



Club Alpino Italiano
Sezione di Ascoli Piceno
Via Serafino Cellini, 10
63100 Ascoli Piceno (AP)
tel. 0736 45158



www.caiascoli.it - www.slowbikeap.it - alpinismogiovanile@caiascoli.it

ALPINISMO GIOVANILE E GRUPPO SLOW BIKE

Escursione in MTB e a piedi

Ceppo – Cascata della Morricana

DATA ESCURSIONE: 31 luglio 2010

ORA PARTENZA: ore 7,30 con auto proprie

RITROVO: ore 7,15 Porta Cartara - Ascoli Piceno

IMPEGNO LUNGHEZZA COMPLESSIVA 18 km circa

FISICO: DISLIVELLO COMPLESSIVO 250/300 m.

DIFFICOLTA' TECNICA: TC/TC (tratto MTB), E (tratto a piedi)

DURATA: 5 h circa

ACCOMPAGNATORI: Roberto Peroli, Anna M. Orsini, Piero Giantomassi

Elena Alessandrini, Filippo Quaglietti (Alpinismo Giovanile)

PREMESSA

Sarà sicuramente una piacevole e turistica escursione con partenza dal piazzale di Ceppo (Albergo Julia 1334 slm) e arrivo alla Cascata della Morricana (1.590 m. slm). L'escursione inizierà in mountain bike (6 km. circa), fino alla fine della sterrata, e continuerà a piedi fino alla Cascata su sentiero. Tra le gite più frequentate della Laga, la visita alla cascata della Morricana è fatta di bosco e di acqua. Nel bosco entreremo da subito, interrotto solo da piccole radure; l'acqua la incontreremo, in qualsiasi stagione, su ciascun fosso che l'itinerario attraversa, e sono tanti, mentre il Castellano scende rumorosamente alla nostra destra. Aggirato l'ultimo crinale la cascata si presenterà d'improvviso, con effetto, se la stagione è propizia, di grande suggestione.

Per ulteriori informazioni e per effettuare prenotazioni potete rivolgervi presso la sede del CAI ogni mercoledì e venerdì dalle ore 19 alle 20, telefonare allo stesso orario allo 0736 45158 oppure consultare la ns. pagina su www.slowbikeap.it



Club Alpino Italiano
Sezione di Ascoli Piceno
Via Serafino Cellini, 10
63100 Ascoli Piceno (AP)
tel. 0736 45158



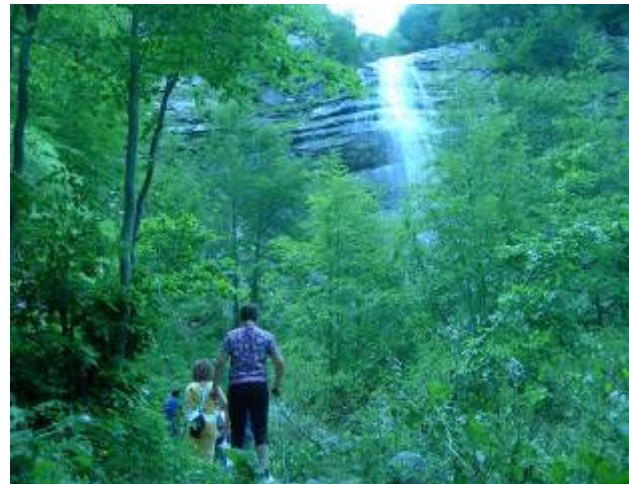
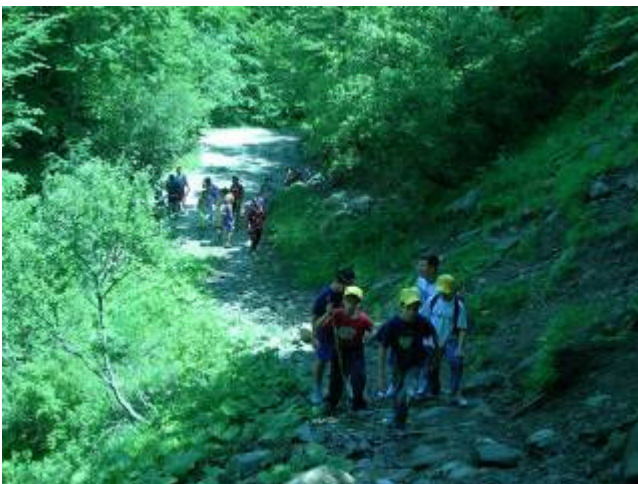
www.caiascoli.it - www.slowbikeap.it - alpinismogiovanile@caiасcoli.it

Descrizione Itinerario

Lasciamo le auto davanti all'albergo Julia, e inizieremo il nostro percorso pedalando sulla sterrata che attraversa il Bosco Martese (circa 6 km).

