € per copertura spese organizzative

Mezzo di trasporto: Auto proprie

Iscrizioni: Segreteria CAI Modena, segreteriacaimodena@gmail.com

Club Alpino Italiano Sezione di Modena

via IV Novembre, 40 -Modena - 059.826914 - modena@cai.it

Orario di apertura martedì 20,30 - 23,00 - mercoledì e venerdì 17,00 - 19,30