



Gruppo Mountain bike Foggia
Club Alpino Italiano - sezione di
Via G. Imperiale n. 50 – 71122 Foggia
Tel. 347/5654232 – web www.caifoggia.it



tESCURSIONE	DATA: 14 GENNAIO 2023
	REGIONE: PUGLIA
ORGANIZZAZIONE: CAI Sezione di Foggia	
DENOMINAZIONE:	ANELLO DEL LAGO DI VARANO Da Capoiale lungo gli argini del Lago di Varano
IMPEGNO FISICO:	lunghezza km 53 / dislivello m. 480 / max altitudine m. 128
DIFFICOLTÀ TECNICA:	MC/ MC La doppia sigla MC/MC+ si riferisce alla “scala delle difficoltà del percorso (in conformità a quanto indicato dal Gruppo di lavoro CCE Ciclo –escursionismo CAI) e indica, rispettivamente, la difficoltà in salita/discesa. In questo caso per ciclo-escursionisti di capacità tecnica MEDIA DIFFICOLTA’ Il segno “+” indica la presenza di tratti di pendenza elevata
DIREZIONE:	Marco Russo: 3476039822 - Frankie Velluto:3282873800 Tonio Mansueto: 360831622
ORARI	INCONTRO: ore 8:45 Capoiale – (<i>riferimento Ristorante l’attracco</i>)
	INIZIO ESCURSIONE: ore 9:00
	DURATA: 4,30 ore (<i>escluso soste</i>)



Per ulteriori informazioni potete rivolgervi alla sede CAI ogni venerdì dalle ore 20.00 alle ore 21.00, telefonare allo stesso orario allo 347/5654232 oppure consultare il ns. sito www.caifoggia.it



Gruppo Mountain bike Foggia
Club Alpino Italiano - sezione di
Via G. Imperiale n. 50 – 71122 Foggia
Tel. 347/5654232 – web www.caifoggia.it



Modalità e costi: soci CAI iscrizione gratuita - non soci potranno iscriversi all'escursione pagando € 10,00 per la copertura assicurativa in loco o recandosi presso la sede CAI di Via G. Imperiale n. 50 (aperta il venerdì sera dalle ore 20.00 alle ore 21.00).

N.B possibilità di iscriversi il giorno stesso della cicloescursione.
Pagina facebook: CAI Foggia Mountain Bike

ISCRIZIONE:

NOTE: 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).

È indispensabile una preventiva verifica meccanica e messa a punto della bici.

N.B. E' obbligatorio l'uso del casco che va indossato e tenuto allacciato per tutta la durata dell'escursione

RIFERIMENTO APPUNTAMENTO

Capoiale - Ristorante L'Attracco

Capoiale Foggia - Coordinate GPS 41.9153756, 15.6729087

Percorso che prevede il giro completo del Lago di Varano, di cui circa 30km saranno su strada asfaltata e oltre 20km su sterrato, argini e spiaggia. Percorreremo il nuovo Sentiero del Lago, la parte più tecnica del percorso, in cui incontreremo alcuni tratti dove sarà necessario scendere dalla bici, piccoli tratti, 200mt al max sull'intero percorso in programma. Lungo il passaggio visiteremo L'idroscalo "Ivo Monti", i porticcioli dei pescatori, il museo lagunare, le idrovore e le coltivazioni di salicornia.

A metà giro sosteneremo per una pausa al Santuario del Crocefisso, un'oasi incantevole a ridosso del famoso crocefisso che emerge nel lago di Varano. Percorso prevalentemente pianeggiante, il dislivello si sviluppa principalmente su asfalto e nel tratto tecnico.





Gruppo Mountain bike Foggia
Club Alpino Italiano - sezione di
Via G. Imperiale n. 50 – 71122 Foggia
Tel. 347/5654232 – web www.caifoggia.it