Si segue ora il sentiero che sale e, traversato un fosso, scende in ripida discesa. Ci si abbassa, quindi, di pochi metri per poi prendere a sinistra alla biforcazione.

Il percorso, ora, risale il versante sinistro della valle incontrando diversi fossi laterali. Oltrepassato un ultimo fosso con evidente curva a destra, si prende nuovamente a sinistra giungendo al letto del fosso principale (ca. 1590 m). È visibile, ora, la grande cascata che è possibile raggiungere lungo il torrente.



... a piedi verso la cascata della Morricana – ... la cascata della Morricana

Per ulteriori informazioni e per effettuare prenotazioni potete rivolgervi presso la sede del CAI ogni mercoledì e venerdì dalle ore 19 alle 20, telefonare allo stesso orario allo 0736 45158 oppure consultare la ns. pagina su www.slowbikeap.it



Club Alpino Italiano
Sezione di Ascoli Piceno
Via Serafino Cellini, 10
63100 Ascoli Piceno (AP)
tel. 0736 45158



www.caiascoli.it - www.slowbikeap.it - alpinismogiovanile@caiасcoli.it



Informazioni

Il costo d'iscrizione è di € 3,00 per i soci CAI e € 8,00 per i non soci CAI. La quota d'iscrizione comprende: l'accompagnamento dei nostri organizzatori durante l'escursione, l'assicurazione del CAI.

E' possibile, in modo autonomo, affittare una mountain bike (sono disponibili sia da bambino che da adulto) presso l'albergo Julia di Ceppo al costo di euro 8,00 per l'intera giornata.

Per questa ciclo-escursione è previsto il pranzo al sacco ed è consigliabile portare nello zaino un paio di scarpe da tennis (per chi usa scarpe da MTB basse con attacco rapido) per affrontare il tratto del percorso a piedi. Si consiglia di utilizzare abbigliamento idoneo da mtb, casco (obbligatorio), guanti ed occhiali da sole; raccomandiamo di portare con sé acqua e piccole porzioni di alimenti, quali barrette, frutta secca o altro.

Per qualsiasi consiglio tecnico-pratico, contattare segreteria@slowbikeap.it, vi forniremo tutte le indicazioni utili!

E' consigliabile portare un cambio completo da lasciare in auto.

Per ulteriori informazioni e per effettuare prenotazioni potete rivolgervi presso la sede del CAI ogni mercoledì e venerdì dalle ore 19 alle 20, telefonare allo stesso orario allo 0736 45158 oppure consultare la ns. pagina su www.slowbikeap.it



Club Alpino Italiano
Sezione di Ascoli Piceno
Via Serafino Cellini, 10
63100 Ascoli Piceno (AP)
tel. 0736 45158



www.caiascoli.it - www.slowbikeap.it - alpinismogiovanile@caiасcoli.it

Il tratto che verrà percorso a piedi è classificato con livello di difficoltà **E** ovvero itinerario escursionistico privo di difficoltà tecniche (scala difficoltà CAI).

La difficoltà **TC** fa riferimento alla "Scala delle difficoltà" espressa dalla Commissione Cicloescursionismo MTB del Convegno Ligure Piemontese Valdostano del Club Alpino Italiano.

TC: (turistico) percorso su strade sterrate con fondo compatto e scorrevole, di tipo carrozzabile; la doppia sigla TC / TC indica rispettivamente la difficoltà in salita ed in discesa.

Per partecipare alla gita in MTB occorre prendere conoscenza del Regolamento del Gruppo Ciclo Escursionismo e del Regolamento Gite. I documenti possono essere scaricati da www.slowbikeap.it o richiesti presso la sezione.

Alla gita in MTB, come per le altre gite escursionistiche sezionali, possono partecipare oltre ai soci CAI anche i non soci che effettuano la domanda di partecipazione alla Gita Sociale.

ATTENZIONE: Per poter partecipare all'iniziativa è OBBLIGATORIO indossare il casco, regolarmente allacciato, per l'intera durata dell'escursione in mtb.

Per ulteriori informazioni e per effettuare prenotazioni potete rivolgervi presso la sede del CAI ogni mercoledì e venerdì dalle ore 19 alle 20, telefonare allo stesso orario allo 0736 45158 oppure consultare la ns. pagina su www.slowbikeap.it